
Análisis Hermenéutico de los Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol
del Departamento de Sucre

Andrés Felipe Montes Sierra
César Javier Martínez Álvarez
Daniel Alberto Paternina Ríos

Corporación Universitaria del Caribe - CECAR
Facultad de Humanidades y Educación
Programa de Ciencias del Deporte y la Actividad Física
Modalidad Presencial
Sincelejo – Sucre
2021

Análisis Hermenéutico de los Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol
del Departamento de Sucre

Andrés Felipe Montes Sierra
Cesar Javier Martínez Álvarez
Daniel Alberto Paternina Ríos

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Profesional en Ciencias del
Deporte y la Actividad Física

Directores

Juan Ignacio Aduen Angel

Magíster en intervención integral en el deportista

Jesús León Lozada Medina

Doctor en Ciencias de la actividad física y el deporte

Corporación Universitaria del Caribe - CECAR

Facultad de Humanidades y Educación

Programa de Ciencias del Deporte y la Actividad Física

Modalidad Presencial

Sincelejo – Sucre

2021

Nota de Aceptación

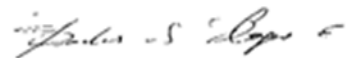
95,7 (4,78) considerada cum Laude



Director



Evaluador 1



Evaluador 2

Sincelejo, Sucre, 29 de abril de 2021

Dedicatoria

Toda nuestra gratitud a Dios y a nuestros padres quienes nos alentaron durante todo el proceso académico, a los cuales con todo nuestro amor, cariño y respeto les agradecemos por el esfuerzo brindado, y así haber alcanzado otra meta más en nuestras vidas. A nuestros amigos y maestros por el apoyo y dedicación en todo momento desde el inicio hasta la culminación de esta investigación.

Agradecimientos

Nuestros logros personales son el reflejo de la constancia, dedicación, esfuerzo, responsabilidad y perseverancia, pero dentro de estos aspectos está la presencia de DIOS y sus planes para con nosotros, por eso le damos gracias a Jesucristo por su misericordia y darnos la sabiduría para poder dar un paso más en nuestra formación profesional y espiritual.

Seguidamente, queremos agradecer a nuestros padres por su apoyo incondicional y a los docentes por su compromiso para con nuestro aprendizaje. Agradecemos encarecidamente a nuestros líderes espirituales por fundamentarnos, aconsejarnos e instruirnos en el camino y hacia el futuro al cual nos dirigimos. A nuestro círculo de amigos porque creyeron en nuestras capacidades y nos ofrecieron su apoyo incondicional en todo momento. Finalmente, a todas esas personas que abrieron sus puertas y aportaron su grano de arena en nuestra formación académica, especialmente a estos últimos, entrenadores y preparadores físicos que hicieron posible la realización de este trabajo de grado, ya que sin su disponibilidad no hubiera sido posible el desarrollo de este mismo.

Tabla de Contenido

Resumen.....	8
Abstract.....	9
1. Introducción.....	10
2. Marco Referencial.....	16
2.1. Antecedentes.....	16
2.1.1 Antecedentes Internacionales.....	16
2.1.2 Antecedentes Nacionales.....	19
2.2 Marco Teórico.....	22
2.2.1 Entrenamiento Deportivo.....	22
2.2.2 Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo.....	22
2.2.3 Forma Deportiva.....	23
2.2.4 Planificación del Entrenamiento Deportivo.....	24
2.2.5 Modelos de planificación del Entrenamiento Deportivo.....	26
2.2.6 Modelos Contemporáneos del Entrenamiento Deportivo.....	27
2.2.7 Modelos Tradicionales del Entrenamiento Deportivo.....	30
2.2.8 Precusores del Entrenamiento Deportivo.....	31
2.2.9 Federación Colombiana de Fútbol.....	33
2.2.10 División Aficionada del Fútbol.....	33
2.3 Marco Conceptual.....	34
2.3.1 Modelo.....	34
2.3.2 Planificar.....	34
2.3.3 Entrenamiento.....	35
2.3.4 Club Deportivo.....	35
3. Marco Metodológico.....	36
3.1 Tipo de Investigación.....	36
3.1.1 Diseño de Investigación.....	36
3.2 Informantes Claves.....	37

3.3 Técnicas e Instrumentos.....	38
4. Resultados.....	40
5. Conclusiones.....	48
6. Recomendaciones.....	56
7. Referencias Bibliográficas.....	57
8. Anexos.....	65

Resumen

La realización de este estudio tuvo como premisa fundamental analizar la implementación de los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20. Es de tipo cualitativa con diseño fenomenológico, donde participaron entrenadores y preparadores físicos como informantes claves. Para la recolección de información se aplicaron: la entrevista semiestructurada, la observación y el uso de un diario de campo complementario a la observación. Los resultados evidencian que organizar el entrenamiento por microciclos es común entre los entrenadores y preparadores físicos. Se habla de ciclos semanales, morfociclos, sesiones de trabajo o entrenamiento semanal, pero comparten la idea de trabajar sesiones de entrenamiento 3, 4 o 5 veces por semana de acuerdo a la necesidad de los jugadores o dependiendo del partido que les compete jugar. Aplican los métodos globales, involucrando la parte psicológica, emocional, física, técnica, táctica y espiritual como un aspecto básico para el desarrollo de las demás áreas de los seres humanos. En conclusión, se encontró que los participantes carecen de un modelo de planificación específico, el gran número de ellos no fundamentó su manera de organizar el entrenamiento con base a teorías ni mucho menos mostrando un plan gráfico de orientación. Por lo tanto, su postura está en elaborar la sesión de cada día, los microciclos semanales o el mesociclo teniendo en cuenta una frecuencia de entrenamiento bastante alta. Dentro de los entrenamientos consideran la aplicación del método global o el método integrado donde cada ejercicio de la práctica debe incluir al mismo tiempo aspectos físicos, técnico-tácticos y psicológicos. Sin embargo, otros entrenadores tienen en cuenta estos aspectos de la preparación pero la trabajan dividida o aislada, ya sea, por días o le dan un tiempo determinado en una sesión.

Palabras clave: modelo de planificación, entrenamiento, club, entrenador, preparador físico.

Abstract

The fundamental premise of carrying out this study was to analyze the implementation of training planning models in soccer clubs in the department of Sucre that participate in national inter-club tournaments for men under 17 and under 20. It is qualitative with phenomenological design, where coaches and physical trainers as key informants. To collect the information, the following were applied: the semi-structured interview, observation and the use of a field diary complementary to the observation. The results show that organizing training by microcycles is common among coaches and physical trainers. They talk about weekly cycles, morphocycles, work sessions or weekly training, but they share the idea of working training sessions 3, 4 or 5 times a week according to the needs of the players or depending on the game in which they play. They apply global methods, involving the psychological, emotional, physical, technical, tactical and spiritual part as a basic aspect for the development of the other areas of human beings. In conclusion, it was found that the participants lack a specific planning model, the large number of them did not base their way of organizing the training based on theories, much less showing a graphic orientation plan. Therefore, his position is to develop the session of each day, the weekly microcycles or the mesocycle, taking into account a fairly high training frequency. Within the trainings they consider the application of the global method or the integrated method where each practice exercise must include physical, technical-tactical and psychological aspects at the same time. However, other coaches take these aspects of the preparation into account but work it divided or isolated, either for days or give it a certain time in a session.

Keywords: planning model, training, club, coach, fitness trainer.

1. Introducción

La presente investigación pretende realizar un análisis hermenéutico de los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20 para conocer que modelos están siendo implementados en el ámbito local y abarcar el proceso de preparación de sus jugadores estableciendo una relación entre su situación actual, los procesos de entrenamiento y torneos que afrontan, sus condiciones y necesidades de preparación, con la intención de identificar cuál de los modelos de planificación de entrenamiento deportivo existentes se ajustan al proceso que sostienen y promover la elevación del rendimiento deportivo.

Para describir el problema y considerando estudios relacionados en el ámbito internacional se realizó en Ecuador una propuesta para un proyecto investigativo titulado *Modelo de planificación para equipos de la primera división del fútbol ecuatoriano*, el cual tuvo como objetivo estudiar la importancia de los modelos del entrenamiento en el fútbol profesional ecuatoriano. Luego de indagar sobre la historia del fútbol en dicho país, se propuso una metodología de investigación que ayudó a comprobar la efectividad de control de las direcciones del entrenamiento en el fútbol ecuatoriano, durante los calendarios de competencia (Perlaza, et al., 2014).

En el contexto nacional se realizó una investigación llamada *Planificación del entrenamiento en juegos suramericanos Medellín 2010 modelos, duración y criterios*, realizada con el objetivo de caracterizar la planificación del entrenamiento deportivo entre los entrenadores vinculados a estos juegos, identificando el tipo de modelo, las clases de ciclos, la duración y otras metodologías utilizadas para llevar a cabo sus procesos de preparación. Dentro de los resultados se evidencia que los modelos de planificación más manejados fueron tradicional, ciclos, bloques e individual (Ramos, et al., 2012).

En el ámbito departamental no se han encontrado antecedentes relacionados con el uso de modelos de planificación del entrenamiento dentro del marco del deporte, por ende se ha generado una brecha amplia entre el ámbito local, nacional e internacional con respecto al uso de modelos de planificación del entrenamiento en los diferentes niveles (formativo y competitivo) y en distintos deportes. En Sucre, el fútbol como uno de los deportes más populares genera una extensa demanda de practicantes teniendo como respuesta una oferta por parte de la gran variedad de clubes deportivos constituidos legalmente en la región.

Los clubes de fútbol del departamento de Sucre que compiten en torneos nacionales interclubes masculinos en las categorías sub 17 y sub 20 incluyendo a la selección Sucre de fútbol prejuvenil (2002), vienen presentando resultados desfavorables no permitiéndoles avanzar en el desarrollo de los torneos que afrontan teniendo que esperar un nuevo calendario competitivo para poder participar, lo cual se ha convertido en algo recurrente para estos clubes a pesar de que sus deportistas poseen capacidades significativas, pero estos no han trascendido ni alcanzado grandes logros deportivos en relación con otros departamentos del contexto nacional.

Durante el año 2018 de los 10 clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en el torneo nacional interclubes masculino sub 17, solo 3 de ellos avanzaron a la segunda fase (Sampué F.C, Club Semillero sucreño y Club Carmen Sport). Sin embargo, el representativo de Sampué logró disputar hasta la cuarta fase del torneo posicionándose en la casilla número 23 de 34 equipos clasificados en esta instancia. De igual forma, en el torneo nacional de selecciones masculinas copa DirecTV en la categoría prejuvenil sub 17, la selección Sucre no pudo avanzar de la primera fase culminando en la cuarta casilla con solo 3 puntos. Este compartió el grupo con Antioquia, Santander, Chocó y Boyacá. Por otra parte, el combinado de Boca Junior que participa en el torneo nacional interclubes masculino sub 20 B, durante el 2018 fue eliminado en la segunda fase posicionándose en el puesto número 27 de 38 equipos clasificados en esta instancia. Asimismo, el club Juventud Cortijo que participa en la súper copa juvenil sub 20 A, en un grupo conformado por un total de 15 equipos, quedó en la última casilla con 14 puntos de 84 posibles, sumando 3 victorias, 5 empates y 20 derrotas (Difutbol, 2019).

En el calendario competitivo del 2019 con la participación de 10 equipos pero con la incorporación de los combinados de Caribe Soccer, Tolú viejo F.C y Amigos de Juan Bosco en la categoría sub 17, se lograron instalar 5 de ellos a la segunda fase dentro de los cuales tenemos: Sampués F.C ubicado en la casilla 28 con 6 puntos, Caribe Soccer en la casilla 30 con 6 puntos, Once Sucre en la casilla 79 con 3 puntos, Talento Corozalero en la casilla 114 con 1 punto y Carmen Sport quien ocupó la casilla 128 con 0 puntos. Igualmente, superaron la tercera fase del torneo Sampués F.C alcanzando la casilla 19 sumando 4 puntos y Caribe Soccer tomando la posición 23 con 4 puntos, por lo tanto, estos dos elencos disputaron la cuarta fase del torneo donde solo Sampués F.C pudo avanzar hasta instalarse en la sexta fase del torneo donde fue eliminado por el equipo cartagenero Unidese FS, pero los sucreños pudieron situarse dentro de los 10 mejores equipos de Colombia (Difutbol, 2019).

Por otra parte, al indagar en la página oficial de la Difutbol, no se encontró información en cuanto a la participación de la selección Sucre en el torneo nacional de selecciones masculinas copa DirecTV en la categoría prejuvenil sub 17 en el año 2019. En este orden de ideas, los equipos Once sucre y Boca Junior que afrontan el torneo nacional interclubes masculino sub 20 B durante el año 2019, pasaron la primera fase sin inconvenientes, este primer conjunto se adueñó del grupo N con un total de 20 puntos de 30 posibles y el segundo combinado fue su escolta con 19 puntos respectivamente. En el transcurso de este mismo torneo ambos oncenos contendieron la segunda fase dejando al Once Sucre en el puesto 26 con 3 puntos clasificándolo a la tercera fase que se encuentra en curso mientras que el Boca Junior se estancó en la posición 50 con 0 puntos quedando así eliminado. Para finalizar, no se encontró participación de equipos sucreños en la súper copa juvenil sub 20 A organizada por la FCF.

Durante el año 2020 se encontraron cambios en cuanto a la participación de los equipos sucreños en cada uno de los torneos, por ejemplo los clubes Sampués F.C, Caribe Soccer y Once Sucre en la categoría sub 17 por sus positivas actuaciones anteriores clasificaron y pudieron instaurarse en la fase de grupos de este torneo pero en la categoría A. Por otra parte, los otros 9 equipos en la categoría sub 17 participaron en el torneo nacional interclubes masculino

organizado por la Difutbol. Además, en cuanto a las categorías sub 20 no se han definido sus participaciones en algunos de estos torneos en este mismo año. Hay que tener en cuenta que estos torneos iniciaron en el primer semestre del año calendario y su continuidad fue suspendida debido a la crisis sanitaria ante el COVID-19, la cual afectó al sector deporte en general.

Además, no se cuenta con la infraestructura adecuada de escenarios para llevar a cabo la correcta práctica deportiva lo que dificulta preparar a estos equipos con base a un modelo de planificación; muchas de las personas que están al frente de estos clubes carecen de una formación académica certificada desconociendo la complejidad de los procesos de preparación de los deportistas y la importancia de un personal interdisciplinario que controle cada uno de las etapas de preparación de los jugadores.

Por lo antes expuesto, en este contexto es necesario analizar la implementación de los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20, con el fin de conocer con qué modelo se están identificando y cuáles son los efectos que este les genera. En este sentido, se formula el siguiente interrogante ¿Cuál es la implementación de los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20?

La presente investigación se enfoca en dejar en manifiesto los modelos de planificación del entrenamiento que están impactando el deporte en el departamento de Sucre específicamente en la práctica del fútbol en las categorías sub 17 y sub 20 de aquellos clubes que participan en torneos nacionales interclubes masculino. De esta manera, los entrenadores a cargo de estos clubes, aprenderán a identificar la existencia de los diferentes modelos de planificación del entrenamiento y su importancia dentro de la preparación de los deportistas, teniendo en cuenta que la mejor manera de alcanzar un rendimiento óptimo en los jugadores y que esto se vea reflejado en buenos resultados, es trabajar siguiendo un modelo de planificación del entrenamiento que permita integrar todos los métodos y contenidos que estos aplican durante

todo el proceso de preparación. Además, para afrontar estos torneos (Torneo Nacional Interclubes Masculino sub 17 y sub 20 Copa DirecTV y Torneo Nacional de Selecciones Masculinas Copa DirecTV), se hace fundamental tener una buena preparación de todos los aspectos del entrenamiento tanto físico, técnico, táctico, psicológico y teórico ya que el nivel de competitividad que se evidencia es de mayor exigencia. Sin embargo, esta se puede contrarrestar realizando un trabajo de orientación muy serio donde se tenga organizado y estructurado el plan de entrenamiento plasmando todos estos aspectos de la preparación dentro de dicho plan.

En consecuencia esta investigación se hace necesaria porque permite abordar de manera eficaz los procesos de entrenamiento que se llevan a cabo en los distintos clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en los torneos nacionales interclubes masculino en las categorías sub 17 y sub 20 y de esta manera relacionar el efecto que tienen o generan sobre el estado funcional de los jugadores con base al modelo que los acoge. Los entes deportivos departamentales y municipales específicamente la liga de fútbol de Sucre es alertada sobre la utilización de los modelos de planificación del entrenamiento en el fútbol en el departamento, es decir, estos institutos serán beneficiados con este estudio ya que este servirá como soporte teórico y científico generando un conocimiento en relación a los procesos serios de entrenamientos de cada uno de los clubes de fútbol en las categorías sub 17 y sub 20. Esto a un largo plazo promoverá la realización de proyectos deportivos que tengan una estructura coherente y sistemática en cuanto planeación y ejecución.

Esta investigación con características cualitativas abre una brecha en la línea de investigación del programa de Ciencias del Deporte y la Actividad Física especialmente en el área del entrenamiento deportivo, enriqueciendo este perfil y permitiendo conocer estos procesos desde una nueva óptica o generar un nuevo conocimiento del fenómeno estudiado con base a las experiencias de los participantes llegando a interpretar sus planes de trabajo y así determinar cuál es la realidad del fútbol sucreño. También, la realización de este estudio se convierte en un documento de consulta tras la información que contiene beneficiando a la población académica, científica e investigativa.

El objetivo general de esta investigación es analizar la implementación de los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20.

2. Marco Referencial

2.1 Antecedentes

En aras de la elaboración del trabajo de investigación se realizó una búsqueda minuciosa a través de la biblioteca virtual que brinda la Corporación Universitaria del Caribe CECAR, donde se encontraron referencias bibliográficas sobre todo a nivel internacional y en el plano nacional. No obstante, en lo relacionado al ámbito local, no se encontraron datos al respecto.

2.1.1 Antecedentes Internacionales.

Se han realizado diferentes estudios relacionados con la influencia que tiene la planificación del entrenamiento dentro de los procesos de preparación deportiva, entre los cuales se destacan a nivel internacional, el realizado en Cádiz, España, llamado *Planificación de una temporada en baloncesto siguiendo el modelo de Periodización en bloque ATR*, este trabajo trató sobre el plan de entrenamiento a un año de un equipo profesional de baloncesto, adscrito a la Liga ACB (actualmente Liga Endesa). Es trabajo destaca la dificultad de comprender cómo se va a desarrollar una temporada completa en esta disciplina y de cómo conviene establecer las diversas cargas para la adquisición del rendimiento. En síntesis, probablemente no importa tanto la periodización que seleccionemos (siempre teniendo en cuanto objetivos y competiciones), sino la capacidad que se tenga para ser autocríticos y evaluar si lo que estamos llevando a cabo tiene correspondencia o no con el objetivo del juego, así como si se están consiguiendo o no los resultados (Loaiza, 2018).

Así mismo, en Brasil se elaboró un artículo titulado *Mejora del rendimiento físico, perfil hormonal, balance estrés-recuperación y aumento del daño muscular basado en la planificación específica de pretemporada en el fútbol sala*, donde este mismo tuvo como objetivo poner en claro los resultados de una plan específico de pretemporada en el rendimiento físico, el estado de

carga-recuperación, registro hormonal y ruptura muscular positiva en jugadores de fútbol sala de alto rendimiento (Nogueira, et al., 2018).

Igualmente, un artículo realizado en Cuba por Álvarez y Rupasinghe (2017) llamado *Necesidad de un modelo de planificación del entrenamiento deportivo para el boxeo*, averiguó sobre el estado actual en materia de planificación del entrenamiento deportivo del boxeo de alto nivel en dicho país, teniendo como fin caracterizar los respectivos planes de entrenamiento encontrados. En términos generales, se concluye que en Sri Lanka la planificación del entrenamiento deportivo para este deporte no se estructura acorde a un modelo actualizado científicamente y que se relacione en como lo hacen los países dominantes de esta disciplina.

También, un artículo ejecutado España, denominado *Planificación de la pretemporada para jugadores de fútbol juveniles de alta pericia deportiva*, donde se presentó un plan de entrenamiento general aplicado a un combinado juvenil de fútbol con mucha experiencia en este deporte. Se habla del concepto de planificación y se presentaron las fases desarrolladas, las cuales fueron un análisis del club deportivo, la aplicación y la evaluación del plan de entrenamiento deportivo para la práctica del fútbol (Pérez, et al., 2017).

De igual forma, en Guatemala se efectuó una tesis de grado titulada *Entrenamiento deportivo de fútbol femenino entre las edades de 12 a 18 años en la ciudad de Guatemala*, la cual hizo un estudio sobre los procesos de entrenamiento deportivo de fútbol femenino, estableciendo como objetivo aportar diferentes aspectos y principios que encierra la ejecución correcta de la preparación dentro del fútbol femenino para plasmar un soporte teórico no solo a la Federación Nacional de Fútbol de este país sino a los distintos entes que abarcan el fútbol femenino como los son: la liga nacional de fútbol femenino, clubes y colegios. Además, se plantearon interrogantes sobre cómo se está llevando a cabo el nivel de preparación entre entrenadores-jugadores, cómo los entrenadores están ejecutando sus procesos de preparación deportiva y si se efectúan de la mejor forma (Rivera, 2016).

Del mismo modo, encontramos un artículo publicado en Mérida España, titulado *Planificación táctica en el fútbol: aspectos generales y específicos*, este estudio señala que la planificación táctica en este deporte se basa especialmente en la funcionalidad del juego, sin pasar por alto los aspectos generales que están relacionados con la ideología del club y los específicos que apuntan a las condiciones de trabajo. Además, hacen hincapié en los factores externos que influyen en el desarrollo del juego. Por eso, este estudio se propuso como objetivo indicar aspectos determinantes para organizar una correcta planificación táctica en el fútbol (Bettega, et al., 2016).

Así mismo, en Machala, Ecuador se realizó una tesis de grado llamada *Planificación de la preparación física en etapas de formación de 10 - 12 años del club sport sur de pasaje*, en la cual se dio a conocer el beneficio que implica una planificación del entrenamiento deportivo acompañado de un procedimiento sistematizado donde se tiene presente la dosificación de las cargas para una provechosa preparación física. Por consiguiente, se podrán conocer las diversas particularidades al instante de entrenar todas las capacidades físicas, teniendo en cuenta factores como la edad, la fase de crecimiento, para un mejor desarrollo en las etapas sensibles de cada jugador (Ortega, 2016).

Otra investigación relacionada fue la que se llevó a cabo en la ciudad de Murcia, España bajo el título *Efecto de los partidos de pretemporada en la planificación deportiva: Variabilidad en las sesiones de entrenamiento*, el foco de este estudio fue conocer hasta qué punto intervienen los partidos de fútbol y su repartición en el transcurso de una pretemporada en la planificación del entrenamiento. Se pudo observar que el volumen de partidos durante la temporada influyen al momento de planificar las sesiones de entrenamiento, por eso se hace importante distribuir bien el volumen e intensidad en esta etapa de preparación para así evitar cualquier tipo de lesiones en los jugadores, estados de fatiga crónica y bajones de rendimiento durante el periodo competitivo (Vargas, et al., 2015).

Igualmente, un artículo realizado en Ecuador llamado *La planificación del entrenamiento con las capacidades físicas condicionales en las categorías formativas del fútbol en Ecuador*, el cual concibe a la planificación del entrenamiento deportivo como un soporte analítico que traza las tareas organizativas y estructurales para la adquisición de los resultados competitivos anhelados. Considera que la planificación del entrenamiento deportivo es un proceso que posibilita alcanzar los objetivos planeados de acuerdo a los medios y recursos con que se cuentan. De la misma manera, como objetivo se buscó teorizar sobre la importancia de la planificación del entrenamiento en las capacidades físicas condicionales en las categorías formativas en el Ecuador (Hidalgo y Gutiérrez, 2015).

Por último, en Ecuador se llevó a cabo un trabajo de investigación denominado *Los sistemas de entrenamiento en las carreras de 5000 y 10000 metros planos de los deportistas de atletismo del club corredores sin fronteras de la ciudad de Ambato*, donde se soporta que los sistemas de entrenamiento para las carreras de 5000 y 10000 metros planos deben ser puntuales o específicos, es así que cada método de entrenamiento que se utilice debe ser preciso, aplicado a su adecuado tiempo y dependiendo del tipo de prueba. Además, insinúa que cada entrenador instituye los sistemas y métodos de entrenamiento que mejor se adecúen a las cualidades físicas de los atletas. También, demuestra que los sistemas son novedosas técnicas que se utilizan para lograr cambios fisiológicos en los atletas y de esta forma llevarlos a un estado de adaptación. Por último, mencionan los métodos más efectivos en estas modalidades: los continuos y fraccionados (Salinas, 2015).

2.1.2 Antecedentes Nacionales.

Entrando en el ámbito nacional, en Colombia se han realizado una serie de investigaciones como la efectuada en Manizales, titulada *Efectos del programa de entrenamiento Los 11 FIFA sobre la fuerza resistencia, la flexibilidad y el equilibrio en mujeres futbolistas de 14 a 18 años*, donde se elaboró un estudio con jóvenes futbolistas de dos clubes de formación deportiva de la ciudad mencionada. Al grupo control se le realizó un programa de entrenamiento

tradicional y al grupo experimental se le efectuó el programa de entrenamiento los 11 FIFA. Se comprobó el resultado de estos dos programas sobre la fuerza resistencia, la flexibilidad y el equilibrio, es decir, se pudo determinar el efecto de estos programas sobre la capacidad física de estas mujeres mediante la aplicación de diferentes pruebas (Pérez, et al., 2017).

Continuando, en la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, de la ciudad de Bogotá, presentaron su trabajo llamado *Efectos de un programa de entrenamiento sobre la potencia y aceleración en jóvenes jugadores de fútbol del club F.C. Tocancipá*, el objetivo principal del estudio fue evaluar un programa de entrenamiento y los efectos del mismo sobre la capacidad de aceleración - potencia de jóvenes con edades de 13 a 14 años, utilizando métodos de entrenamiento según la edad de la muestra. Dentro de los resultados conseguidos se pudo observar una importante mejora en las pruebas: 20 metros planos (5,37%), 10 metros planos (3,46%) y prueba de salto sin impulso (5,22%). Del mismo modo, el incremento de talla de la población seleccionada fue de (1,27%) y en cuanto al peso un aumento (2,47%) (Agudo y Campos, 2017).

De esta misma forma, en Norte de Santander se llevó a cabo un artículo de investigación denominado *Programa para el entrenamiento de la resistencia en el fútbol*, este estudio se basa en la planificación de un programa para el entrenamiento de la resistencia específica del fútbol, aportando un nuevo conocimiento científico en cuanto a estructurar nuestros planes de entrenamiento interconectando las cargas, planificando entrenamientos más específicos, donde estas instrucciones nos permiten incluir juegos y ejercicios productivos que van de la mano con una metodología paralela a cada dirección del entrenamiento deportivo y a la misma vez influyen en la mejora de la resistencia específica de los futbolistas (Vera, et al., 2013).

En última instancia, un trabajo de investigación efectuado en la ciudad de Medellín conocido como *Modelos de planificación y su aplicabilidad en la preparación de equipos de fútbol profesional que participan en el torneo colombiano categoría primera A*, pretendió aportar al desarrollo del fútbol profesional Colombiano (FPC), creando un debate entre la

situación diaria del mismo, la evolución de los entrenamientos y competiciones de sus equipos, sus condición y necesidad real con los modelos actuales de planificación del entrenamiento deportivo, con el fin de determinar cuál o cuáles de estos modelos son los más adecuados para ponerlo en funcionamiento en el proceso de preparación de los distintos equipos que conforman esta liga y de este modo promover así, un aumento del nivel competitivo de cada conjunto (Cano, 2010).

2.2 Marco Teórico

2.2.1 Entrenamiento Deportivo.

El entrenamiento deportivo se ha constituido como un medio fundamental por medio del cual se consigue entender el progreso del deporte moderno. Los logros alcanzados por los deportistas son gracias a la utilización de exquisitos programas, planes y sistemas de entrenamiento, los cuales se han ido implementando y optimizando debido a los aportes de las ciencias aplicadas al deporte (Campos, 2003).

El entrenamiento deportivo integra la parte más extensa del fenómeno denominado deporte. Nace, se desarrolla y desenvuelve en conjunto con los demás aspectos de la actividad deportiva, por ende, para solucionar cualquier problemática que rodea el proceso de entrenamiento es importante capacitarse con anterioridad y tener una representación completa sobre la esencia del deporte en su totalidad (Matveiev, 1983)

El entrenamiento visto desde la fisiología del ejercicio es un proceso continuo de adaptación al estrés originado tras someter al organismo a la carga de trabajo pero que busca un grado acentuado de mejora en los objetivos de cada momento (Weineck, 1988).

2.2.2 Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo.

En la actualidad, con el desarrollo irrefutable de la investigación científica dentro del área de la metodología y planificación del entrenamiento deportivo, se exige al entrenador una actitud de acercamiento a conocimientos nuevos con el fin de saber detalladamente su modalidad, el trabajo que la caracteriza y la apropiada elección de los recursos que orienten al desarrollo de su deportista o grupo de ellos. Es una labor del entrenador disminuir el espacio que aleja la ciencia de la práctica (Vasconcelos, 2005).

Últimamente, al poner a funcionar la metodología del entrenamiento deportivo, se ha demostrado un extenso progreso en el empleo de información objetiva, que después se concentrará en el intervención de la preparación del deportista, para encaminar el proceso hacia la adquisición de valiosos resultados (Virus y Virus, 2003).

La metodología del entrenamiento deportivo se encarga del entrenamiento deportivo, es decir, de una práctica específica que efectúan atletas activos, preparadores físicos, entrenadores y profesores de educación física, con el fin de a la mejorar el rendimiento deportivo individual. Además, se encarga de exhibir estos rendimientos, sobre todo en la competencia deportiva. Los esquemas metodológicos del entrenamiento van a depender en alto grado del tipo de exigencia en cada rendimiento específico, del nivel de los conocimientos científicos y de la experiencia práctica almacenada con base en las relaciones existentes entre la ejecución del entrenamiento y su eficacia (Dietrich, et al., 2001).

La teoría y metodología del entrenamiento deportivo tiene como uno de sus temas centrales el concepto de preparación del deportista. Durante esta se reúnen puntos fundamentales tales como: todos los contenidos (preparación física general y específica, preparación técnica, táctica, psicológica y teórica) que debe recibir un deportista o grupo, no solamente en una temporada, sino también a lo largo de su vida profesional como deportista (Forteza, 1999).

2.2.3 Forma Deportiva.

El concepto de forma deportiva hace énfasis a un nivel de rendimiento del jugador en el que puede conseguir resultados excelentes. Está definido como el estado de capacidad de rendimiento impecable que el individuo logra en cada una de las fases de su desarrollo deportivo (Matveiev, 2001).

Es un estado de forma atlética del individuo definido por el nivel de entrenamiento durante el cual, los deportistas pueden conseguir resultados muy cercanos a su capacidad máxima (Bompa, 2007).

Bondarchuk (citado en Attili, 2013) afirma que inmediatamente obtenida la forma deportiva, es probable sostenerla por un tiempo de siete semanas, refiriéndose a su duración.

Grosser (1992) afirma que el rendimiento deportivo crea la posibilidad de conseguir el más alto potencial en las distintas capacidades mientras se compete. Por ende, los deportistas deberán prepararse por medio de un proceso científico, sistemático y continuo conocido como entrenamiento deportivo. Además, sostiene que a partir de las ciencias que se encargan del entrenamiento hay cuatro criterios que definen el rendimiento deportivo:

La pedagogía del entrenamiento deportivo dice que es la unión entre la ejecución y resultado de un gesto deportivo, dirigida bajo una norma determinada.

Visto desde la física es la relación entre la tarea asignada y el tiempo gastado para efectuar dicho trabajo.

La fisiología del ejercicio sustenta que es el balance energético por el tiempo de esfuerzo.

La psicología establece superar cuantificablemente pruebas concretas o lograr ciertas capacidades psicomotrices, afectivas y cognitivas.

2.2.4 Planificación del Entrenamiento Deportivo.

Forteza (2009) afirma: “La planificación del entrenamiento deportivo, es uno de los aspectos esenciales de la dirección del mismo” (p.135).

Bomba (2007) afirma que la planificación es un proceso científico y metódico que sirve para favorecer a los deportistas a adquirir excelentes niveles de entrenamiento y rendimiento. Es aquella herramienta que ayuda al entrenador a para poner en marcha un plan bien organizado; es en su capacidad de organización y planificación donde se refleja su eficiencia. Un plan de entrenamiento bien estructurado y organizado no le gustan los resultados del azar y sin propósito; de lo contrario busca facilitar una guía, una dirección y un ámbito a todas las acciones realizadas. La planificación se debe ver como un medio para conducir el entrenamiento del deportista de acuerdo a las exigencias específicas del deporte para alcanzar resultados en los niveles más superiores.

La periodización del entrenamiento hace referencia al trabajo que se tiene que hacer sobre organismo para provocar los cambios necesarios y señalan que entre los puntos principales se encuentra el diseño de las sesiones, la selección de los ejercicios, la metodología de entrenamiento y los microciclos (Virus y Virus, 2003).

Para alcanzar altos logros en el deporte y obtener resultados importantes, se hace vital planificar el entrenamiento, teniendo presente las distintas variables que influyen en el atleta, ya que al tiempo que mejora el estado físico y técnico, incrementa la actividad fisiológica (Platonov, 2001).

Los principios en los que se fundamenta la división de la planificación de entrenamiento deportivo están vinculados con tres niveles estructurales: macrociclo, mesociclo y microciclo. Los macrociclos de entrenamiento abarca la totalidad de los objetivos trazados en un plan de entrenamiento, dentro del cual se integran una fase de competencias. Existe la posibilidad de que hallan uno o más macrociclos durante la temporada. El mesociclo de entrenamiento está organizado por mínimos 2 microciclos y máximo 8 microciclos. Tienen como objetivos preparar al deportista de cara a la competencia. El microciclo de entrenamiento está constituido por varias sesiones que se organizan de forma racional. Por lo general, van de 3 a 14 días pero lo usual es que demoren una semana. Su propósito es distribuir la carga de forma equilibrada con el fin de alcanzar el objetivo del mesociclo. La sesión de entrenamiento se considera la unidad fundamental para la organización del entrenamiento en ella están sumergidos los componentes de la carga del entrenamiento (García, et al., 1996).

La planificación del entrenamiento deportivo a través de la historia se ha fundamentado en las experiencias personales de los entrenadores, bajo el método ensayo-error y con base en la intuición. Pero este pionero del entrenamiento sostiene que la evolución del entrenamiento deportivo en la actualidad debe estar establecida en criterios de mayor validez, más objetivos y operaciones más confiables. De esta manera, la investigación en esta área del deporte cada vez se hace más fuerte, ya que de esta forma se puede constituir el conocimiento científico aplicado al entrenamiento deportivo que explicación de los diferentes procesos y fenómenos que suceden en los deportistas en los distintos niveles y estadios de evolución (Verkhosansky, 2001).

La programación del entrenamiento es una manera más progresada de planificación y estructuración y la denomina como la organización de los contenidos del proceso de entrenamiento de acuerdo a los objetivos de la preparación de un deportista y de los principios específicos que determinan la forma racional de dosificación de las cargas de entrenamiento en un período de tiempo concreto. Este autor afirma que la programación del entrenamiento es lo que determina la estrategia, es la forma de como sistematizamos el contenido y como construimos el proceso de entrenamiento deportivo (Verkhosansky, 2001).

La periodización del entrenamiento al cambio constante de su organización y contenido dentro de un ciclo definitivo con el fin de aumentar el rendimiento y permitir que concuerde con las competencias más importantes (Matvéev, 1983).

2.2.5 Modelos de Planificación del Entrenamiento Deportivo.

Las posibilidades de elevar el rendimiento de un deportista o en su conjunto, con la intención de alcanzar grandes logros deportivos, sólo se adquiere empleando cargas de entrenamiento con base a modelos de planificación, en los cuales se ajustan y armonizan puntos de vista de diferentes áreas del conocimiento como las ciencias aplicadas al deporte y teorías de autores acerca del entrenamiento deportivo. Se trata de esquemas sistemáticos, controlados y dirigidos, definidos por factores tales como el deporte, el nivel de competitivo, el estado funcional del deportista, la finalidad del deporte, la duración de la competencia, entre otros. Un modelo incluye un esquema teórico, el cual se realiza para ayudar a su comprensión, organización o estudio (García, et al., 1996).

“Son los conocimientos teórico - prácticos que permiten al entrenador y al deportista a obtener el máximo rendimiento. Existen diferentes sistemas de entrenamiento (empleados en distintas épocas y lugares), estos se conocen como tradicionales o modernos” (Guimaraes, 2002, p. 50).

2.2.6 Modelos Contemporáneos del Entrenamiento Deportivo.

En 1984 Bondarchuk expone el modelo integrador que sostiene que el proceso de incremento de la forma deportiva encierra tres fases importantes las cuales son, desarrollo, mantenimiento y descanso. Lo nuevo de este modelo es como se entremezclan las etapas de desarrollo y mantenimiento con la etapa de recuperación (García, et al., 1996).

En 1986 Issurin en compañía de Kaverin proponen el modelo de A.T.R su nombre procede de los objetivos que de manera general determinan a este modelo, acumulación, transformación y realización. Las cargas de entrenamiento en este modelo se concentran principalmente sobre las capacidades específicas u objetivos puntuales del entrenamiento (García, et al., 1996).

Modelo de largo estado de forma creado por Bompa en 1986, el cual afirma que por medio de las fases de este modelo y exactamente, en la fase de competencia, un deportista o grupo de ellos, puede y está en la capacidad de alcanzar algunos estados de forma y más aun de rendimiento (García, et al., 1996).

Verkhosansky en 1988 plantea su modelo de entrenamiento por bloques el cual concibe que el proceso de formación del rendimiento deportivo, proceden de las fases adaptación que ocurren a largo plazo en el organismo del deportista una vez se ejecuta un trabajo muscular agudo dependiendo la distribución de las cargas de entrenamiento (García, et al., 1996).

Navarro & Arellano (1990), plantean el modelo de macrociclo integrado, dando según ellos una solución al inconveniente del modelo de concentración de la carga a través de la utilización de cargas acentuadas, dando la posibilidad de dividir el ciclo anual en varios macrociclos. Las características principales de este modelo pueden ser: acentuación de un número reducido de contenidos sobre el resto, un número pequeño de capacidades a desarrollar de manera simultánea, los contenidos hay que trabajarlos de manera simultánea, ocultando las nuevas capacidades sobre las anteriores, las cargas tienen un nivel de exigencia elevado, aquí predomina la orientación específica de la carga con relación a la orientación general, sostienen que es una propuesta recomendable para atletas que ya están formados y por medio del mismo se pueden conseguir un número mayor de picos de forma deportiva en comparación con modelos tradicionales (García, et al., 1996).

Modelo cibernético - aplicación de organigramas lógicos, utilizado en la construcción de programas individualizados que se adaptan a las necesidades de los deportistas. Este modelo se basa en una progresión de bloques acentuados, dirigidos hacia las necesidades que presenta el deportista, dejando a un lado el momento actual de la temporada al que se hace alusión (García, et al., 1996).

El modelo de campanas estructurales de Forteza de la Rosa elaborado en 1994, comprende los aspectos que agrupan la preparación del deportista (técnica, táctica, física, psicológica y teórica). Estos aspectos o direcciones definen no únicamente el contenido de entrenamiento al cual será sometido el deportista, sino también la determinación de dos categorías del entrenamiento como la carga y método. Dentro del proceso de entrenamiento existe una predominancia de las cargas de preparación específicas sobre las de preparación general (García, et al., 1996).

En 1996 Francisco Seirul –lo, presenta el modelo cognitivista el cual muestra un alto interés por lo que acontece en el organismo del deportista una vez este examina las condiciones del entorno donde realiza la competencia. Modifica la organización de los acontecimientos y situaciones del entorno, con el fin de alentar al deportista a desarrollar comportamientos nuevos. El progreso del aprendizaje se basa en la capacidad que posee el deportista para observar las señales del entorno, analizarlas de la mejor manera y elegir varias soluciones motrices ajustadas a las necesidades, demandas e intereses del deportista (García, et al., 1996).

La periodización táctica, como una metodología de entrenamiento creada por Víctor Frade, surge como una innovadora propuesta metodológica frente a los modelos tradicionales fundamentados en el paradigma tradicional. Por lo tanto, esta metodología de entrenamiento, se centraliza en entrenar tal y como el equipo aspira jugar en la competencia, tomando el modelo de juego como guía del proceso de entrenamiento de tal forma que el deportista se apropie de los principios, subprincipios y subsubprincipios que el entrenador procura. Así pues, el

entrenamiento visto desde la periodización táctica surge del juego para el juego (Tamarit, 2007, citado en Unanua, 2016).

El microciclo estructurado, propuesta por Seirulo 1998 y Rocca 2009, es el desarrollo de situaciones preferenciales que simulan o tienen similitud con la competencia para optimizar las distintas estructuras que se asocian al juego. Además, en este modelo la estructura a desarrollar es el “futbolista sujeto” (Arjol, 2012, citado en Tassi, 2017) a partir de la interrelación de varias estructuras: condicional, socio afectiva, coordinativa, cognitiva, creativo expresiva, emotivo volitiva. De manera general, las tareas trazan situaciones reales de interacción en el campo de juego, donde su resolución mejora alguna de las estructuras ya mencionadas. Si queremos buscar una relación entre el contenido psicológico con los otros componentes del juego (condicional, coordinativo, técnico, táctico, socioafectivo, etc.) podemos representar cada una de las tareas que plantea este modelo como una estrategia de aproximarnos al desarrollo de una conducta transversal específica (Morilla, et al., 2017, citado en Tassi, 2017).

2.2.7 Modelos Tradicionales del Entrenamiento Deportivo.

Matveiev en 1955 aparece y es considerado el padre de la planificación moderna del entrenamiento deportivo, ya que, actualizó y profundizó las propuestas y conocimientos de los precursores del entrenamiento deportivo. Propone una planificación del entrenamiento basado en los principios del mismo, le da importancia al factor climatológico para planificar el entrenamiento, al igual destaca la importancia del calendario de competencia, pero señala que lo más significativo es la adaptación fisiológica del deportista. Utiliza estructuras cíclicas como los macrociclos, mesociclos y microciclos para la organización del entrenamiento (García, et al., 1996).

En 1970 Vorobiev presenta su modelo de altas cargas donde la aplicación de las cargas se dirige de acuerdo a los principios de la adaptación biológica del deportista. Organiza la temporada en estructuras intermedias con un tiempo corto de duración. Al comienzo se ejecutan

cargas de alto volumen e intensidad, y al aproximarse la competencia el baja el volumen de la carga y se emplean intensidades submáximas y máximas. Se hace necesario aplicar constantemente cambios en las cargas con la intención de causar adaptaciones continuas al organismo (García, et al., 1996).

Aroseiev en 1976 plantea su modelo de péndulo también conocido como “sistema de formación de la preparación especial” ideal para deportes de combate tales como: judo, lucha y boxeo. La etapa de acumulación tiene como fin crear y aumentar las capacidades físicas y técnicas a medida que se acumulan altos volúmenes de carga. En la etapa de realización se aumenta la preparación específica fundamentalmente para asentar las condiciones técnico-tácticas y fortalecer aspectos del rendimiento a medida e la acumulan altas intensidades de carga. Aquí solo se usan dos clases de microciclos de manera alternada: microciclos principales y de regulación (García, et al., 1996).

En el año 1977 el modelo de altas cargas de Tschiene busca mantener un elevado nivel de rendimiento durante todo el año de competencia. Este aplica cargas en las que el volumen e intensidad son altos durante todo el ciclo anual. En detalle, existe un uso continuo de una alta intensidad de la carga (por encima del 80%). En este orden de ideas, hay una utilización predominante del trabajo específico dentro de la competición y un control preciso de las capacidades funcionales y condicionales que son determinantes durante esta misma; también se puede efectuar la determinación un sistema controlado de competencias que serviría como mediador de intensidad para poder desarrollar y estabilizar la forma deportiva (García, et al., 1996).

2.2.8 Precursores del Entrenamiento Deportivo.

Kotov en el año 1916 describe un entrenamiento polifacético basado en tres ciclos que conforman un entrenamiento continuo, los cuales son:

Ciclo 1° o general, como su nombre lo indica es un entrenamiento de carácter general y que no tiene un tiempo establecido de finalización.

Ciclo 2° o preparatorio, este abarca entre 6-8 semanas de trabajo y se encamina a mejorar las capacidades de fuerza y la resistencia.

Ciclo 3° o especial, suele durar unas 8 semanas, en donde las cuatro primeras apuntan a preparar la competición y en las cuatro últimas se realiza un trabajo netamente específico para la competencia (García, et al., 1996).

Gorineyski en 1922 planteó la relación que había entre las fases del entrenamiento genérico y el específico para la preparación de los deportistas (García, et al., 1996).

Laury Pinkala en 1930 presenta el entrenamiento ondulatorio teniendo en cuenta la alternancia entre trabajo y descanso. Asimismo, reduce el volumen del entrenamiento en favor de la intensidad así como la disminución del entrenamiento general en favor del especial (García, et al., 1996).

Gratyn en 1939 propone también un entrenamiento de tipo polifacético fraccionado en tres ciclos, cada uno con una duración diferente de acuerdo al tipo de deporte. Los cuales son:

Ciclo 1° o principal, dirigido a la formación general del deportista.

Ciclo 2° o preparatorio, está enfocado a desarrollar los aspectos de la competencia.

Ciclo 3° o transición, que está orientado a recuperar al deportista posterior al trabajo previo (García, et al., 1996).

Ozolín en 1949 planteó la planificación para el atletismo fundamentada en tres pilares: A) entrenamiento de larga duración asentado en el trabajo general y específico. B) adaptación del entrenamiento en los periodos climáticos. C) sostiene que los periodos de descanso no se deben tener en cuenta o deben ser de poca duración.

Periodo preparatorio, lo divide en: periodo preparatorio general y periodo preparatorio especial.

Periodo competitivo, lo divide en: etapa competitiva temprana, etapa competitiva, etapa de descarga, etapa de preparación inmediata, etapa conclusiva y por último etapa de competición principal.

Periodo transitorio, con un tiempo de duración de cuatro semanas sin interrumpir el proceso de entrenamiento (García, et al., 1996).

2.2.9 Federación Colombiana de Fútbol.

La comisión organizadora de la Súper Copa Juvenil FCF, compuesta por el presidente de la federación colombiana de fútbol “FCF”, presidente de la división mayor del fútbol colombiano “Dimayor” y el presidente de la división aficionada del fútbol colombiano “Difutbol” en uso de ejercicio de las facultades otorgadas por el comité ejecutivo de la federación colombiana de fútbol (Federación Colombiana de Fútbol [FCF], 2019).

Equipo A: Perteneciente a un club profesional suscrito a la Dimayor que participa en el presente campeonato, en el cual se aprueba la inscripción de jugadores profesionales y aficionados.

Equipo B: Perteneciente a un club afiliado a la Difutbol que participa en el presente campeonato, en el cual se permite únicamente la inscripción de jugadores aficionados.

2.2.10 División Aficionada del Fútbol.

La división aficionada del fútbol colombiano (Difutbol) es la organización que vela por administrar los campeonatos de fútbol aficionado en categorías infantiles (Sub-15), prejuveniles (Sub-17 masculina y femenina), juveniles (Sub-20 masculina y femenina), élite (masculina y femenina) y senior (masculina) en Colombia (División Aficionada del Fútbol Colombiano [DIFUTBOL], 2019).

Bohórquez (2018) afirma que el torneo administrado por la Difutbol, es una oportunidad para que cazatalentos y entrenadores de los clubes profesionales, miren y escojan los próximos talentos que podrían llegar en algún momento al Fútbol profesional de primera categoría, también sirve indiscutiblemente para exponer los buenos procesos de formación, técnica y táctica de los clubes deportivos que representarán las banderas de este país.

2.3 Marco Conceptual

2.3.1 Modelo.

Desde el punto de vista epistemológico el modelo puede entenderse como una especie de representación o descripción de la realidad (situaciones hechos, procesos, fenómenos, sistemas y estructuras, entre otros), que generalmente está en función de una teoría o de unos postulados teóricos (Sierra, 1994).

Forma en que uno sigue la actuación de una obra artística o en otra cosa, como ejemplar para imitarlo, copia o réplica de un original, creación que se usa para interpretar, medir y explicar los rasgos y significados de las actividades agrupadas en las muchas disciplinas (Gago, 1999, citado en Enciclopedia virtual Eumed).

2.3.2 Planificar.

Planificar se basa en dejar a un lado la improvisación, es decir, consiste en organizar de una manera estructurada y secuencial, los acontecimientos que han devenir, con el fin de lograr objetivos o metas, previamente concretadas (Mestre, 2004).

Planificar es anticipar, prever una secuencia coherente y lógica del desarrollo de las actividades que nos trasladan a conseguir los objetivos que previamente se definieron. La planificación es, por lo tanto, un proceso que el entrenador persigue para poder definir las líneas de ordenación del entrenamiento, a lo largo de varios años, o a lo largo de un año de entrenamiento (Vasconcelos, 2005).

2.3.3 Entrenamiento.

“Actividad sistemática que propicia y permite, como resultado, conseguir mejores coeficientes de realización en algunos o en todos los factores que interceden en una determinada tarea” (Vinuesa y Vinuesa, 2019, p.140).

El entrenamiento concibe una agrupación de tareas que garantizan salud, educación, un desarrollo físico armónico, dominancia técnica - táctica y un elevado nivel de desarrollo de las capacidades específicas (Platonov, 2001).

2.3.4 Club Deportivo.

El club deportivo es una organización amateur o profesional que tiene como fin promover entre sus accionistas la práctica de uno o varios deportes. Se trata de una institución privada con capacidad de obrar y personalidad jurídica (Lagardera, 2008).

Están encaminados a buscar y seleccionar talentos e iniciación deportiva. Están constituidos por personas naturales y/o jurídicas que deberán cumplir con una serie de requisitos para conseguir la personería jurídica. Dichos requisitos son: estar conformados por un número de 25 socios como mínimo, deben estar enfocados a lograr el alto rendimiento deportivo, establecer la práctica por lo menos de un deporte, fijar una sede deportiva, entre otros (Registro oficial, 2010, citado en Bustamante, et al., 2019).

3. Marco Metodológico

3.1 Tipo de investigación

Investigación basada en el enfoque cualitativo principalmente porque los investigadores tras recolectar la información son los encargados de interpretarla y darle sentido para empezar a generar teorías e hipótesis dentro de esta, lo cual la hace subjetiva. Es decir, “La investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto” (Hernández, et al., 2014 p.358). Por consiguiente, el grupo investigador se debe dar a la tarea de profundizar en la temática a investigar partiendo del contexto al cual se va a intervenir teniendo en cuenta que “una vez concebida la idea del estudio, el investigador debe familiarizarse con el tema en cuestión. Aunque el enfoque cualitativo es inductivo, necesitamos conocer con mayor profundidad el terreno que estamos pisando” (Hernández, et al., 2014 p.358). Además, en este tipo de investigación se pueden plantear hipótesis en diferentes etapas, dichas hipótesis se generan a partir de la recolección de datos que son analizados por el grupo investigador, desde luego, no se prueban estadísticamente (Berg, 2008, citado en Hernández, et al., 2014). De tal manera que las hipótesis se modifican desde el juicio del investigador.

3.1.1 Diseño de Investigación.

Trabajo de tipo fenomenológico empírico en el que se busca analizar la implementación de los modelos de planificación del entrenamiento, las características de los mismos, analizar su aplicabilidad bajo las condiciones y necesidades de estos equipos con la intención de identificar cuál de los modelos de planificación de entrenamiento deportivo existentes se ajustan al proceso que sostienen y promover la elevación del rendimiento deportivo. Tanto en la fenomenología como en la teoría fundamentada obtenemos las perspectivas de los participantes. Sin embargo, en lugar de generar un modelo a partir de ellas, se explora, describe y comprende lo que los individuos tienen en común de acuerdo con sus experiencias con un determinado fenómeno

(categorías que comparten en relación a éste) (Creswell, 2013, citado en Hernández, et al., 2014, p.493).

De esta manera, la fenomenología empírica se encamina menos en la interpretación de los investigadores y más en describir las experiencias de las personas participantes (Wilson, 2007, citado en Hernández, et al., 2014, p.494).

Una vez definido el problema se identificó el diseño de investigación en donde tendremos la tarea de relacionarnos con los entrenadores de dichos clubes y de esta manera conocer, analizar, interpretar, comprender, los modelos utilizados por estos en la preparación de los jugadores para afrontar los torneos en los cuales participan. Es decir, que nos interesa la perspectiva de ellos de acuerdo a sus experiencias sobre este fenómeno (modelos de planificación). Sus razonamientos y visiones acerca del entrenamiento deportivo se basan en las vivencias como deportistas y por otra parte por el tiempo que algunos llevan ejerciendo esta labor. De esta manera, sus declaraciones se hacen importantes para llevar a cabo el desarrollo de esta investigación.

La experiencia suele ser compartida en este tipo de diseño ya que además de darles importancia a los participantes, los investigadores también pueden expresar su punto de vista en relación a este fenómeno en común. Este al momento de conocerlo, se evidencia que muchos entrenadores a pesar de ejercer la práctica del fútbol varían su forma de trabajar y su manera de lograr los objetivos.

3.2 Informantes claves

La informantes claves están representados por los entrenadores y preparadores físicos de clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20, organizados por la división aficionada del fútbol colombiano (DIFUTBOL) y la federación colombiana de fútbol (FCF). Estos serán intervenidos para generar

nuevas hipótesis dentro del área de investigación. Es así que el componente de análisis fueron los relatos de los hombres a cargo de los clubes del departamento de Sucre, siendo ellos los participantes del estudio principalmente.

3.3 Técnicas e Instrumentos

Para dar respuesta al primer y segundo objetivo específico, se aplicará primeramente una entrevista semiestructurada para caracterizar los modelos de planificación del entrenamiento e interpretar las necesidades y demandas de preparación de los clubes de fútbol del departamento de Sucre en las categorías sub 17 y sub 20, todo esto será posible interrogando principalmente a los entrenadores y preparadores físicos a cargo de estas instituciones. Se creó una guía de 12 preguntas (Anexo N° 1) que ayudó a recopilar los datos de sujeto a sujeto, permitiendo facilitar el dialogo y poder obtener información necesaria para la investigación, todo esto mediante preguntas abiertas que dieron posibilidades de precisar conceptos y recolectar más información. El grupo investigador fue quien formuló dicha entrevista y su validación estuvo a cargo por un selecto conjunto de docentes expertos en el área del entrenamiento deportivo de la corporación universitaria del caribe CECAR quien permitió la viabilidad de este instrumento.

También, para dar respuesta a un tercer objetivo se utilizó como técnica la observación científica directa, no estructurada, participante y de forma grupal para interpretar el fenómeno de la aplicabilidad de los modelos de planificación existentes en la preparación de los futbolistas dentro y fuera de las competencias.

Por último, se utilizó como instrumento un diario de campo que nos permitió monitorear de manera constate y permanente el desarrollo de la investigación convirtiéndose en un medio complementario a la observación.

En este mismo orden, la presente investigación se efectuó en tres momentos propuestos por (Aristizábal & Galeano, 2008, como se citó en Otero, 2017), en donde el primero

corresponde a la *Exploración*, la cual se desarrolló entre los meses de marzo y octubre del año 2018, en donde se inició la aproximación de la problemática a investigar, identificarla con un título, realizar una justificación del trabajo, diseñar los objetivos, hacer una búsqueda y revisión teórica para construir el estado del arte y se fue definiendo el diseño metodológico.

Continuando con el segundo momento, la *focalización*, la cual comprende los meses de octubre y noviembre del año 2018, volviendo sobre el mismo entre los meses de enero y marzo del año 2020. Se consiguió centrar y determinar algunos aspectos esenciales con relación a los referentes conceptuales, teóricos y la ampliación del marco metodológico concretando los instrumentos que se aplicaron. Además, en este segundo momento se cumplió con la validación de la técnica elaborada (Anexo N°2) así como el debido consentimiento informado necesario para la aplicación de la entrevista semiestructurada como el método que se utilizó para la recolección de información (Anexo N°3). Se procedió a la focalización del trabajo de campo con la selección de los 9 participantes de la investigación, posteriormente se realiza el diligenciamiento del consentimiento informado, permitiendo así la aplicación de la entrevista en dos encuentros diferenciales con los participantes del estudio, culminando con su posterior transcripción de la información recolectada.

Para finalizar, el momento de la *profundización*, fue realizado en los meses de octubre hasta noviembre del año 2020, donde se identificaron significados, experiencias y realidades de los participantes desarrollándose el análisis de los resultados por medio de la codificación de la entrevista donde se identificaron las categorías (Tabla 1) permitiéndonos la redacción de los resultados de manera que facilitaron dar una interpretación global del tema de investigación.

La comunicación de los resultados obtenidos y su interpretación se consiguió mediante una triangulación interpretativa de los datos, siendo una herramienta heurística de gran eficacia para determinar ciertas intersecciones o coincidencias a partir de varios puntos de vista del mismo fenómeno (Anexo N°4). En sentido amplio, por medio de ella se contribuyen a optimizar los resultados de la investigación, combinando diversas maneras, técnicas y procedimientos

(Martínez, 1999, p. 199, citado en Palella y Martins, 2012). De igual forma, esta triangulación, para el análisis de los datos, en el cual se cimentó el contenido del objeto de estudio; se presentó de la siguiente forma: la postura de los entrevistados en este caso los entrenadores y preparadores físicos de los clubes seleccionados, la del grupo investigador tras anotar, describir e interpretar la información recogida y la fundamentación teórica que facilito comprender el fenómeno abordado en el presente estudio.

4. Resultados

Tabla 1.

Caracterización de los modelos de planificación del entrenamiento.

Aspectos claves categorizados según los modelos de entrenamiento	Trabajo de campo		Revisión bibliográfica Síntesis interpretativa	Posición de los investigadores
	Información del instrumento aplicado a los entrenadores y preparadores físicos	Aportes suministrados en la entrevista a profundidad aplicada a los entrenadores y preparadores físicos		
Estructuración	<ul style="list-style-type: none"> - Una entrevista semiestructurada para caracterizar los modelos de planificación del entrenamiento e interpretar las necesidades y demandas de preparación de los clubes de fútbol del departamento de Sucre categoría sub 17 y sub 20. - Dejar en manifiesto los modelos de planificación del entrenamiento que están impactando el deporte en el departamento de Sucre específicamente en la práctica del fútbol en las categorías sub 17 y sub 20. - Modelo de planificación del entrenamiento que les permite integrar todos los métodos y contenidos que estos aplican durante todo el proceso de preparación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Organizar el entrenamiento por microciclos es bastante común entre los entrenadores y preparadores físicos de los clubes entrevistados. Se habla de ciclos semanales, morfo ciclos, sesiones de trabajo o entrenamiento semanal, pero comparten la idea de trabajar sesiones de entrenamiento 3, 4 o 5 veces por semana de acuerdo a la necesidad de los jugadores o dependiendo del partido que les compete jugar. - Otro factor que se resalta es que a veces planifican solo el microciclo, el mesociclo o la temporada completa que puede llevarse varios meses o normalmente un año. - Aquí en la zona no manejamos ningún tipo de modelo o de pronto si manejamos los modelos hay la tendencia a que las personas no conozcan la teoría o estructura de cada modelo. La realidad nosotros aquí trabajamos de la manera más empírica, contratamos un personal que tiene experiencia en su trabajo deportivo porque ha pertenecido a un club o porque fue jugador en este caso fútbol y bueno aprendió muchas cosas. Hacemos el trabajo de acuerdo al conocimiento de ellos. Entonces empezamos es hacer el trabajo físico por creemos que esta será muy fundamental a la hora de enfrentar la competencia y se realizan partidos amistosos para mirar cómo está el grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Las posibilidades de elevar el rendimiento de un deportista o en su conjunto, con la intención de alcanzar grandes logros deportivos, sólo se adquiere empleando cargas de entrenamiento con base a modelos de planificación, en los cuales se ajustan y armonizan puntos de vista de diferentes áreas del conocimiento como las ciencias aplicadas al deporte y teorías de autores acerca del entrenamiento deportivo (García, et al., 1996). - Los modelos de planificación “son los conocimientos teórico - prácticos que permiten al entrenador y al deportista a obtener el máximo rendimiento. Existen diferentes sistemas de entrenamiento (empleados en distintas épocas y lugares), estos se conocen como tradicionales o modernos” (Guimaraes, 2002, p. 50). - El microciclo estructurado, propuesto por Seirulo 1998 y Rocca 2009, es el desarrollo de situaciones preferenciales que simulan o tienen similitud con la competencia para optimizar las distintas estructuras que se asocian al juego. Además, en este modelo la estructura a desarrollar es el “futbolista sujeto” (Arjol, 2012, citado en Tassi, 2017) a partir de la interrelación de varias estructuras: condicional, socio afectiva, coordinativa, 	<ul style="list-style-type: none"> - En síntesis se aprecia que los entrenadores y preparados físicos a cargo de los clubes de fútbol en las categorías sub 17 y sub 20 carecen de un modelo de planificación específico, el gran número de ellos no fundamentó su manera de organizar el entrenamiento con base a teorías o autores referentes ni mucho menos mostrando un plan gráfico de orientación. Por lo tanto, su postura está en elaborar la sesión de cada día, los microciclos semanales o el mesociclo teniendo en cuenta una frecuencia de entrenamiento bastante alta. Lo cierto es que comparten en afirmar que la planificación es lo más importante en el entrenamiento, si un profesional no planifica, no sabe que quiere, para donde va y eso va a terminar en un fracaso porque eso se llama improvisación. - Dentro de los entrenamientos consideran la aplicación del método global o el método integrado donde cada ejercicio de la práctica debe incluir al mismo tiempo aspectos físicos, técnico-tácticos y psicológicos. Sin embargo, otros entrenadores tienen en cuenta varios aspectos de la preparación (la parte táctica, técnica, estratégica y física) pero la trabajan dividida o aislada, ya sea, por días

	<p>- Trabajo de orientación muy serio donde tienen organizado y estructurado el plan de entrenamiento plasmando todos los aspectos de la preparación dentro de dicho plan.</p> <p>- Permite abordar de manera eficaz los procesos de entrenamiento que se llevan a cabo en los distintos clubes y de esta manera relacionar el efecto que tienen o generan sobre el estado funcional de los jugadores y con base al modelo que los acoge.</p>		<p>cognitiva, creativo expresiva, emotivo volitiva.</p> <p>- Para alcanzar altos logros en el deporte y obtener resultados importantes, se hace vital planificar el entrenamiento, teniendo presente las distintas variables que influyen en el atleta, ya que al tiempo que mejora el estado físico y técnico, incrementa la actividad fisiológica (Platonov, 2001).</p> <p>- La programación del entrenamiento es una manera más progresada de planificación y estructuración y la denomina como la organización de los contenidos del proceso de entrenamiento de acuerdo a los objetivos de la preparación de un deportista y de los principios específicos que determinan la forma racional de dosificación de las cargas de entrenamiento en un período de tiempo concreto. Este autor afirma que la programación del entrenamiento es lo que determina la estrategia, es la forma de como sistematizamos el contenido y como construimos el proceso de entrenamiento deportivo (Verkhosansky, 2001).</p> <p>- Grosser (1992) afirma que el rendimiento deportivo crea la posibilidad de conseguir el más alto potencial en las distintas capacidades mientras se compite. Por ende, los deportistas deberán prepararse por medio de un proceso científico, sistemático y continuo conocido como entrenamiento deportivo.</p> <p>- La planificación es, por lo tanto, un proceso que el entrenador persigue para poder definir las líneas de ordenación del entrenamiento, a lo largo de varios años, o a lo largo de un año de entrenamiento (Vasconcelos, 2005).</p>	<p>o le dan un tiempo determinado en una sesión.</p> <p>- Organización del entrenamiento a raíz de la experiencia como deportistas y un desconocimiento total de planificar de acuerdo a un modelo y por ende tener en cuenta contenidos, métodos y aspectos de preparación dentro del mismo. Esto trae como consecuencia la confusión de conceptos dentro de esta área como por ejemplo: hablar de sistemas de juego en vez de describir y justificar el plan de trabajo que están aplicando.</p> <p>- Cada club tiene un objetivo/meta al momento de afrontar la competencia: unos buscan el desarrollo integral de los jugadores enfocándose en el ser y su comportamiento primeramente como personas y luego como futbolistas. Otros trabajan para potencializar jugadores, para ser competentes en dicho torneo y tener posibilidades de mantenerse o avanzar lo más lejos posible. Esto va a estar determinado por la ideología de cada entrenador y por otros factores como los recursos humanos, materiales y económicos con que estos cuentan.</p> <p>- Más allá de no contar con todos los recursos humanos, materiales y económicos que se necesitan para preparar a los equipos de manera óptima para estos torneos, no hay excusas para llevar a cabo un control físico-funcional de los jugadores, pues hoy en día hay una facilidad de aplicar valoraciones básicas y pruebas de campo que nos permitan conocer su estado de salud y monitorear el desarrollo de sus capacidades físicas y técnicas de acuerdo a su especialidad</p>
<p>Fundamentación y Objetivos</p>		<p>- Aplicación de los métodos globales, implementan ese trabajo que involucra la parte psicológica, la parte emocional del muchacho la parte física, técnica, táctica y la parte espiritual como un aspecto básico para el desarrollo de las demás áreas de los seres humanos (preparar al jugador en todas las áreas). Primero personas y después futbolistas.</p> <p>- No podemos tratar que los muchachos se adapten a nosotros como entrenador sino que yo soy el que tengo que adaptarme a ellos para que se me facilite más el desarrollo de lo que queremos, es decir, nosotros nos acomodamos a la necesidad del medio, tienes que mirar la parte formativa del niño conociendo desde cómo es su alimentación en casa.</p> <p>- Detalladamente, en la parte inicial de los entrenamientos trabajamos lo que es la parte analítica después en la parte central de nuestra planificación ya vamos a mezclar un poco lo que es la parte global. Para nosotros el método integral tiene dos fases la analítica y la global.</p> <p>- También nosotros nuestra razón de ser en potencializar el jugador para lograr que ellos se formen bien y que puedan tener una oportunidad más adelante en un equipo de divisiones menores o una organización deportiva que los pueda proyectar hacia el futbol internacional.</p>		

		<ul style="list-style-type: none"> - Nuestras sesiones dentro del microciclo varían dependiendo del partido que se va a jugar o de las circunstancias que se presente en la cancha, es decir, nos preparamos dependiendo como encaremos el partido, si es local, si es visitante o mirando las falencias que tengamos en el partido anterior, sin perder de vista los aspectos de la preparación. - La parte psicológica era dada por el mismo entrenador, un profesional en el área o se imparte con ayuda de videos de superación que se colocaban una hora antes de empezar un partido donde los jugadores respondían bien ya que al momento de ir a la cancha salían con muchas más ganas, ímpetu y motivación. - Venimos trabajando con base a la experiencia futbolística de los entrenadores, es decir, de forma empírica. Hacemos el trabajo de acuerdo al conocimiento de ellos. Además, los entrenamientos en cuanto a la parte técnica esa la dejamos en un segundo plano pues consideramos que un jugador a esa edad debe tener muy buena técnica, entonces empezamos es hacer el trabajo físico porque creemos que esta será muy fundamental a la hora de enfrentar la competencia. 		<p>deportiva en este caso el fútbol. Además, existe la posibilidad de hacer convenios con practicantes de instituciones superiores que están dispuestos a brindar sus conocimientos en esta área y afectar positivamente al club deportivo y seguir aportando en su crecimiento académico.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Resulta un desafío para los entrenadores y preparadores físicos preparar a sus equipos, ya que el tiempo entre el lanzamiento del calendario competitivo y la pretemporada es muy corto, teniendo que organizar al equipo aceleradamente en todos los aspectos y responder con las fechas de los partidos. Por eso se hace importante una gestión oportuna y preparar al equipo con tiempo independientemente de que no se sepa el calendario competitivo del torneo nacional, pues es mejor prevenir que estas expuesto a sorpresas por parte de los entes que organizan estos torneos. - Los entrenadores a cargo de estos equipos son personas con un bagaje en este campo, estudiados, con experiencias en selecciones, ex jugadores profesionales, mantienen relaciones con filiales de equipos profesionales y tienen varios años participando en estos torneos, así que es tiempo de dar todo de sí, dar buenos resultados, aplicar lo estudiado y dejar la bandera del departamento de Sucre en lo alto de estos torneos o por lo menos que sean capaces de soportar su plan de trabajo con la teoría, con bases científicas y alta calidad.
<p>Progresión de la carga</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Convenios con instituciones superiores como CECAR y CORPOSUCRE donde nos mandan fisioterapeutas y psicoorientadoras cuasi profesionales para la preparación integral de los deportistas. - Hemos tenido que extender las horas de trabajo, inclusive trabajar los sábados y hacer hasta dos o tres competencias amistosas. Generalizando la sesión podrían durar unas dos horas o dos horas y media dependiendo del día de la sesión que se trabaje. Sin embargo, se tiene en cuenta que tampoco se le pueden aplicar muchas cargas a estos jugadores porque se desconoce cómo está su parte alimenticia, familiar y social. 		

		<ul style="list-style-type: none">- Se planifica el microciclo o la semana de trabajo donde las sesiones se pueden distribuir de la siguiente manera: el día lunes trabajamos la parte de recuperación si venimos de un partido el fin de semana, el día martes la parte física donde se elevan las cargas variando cada una de las capacidades condicionales, el miércoles físico-técnico, el jueves nos ocupamos de la táctica realizando un partido al igual que el viernes. Finalmente, el fin de semana afrontamos los partidos. - Se extienden las sesiones en cuanto a tiempo para después del trabajo físico, el trabajo técnico o el trabajo táctico se le dé espacio un poco más al tema de la preparación física, y trata de complementarse con trabajos individuales como definición, trabajos de portero que son los que más demoran y son los más extensos. - En un mesociclo las dos primeras semanas fueron totalmente física haciendo énfasis en la velocidad, la fuerza y potencia. En la tercera semana comienzan a realizar los trabajos tácticos desarrollando diferentes modelos de juego, con el fin de formar un buen equipo para lo que sería una segunda fase que sería aún más duro y más físico. - Se modifica el plan de entrenamiento porque no toda la población deportista es la misma cada año pueden llegar jugadores trabajados o se puede presentar que en cierto año viene un jugador que hay que trabajarle mucho la física, la técnica entonces eso depende de la población que se presente. - Al momento de entrenar se tenía en cuenta la parte física, la trabajábamos con la parte técnica siempre utilizábamos la pelota e inmediatamente hacíamos las correcciones si algún jugador realizaba un gesto técnico inadecuado. Los chicos iban adquiriendo un poco más de experiencia y sus capacidades físicas iban incrementando cada vez más.		
--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - Hacemos el trabajo de acuerdo al conocimiento empírico de los entrenadores. Esos niños que llegan a la competición con muchas deficiencias en su proceso formativo, entonces tenemos que empezar a ayudar a cada jugador en su posición de juego. Entonces, cuando llega la competencia y avanza es cuando nos damos cuenta si la metodología que se usó es buena o no es buena. - Comenzamos hacer una pretemporada donde todos los jóvenes se van adaptando a las cargas, a los trabajos físicos, ir entrando en esa metodología de que los chicos adquieran ese hábito de entrenamiento diario. 		
<p>Competencia</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Los objetivos son mantener la categoría en el torneo sub 17, afrontar la primera fase y clasificar a una segunda fase o subir ascenso en la categoría sub-17 y en la categoría sub-20. Otros objetivos encontrados es que el muchacho sea capaz de aplicar las leyes y las reglas que se usan en un determinado deporte, es decir, que puedan comprender el juego. Lo mejor posible es el desenvolvimiento y el crecimiento del club en general. - Enviar a un delegado que me explique cómo se mueve el equipo contrario y más o menos con esa información yo monto el sistema que voy a utilizar. - Antes del torneo preparan una pretemporada que puede ser de hasta 15 días, 3 semanas, 1 mes y medio 2 o 3 meses antes de la competencia (6 meses de duración). Esta pretemporada se hace con unas sesiones de entrenamiento más que todo en la parte física-técnica y también se le agregan unas competencias amistosas entre clubes que van a participar en el torneo nacional. También, los jugadores adquieren ese hábito de entrenamiento diario. 		

		<ul style="list-style-type: none">- Todo el año los jugadores están activos (“no paramos”) porque nosotros apenas termina la competencia los metemos en campeonatos como el de la liga, campeonatos que nos pongan en un ritmo de juego diferente y jugamos libre en varios campeonatos. - El sistema de juego para mí no existe simplemente es un recurso para iniciar el partido o después que hagamos un gol, pero lo demás ya son acciones de juegos de acuerdo a lo que se vaya presentando en el partido de futbol amistoso o puede ser ya competitivamente como los que hemos iniciado. - Por lo general, las evaluaciones funcionales y antropométricas las hacemos al iniciar cuando ya tenemos al grupo escogido que ya va a entrar en competencia, esto quiere decir lo más esencial seria realizar los test físicos a principio de la pretemporada. - En el trabajo semanal los días jueves hacemos ese trabajo de simulación de partido, hacemos fútbol, trabajamos todos los movimientos, trabajábamos la corrección, trabajábamos la realidad de juego y allí escoger los 18 jugadores para el partido el domingo. El viernes ya bajaríamos las cargas, ya entrenaríamos con movimientos ofensivos que significa que trabajábamos definición y la táctica fija. El sábado podemos hacer un trabajo de recuperación, táctico o dar el día libre de descanso y citamos para el día domingo el partido. En caso que la competencia no sea el fin de semana sino por ejemplo un miércoles podemos introducir los microciclos que uno tiene que tener alternos para darle continuidad a la preparación. - Hacemos un balance del diagnóstico inicial, por medio de unos test, con unas relaciones que tenemos, con unas partes físico-técnicas y una serie de movimientos que aprendimos con varios contactos para ver cómo llega ese jugador y poderlo llevar al tope, los que sobresalen se les va		
--	--	--	--	--

		<p>reforzando el trabajo para que ellos vayan aprendiendo y entendiendo el deporte que están practicando y los que tienen bajo rendimiento se les dedica un poco más de tiempo para que se nivelen; ya a 20 días de la competencia sabemos a qué nivel esta y sabemos cuáles son los jugadores qué vamos a proyectar.</p> <ul style="list-style-type: none">- Los sistemas de juego con que más se identifican para afrontar las competencias son los siguientes: 4-4-2, 4-1-4-1, 4-4-1-1 y 4-2-3-1.- Faltó un poco más de apoyo en lo económico para el transporte de los jóvenes ya que entrenábamos con seis u ocho jugadores, esa fue una de las falencias que tuvimos al momento de afrontar este torneo. Además, es un torneo demasiado caro pues cada partido hay que pagar un arbitraje, la hidratación, una merienda a los jugadores después de cada partido partiendo de que la mejor nutrición es la que desarrolla después de haber hecho un esfuerzo físico. Los clubes aficionados llegaremos muy poco hacer campeones del torneo sub 17 y sub 20 ya que, no tenemos esa estructura financiera, estructura logística para llegar como tienen los equipos profesionales que tienen todo.- Por año se puede gastar aproximadamente noventa millones de pesos, mientras que otros clubes no llegan a gastarse ni cinco ni seis millones de pesos, con esto que les quiero decir, que esto tiene que ser con dinero, que la empresa privada se vincule, que los institutos municipales de deporte se vinculen y que los entrenadores, los presidentes de clubes hagan unos proyectos serios para que se vea reflejado en el futuro.- Al momento de enfrentarnos a equipos u organizaciones que si hacen un trabajo planificado de acuerdo a un modelo de entrenamiento más acorde a la ciencia pues siempre nos llevaban la ventaja y por ende ellos siempre eran los que estaban en los primeros lugares.		
--	--	---	--	--

		<p>- Hay equipos en la categoría B, que están mejores que en la A, porque es que el campeonato sub 17 y tú me perdonas, no arranca ahora, para mí arranca en la segunda, tercera fase que es donde vamos a encontrar equipos competitivos, no quiero decir que somos superiores, pero el nivel de años anteriores donde jugué fue un nivel muy bajo.</p>		
--	--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia adaptada de (Palella y Martins, 2012, pág.186). Metodología de la investigación cuantitativa.

En tal sentido, se muestra a continuación los resultados obtenidos por medio de la observación científica directa, no estructurada, participante y de forma grupal. Todo esto enfatizando el tercer objetivo que corresponde al análisis y evaluación de la aplicabilidad de los modelos de planificación existentes en la preparación de los futbolistas dentro y fuera de las competencias. En vista de que, al emplear diversos métodos en la investigación, éstos actúan como filtros, lo que permite mayor nivel de concreción y objetividad en los resultados analizados. Por ello conviene recoger los datos de la realidad con métodos diferentes: si éstos difieren el uno del otro, proporcionan al investigador un mayor grado de confianza. (Palella y Martins, 2012, p.184)

Dentro del amplio recorrido por los diferentes municipios tales como Sincelejo, Sampués, Tolú Viejo y Macaján, nos encontramos con clubes cuyos equipos están conformados por jugadores aledaños a las instalaciones centrales de estas instituciones, lo cual juega un papel negativo, ya que se torna difícil su traslado a los entrenamientos las veces que se reúnen, asistiendo a pocas prácticas durante la semana.

Durante los entrenamientos los entrenadores tenían que dirigir varias categorías al mismo tiempo. También, para el torneo en la categoría sub 17 se conoció que hay jugadores de 14 y 15 años inscritos en esta categoría. Del mismo modo, en los entrenamientos se visualiza como transitan motocicletas, bicicletas y personas durante el desarrollo de la sesiones. Algunas de estas canchas donde entrenan no cuentan con iluminación lo que acelera los entrenamientos en la jornada vespertina. Otros clubes no tienen un terreno de entrenamiento propio para llevar cómodamente las sesiones de trabajo, teniendo que compartir y gestionar con tiempo estos espacios para poder desenvolverse en esta área (Anexo N° 5).

En el torneo iniciado para el año 2020 de los 12 equipos sucreños participantes en el torneo sub 17 solo 9 entrenadores aceptaron participar en esta investigación. Por ende, no se pudo recolectar una completa información con base al objeto de estudio por parte de los otros clubes que compiten en este torneo, ya sea por desconocimiento del tema en cuestión, no

disponer de tiempo, no expresar abiertamente su ideología de trabajo o no querer involucrarse en contextos académicos (Anexo N°6).

En el desarrollo de las competencias especialmente en el rodaje del torneo sub 17 en la categoría A, se observó que los equipos sucreños al estar en condición de local se hacen bastante fuertes, mostrando un gran despliegue físico a pesar de compartir grupo con otros conjuntos que están bien preparados y quizás tienen todas las comodidades para realizar un excelente papel durante todo el torneo. Además, todo el cuerpo técnico estaba involucrado y comprometido con el funcionamiento del equipo para controlar algún factor que pudiera jugarle en contra y no sacar el resultado deseado (Anexo N°7).

5. Conclusiones

Se realizó el análisis de los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en torneos nacionales interclubes masculino sub 17 y sub 20, dando a conocer aspectos importantes sobre la estructura, fundamentación y objetivos, la progresión de la carga y la etapa de competencia de los planes de entrenamientos de los entrenadores, en donde se incluye sus experiencias, vivencias, valores, conocimientos, actitudes y posiciones frente a un fenómeno en común como el uso de un modelo de planificación del entrenamiento.

El objetivo general se pudo lograr puesto que se cumple con cada uno de los aspectos que se plantearon y mencionaron en los objetivos específicos y las categorías elaboradas, permitiendo caracterizar, interpretar y analizar los modelos de planificación del entrenamiento en clubes de fútbol del departamento de Sucre, llegándose así, a comprender los modelos implementados a través del análisis realizado por medio de las técnicas de recolección de información como, la entrevista semiestructurada complementada con la observación científica.

Se discutirá sobre la estructura, fundamentación y objetivos, la progresión de la carga, la etapa de competencia y la posición de los entrenadores y preparadores físicos en relación al proceso de entrenamiento que ellos ejecutan en sus equipos, después se hace una interconexión entre las diferentes posturas de cada uno de ellos para finalmente darle paso a la orientación que estos participantes tienen frente a los modelos que se están implementando y marcan la tendencia en el departamento de Sucre y los torneos nacionales en las categorías mencionadas. Esto tiene relación con una investigación realizada en el contexto nacional llamada *planificación del entrenamiento en juegos suramericanos Medellín 2010 modelos, duración y criterios*, realizada con el objetivo de caracterizar la planificación del entrenamiento deportivo entre los entrenadores vinculados a estos juegos, identificando el tipo de modelo, las clases de ciclos, la duración y otras metodologías utilizadas para llevar a cabo sus procesos de preparación. Dentro

de los resultados se evidencia que los modelos de planificación más manejados fueron tradicional, ciclos, bloques e individual (Ramos, et al., 2012).

Otro estudio que guarda relación con el fenómeno abordado es el trabajo de investigación efectuado en la ciudad de Medellín conocido como *Modelos de planificación y su aplicabilidad en la preparación de equipos de fútbol profesional que participan en el torneo colombiano categoría primera A*, que pretendió aportar al desarrollo del fútbol profesional Colombiano (FPC), creando un debate entre la situación diaria del mismo, la evolución de los entrenamientos y competiciones de sus equipos, sus condición y necesidad real con los modelos actuales de planificación del entrenamiento deportivo, con el fin de determinar cuál o cuáles de estos modelos son los más adecuados para ponerlo en funcionamiento en el proceso de preparación de los distintos equipos que conforman esta liga y de este modo promover así, un aumento del nivel competitivo de cada conjunto (Cano, 2010).

En síntesis se aprecia que en el departamento de Sucre los entrenadores y preparados físicos a cargo de los clubes de fútbol en las categorías sub 17 y sub 20 carecen de un modelo de planificación específico, el gran número de ellos no fundamentó su manera de organizar el entrenamiento con base a teorías o autores referentes ni mucho menos mostrando un plan grafico de orientación. Por lo tanto, su postura está en elaborar la sesión de cada día, los microciclos semanales o el mesociclo teniendo en cuenta una frecuencia de entrenamiento bastante alta. Lo cierto es que comparten en afirmar que la planificación es lo más importante en el entrenamiento, si un profesional no planifica, no sabe que quiere, para donde va y eso va a terminar en un fracaso porque eso se llama improvisación. Por esto se establece que los modelos de planificación “son los conocimientos teórico - prácticos que permiten al entrenador y al deportista a obtener el máximo rendimiento. Existen diferentes sistemas de entrenamiento (empleados en distintas épocas y lugares), estos se conocen como tradicionales o modernos” (Guimaraes, 2002, p. 50).

Dentro de los entrenamientos consideran la aplicación del método global o el método integrado donde cada ejercicio de la práctica debe incluir al mismo tiempo aspectos físicos, técnico-tácticos y psicológicos. Sin embargo, otros entrenadores tienen en cuenta varios aspectos de la preparación (la parte táctica, técnica, estratégica y física) pero la trabajan dividida o aislada, ya sea, por días o le dan un tiempo determinado en una sesión. Encontramos similitudes con el microciclo estructurado, modelo propuesto por Seirulo 1998 y Rocca 2009, es el desarrollo de situaciones preferenciales que simulan o tienen similitud con la competencia para optimizar las distintas estructuras que se asocian al juego. Además, en este modelo la estructura a desarrollar es el “futbolista sujeto” (Arjol, 2012, citado en Tassi, 2017) a partir de la interrelación de varias estructuras: condicional, socio afectiva, coordinativa, cognitiva, creativo expresiva, emotivo volitiva. Apoyando esta teoría, encontramos un estudio realizado en España titulado *características de la preparación física actual en la 3ª división de fútbol (temporada 2014/2015)*. Su objetivo fue llevar a cabo un análisis del perfil formativo actual de los preparadores físicos a nivel semi-profesional y su modelo de actuación conforme a los grandiosos avances y conocimientos que se han obtenido en los últimos años. En las conclusiones se pudo comprobar que el modelo de planificación más usado por los entrenadores y preparadores físicos es el enfoque estructurado, cuyo creador primordial es Seirulo. Estos datos evidencian una correcta elección del modelo que se aplica en el fútbol, tal como afirma Arjol (2012), quien piensa que este es el mejor modelo de planificación que se puede aplicar a este deporte, ya que se caracteriza por mostrar una propuesta más abierta y global, donde el proceso de entrenamiento va más acorde con el entorno (idiosincrasia, cultura, características del club etc.) (Odriozola, 2015).

Siguiendo con esta idea, se encontró que hay entrenadores que organizan el entrenamiento a raíz de la experiencia como deportistas y existe un desconocimiento total de planificar de acuerdo a un modelo y por ende tener en cuenta contenidos, métodos y aspectos de preparación dentro del mismo. Esto trae como consecuencia la confusión de conceptos dentro de esta área como por ejemplo: hablar de sistemas de juego en vez de describir y justificar el plan de trabajo que están aplicando. Por esta razón, las posibilidades de elevar el rendimiento de un

deportista o en su conjunto, con la intención de alcanzar grandes logros deportivos, sólo se adquiere empleando cargas de entrenamiento con base a modelos de planificación, en los cuales se ajustan y armonizan puntos de vista de diferentes áreas del conocimiento como las ciencias aplicadas al deporte y teorías de autores acerca del entrenamiento deportivo (García, et al., 1996).

Cada club tiene un objetivo/meta al momento de afrontar la competencia: unos buscan el desarrollo integral de los jugadores enfocándose en el ser y su comportamiento primeramente como personas y luego como futbolistas. Otros trabajan para potencializar jugadores, para ser competentes en dicho torneo y tener posibilidades de mantenerse o avanzar lo más lejos posible. Esto va a estar determinado por la ideología de cada entrenador y por otros factores como los recursos humanos, materiales y económicos con que estos cuentan. Y es que para alcanzar altos logros en el deporte y obtener resultados importantes, se hace vital planificar el entrenamiento, teniendo presente las distintas variables que influyen en el atleta, ya que al tiempo que mejora el estado físico y técnico, incrementa la actividad fisiológica (Platonov, 2001). De igual forma, la programación del entrenamiento es una manera más progresada de planificación y estructuración, estando denominada como la organización de los contenidos del proceso de entrenamiento de acuerdo a los objetivos de la preparación de un deportista y de los principios específicos que determinan la forma racional de dosificación de las cargas de entrenamiento en un período de tiempo concreto (Verkhosansky, 2001).

Más allá de no contar con todos los recursos humanos, materiales y económicos que se necesitan para preparar a los equipos de manera óptima para estos torneos, no hay excusas para llevar a cabo un control físico-funcional de los jugadores, pues hoy en día hay una facilidad de aplicar valoraciones básicas y pruebas de campo que nos permitan conocer su estado de salud, monitorear el desarrollo de sus capacidades físicas y técnicas de acuerdo a su especialidad deportiva en este caso el fútbol, para ayudar a los deportistas a conseguir una buena forma deportiva durante la competencia. Grosser (1992) afirma que el rendimiento deportivo crea la posibilidad de conseguir el más alto potencial en las distintas capacidades mientras se compete.

Por ende, los deportistas deberán prepararse por medio de un proceso científico, sistemático y continuo conocido como entrenamiento deportivo. Además, existe la posibilidad de hacer convenios con practicantes de instituciones superiores que están dispuestos a brindar sus conocimientos en esta área y afectar positivamente al club deportivo y seguir aportando en su crecimiento académico. Por lo tanto, hay que tener claro que el entrenamiento concibe una agrupación de tareas que garantizan salud, educación, un desarrollo físico armónico, dominancia técnica - táctica y un elevado nivel de desarrollo de las capacidades específicas (Platonov, 2001).

Resulta un desafío para los entrenadores y preparadores físicos preparar a sus equipos, ya que el tiempo entre el lanzamiento del calendario competitivo y la pretemporada es muy corto, teniendo que organizar al equipo aceleradamente en todos los aspectos y responder con las fechas de los partidos. Por eso, se hace importante una gestión oportuna y preparar al equipo con tiempo independientemente de que no se sepa el calendario competitivo del torneo nacional, pues es mejor prevenir que estar expuesto a sorpresas por parte de los entes que organizan estos torneos. Es importante como persona a cargo de un individuo o grupo de ellos tener en cuenta que planificar es anticipar, prever una secuencia coherente y lógica del desarrollo de las actividades que nos trasladan a conseguir los objetivos que previamente se definieron. La planificación es, por lo tanto, un proceso que el entrenador persigue para poder definir las líneas de ordenación del entrenamiento, a lo largo de varios años, o a lo largo de un año de entrenamiento (Vasconcelos, 2005).

Aportando a esta misma idea, los principios en los que se fundamenta la división de la planificación de entrenamiento deportivo están vinculados con tres niveles estructurales: macrociclo, mesociclo y microciclo. Los macrociclos de entrenamiento abarcan la totalidad de los objetivos trazados en un plan de entrenamiento, dentro del cual se integran una fase de competencias. Existe la posibilidad de que hallan uno o más macrociclos durante la temporada. El mesociclo de entrenamiento está organizado por mínimos 2 microciclos y máximo 8 microciclos. Tienen como objetivos preparar al deportista de cara a la competencia. El microciclo de entrenamiento está constituido por varias sesiones que se organizan de forma

racional. Por lo general, van de 3 a 14 días pero lo usual es que demoren una semana. Su propósito es distribuir la carga de forma equilibrada con el fin de alcanzar el objetivo del mesociclo. La sesión de entrenamiento se considera la unidad fundamental para la organización del entrenamiento en ella están sumergidos los componentes de la carga del entrenamiento (García, et al., 1996).

Los entrenadores a cargo de estos equipos son personas con un bagaje en este campo, estudiados, con experiencias en selecciones, ex jugadores profesionales, mantienen relaciones con filiales de equipos profesionales y tienen varios años participando en estos torneos, así que es tiempo de dar todo de sí, dar buenos resultados, aplicar lo estudiado y dejar la bandera del departamento de Sucre en lo alto de estos torneos o por lo menos que sean capaces de soportar su plan de trabajo con la teoría, con bases científicas y alta calidad.

Es necesario que durante la preparación de los equipos, todos los individuos que conforman estos mismos estén presentes aunque sea en la unidad más mínima de todo el proceso, incluyendo todo el grupo interdisciplinario y los mismos jugadores, ya que todos deberían tener una misma visión y aportar su granito de arena de acuerdo a la función que cumpla cada uno. Entonces, resulta complejo conformar un equipo con integrantes de distintas zonas ya que no siempre cumplen con la frecuencia de entrenamiento estipulada teniendo que manejar las sesiones con un grupo minoritario y quizás perderse lo que tenían planeado con el grupo completo. De esta manera, se establece que como entrenadores *“debemos adaptarnos al medio y con los recursos que tenemos”* pero si no se cuenta con ciertas facilidades, sería pertinente brindar oportunidades a aquellos jugadores del contexto local y proponerse alcanzar nuevos objetivos con personas que también nos pueden brindar un trabajo serio y sobre todo mutuo.

En el deporte cada categoría traza unos objetivos específicos para alcanzar, así que, cada grupo de edad tiene al frente personas capacitadas que facilitan a los sujetos obtener dichos objetivos. Con esto queremos dejar claro que se planea un trabajo específico de acuerdo a la población que vamos atender, por eso difieren los ejercicios, métodos, aspectos de preparación y

contenidos según las personas que tengamos a nuestra disposición. De modo que, suele ser tedioso estar en el campo de entrenamiento y dirigir distintas categorías que aunque hacen parte de una misma institución y comparten una práctica del deporte en común, lo que se busca a través del mismo es distinto para cada uno de estos grupos. En este sentido, también hay clubes que determinan metas bastante altas con respecto a estos torneos. Sin embargo, estos entrenadores tienen en sus plantillas jugadores con edades por debajo del rango que el torneo exige, provocándoles ciertas desventajas en relación a sus expectativas, ya que, el desarrollo, nivel y el biotipo de los jugadores de otros equipos está por encima de la realidad que los acoge. Esto demuestra los fines con que los diversos equipos participantes afrontan estos torneos, es decir, su ambición de ganar es significativa y por ningún motivo buscan dar ventajas a sus contrarios.

Además de poder contar con un escenario adecuado y que se encuentre a la altura, resulta importante tener privacidad durante el desarrollo de los entrenamientos, o sea no es conveniente preparar al equipo en el mismo campo de juego donde lo hacen los demás equipos sucreños que por lo general participan en estos torneos y comparten un mismo grupo de eliminación. Lastimosamente, para estos equipos el tener que compartir estos espacios se les convierte en algo recurrente, por lo que tiene que adaptarse al servicio que les brindan los entes reguladores de estos escenarios, de lo contrario podrían exponer su participación por no contar con un espacio apropiado para ejercer su trabajo.

Al momento de precisar cuáles eran los equipos que participaban en el torneo nacional, nos dimos a la tarea de darles a conocer a los entrenadores y preparadores físicos el objetivo de esta investigación, invitándolos a que se vincularan a este mismo para generar un nuevo conocimiento en el marco del deporte y especialmente en el departamento de Sucre que carece de estos estudios. No obstante, no se logró contar con la totalidad de los clubes que van a participar en este torneo siendo indiferentes al llamado que se les hizo mostrándose esquivos a las reuniones pactadas previamente a la aplicación de los instrumentos. Por otra parte, los clubes seleccionados que abrieron sus puertas nos permitieron recolectar una información fundamental

para el desarrollo de nuestros resultados y de este modo concretar los objetivos que se determinaron en esta investigación, pues en su intervención nos encontramos con personas que reflejaron una actitud de entusiasmo tanto por el trabajo de ellos como por el que nosotros estábamos realizando, otros se expresaron tranquilos y simplemente describieron el trabajo que durante años venían poniendo en marcha y otros optaron por ser sinceros hablando con base a su realidad y la que atraviesa el deporte sucreño.

6. Recomendaciones

Está claro que el nivel competitivo en estos torneos es bastante exigente, por eso hay que rescatar especialmente el buen desempeño de los clubes sucreños que clasificaron en el torneo sub 17 categoría A y sus participaciones durante el mismo han dejado un rendimiento a la altura de esta competencia. Es fundamental, que tanto el cuerpo técnico, los jugadores y demás personas que se vinculan en el deporte a nivel local, sigan comprometidos con sacar adelante cada proyecto que se crea buscando promover el talento del deportista sucreño, un estado de satisfacción propio e impactar la capital a través del deporte.

En consecuencia esta investigación es importante y significativa porque permite abordar los procesos de entrenamiento que se llevan a cabo en los distintos clubes de fútbol del departamento de Sucre que participan en los torneos nacionales interclubes masculino en las categorías sub 17 y sub 20 y de esta manera relacionar el efecto que tienen o generan sobre el estado funcional de los jugadores con base al modelo o posición que los participantes tienen frente al fenómeno estudiado. Los entes deportivos departamentales y municipales también serán beneficiados con este proyecto ya que este servirá como soporte teórico y científico generando un conocimiento en la relación a los procesos serios de entrenamientos de cada uno de los clubes de fútbol en las categorías sub 17 y sub 20. Esto a un largo plazo promoverá la realización de proyectos deportivos que tengan una estructura coherente y sistemática en cuanto planeación y ejecución.

Por consiguiente, se recomienda para futuras investigaciones incluir en su totalidad todos los clubes que participan en estos torneos, sin pasar por alto los equipos nuevos que probablemente sostengan nuevas ideas y objetivos para alcanzar teniendo en cuenta las distintas categorías (sub15, sub 17 A y B, sub 20 B). Además, en la búsqueda de antecedentes y de estudios relacionados en el ámbito local no se encontraron investigaciones que tuvieran relación con la población estudiada, por ello como investigadores consideramos que es importante que se realicen estudios en el marco de la planificación deportiva ya sea en el fútbol u otros deportes.

7. Referencias Bibliográficas

- Agudo, D., Campos, O. (2017). Efectos de un Programa de Entrenamiento sobre la Potencia y Aceleración en Jóvenes Jugadores de Fútbol del Club F.C Tocancipá (tesis de pregrado) Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, Bogotá, Colombia.
- Alvarez Berta, L., & Lakmal Rupasinghe, K. (2017). Necesidad de un modelo de planificación del entrenamiento deportivo para el boxeo en Sri Lanka. *EFDeportes*, (January), 1–13.
- Attili, D. (2013). Planificación del entrenamiento en el Taekwondo Olímpico. X Congreso Argentino y V Latinoamericano de educación física y ciencias., 1–22. Retrieved from <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/38836>
- Badallo, S. (2017, 27 de Abril). Planificación deportiva. Mundo entrenamiento. Recuperado de <https://mundoentrenamiento.com/planificacion-deportiva/>
- Bettega, O. B., Galatti, L. R., Guilherme, A., Filho, S., Tozetto, A. B., Longarela Pérez, B., & Scaglia, A. J. (2016). Planificación Táctica en el Fútbol: Aspectos Generales y Específicos Tactical planning in soccer: general aspects and specific aspects *Planejamento tático no futebol: aspectos gerais e específicos*, 12(1), 45–52.
- Bohórquez, P. (2018, 14 de febrero). En marzo arranca el Campeonato Nacional Interclubes sub 17 masculino. Semilleros deportivos. Recuperado de <http://semillerosdeportivos.com/marzo-arranca-campeonato-nacional-interclubes-sub-17-masculino/>

Bompa, T., (2007). Periodización, Teoría y Metodología del Entrenamiento. Recuperado de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=L2yxtGPaxacC&oi=fnd&pg=PA5&dq=planificaci%C3%B3n+del+entrenamiento+en+clubes&ots=DKc6zjo_B7&sig=RRD9e3p4OwBl5Gf8IoMhWOanf1o#v=onepage&q=planificaci%C3%B3n%20del%20entrenamiento%20en%20clubes&f=false

Bustamante, G., Gutiérrez, M., Luperón., J. (2019, 17 de febrero). Fundamentos sobre la gestión de los clubes deportivos formativos en el Ecuador. Olimpia. Recuperado de <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/639/1122>

Campos, J., Cervera, V. (2003). *Teoría y planificación del entrenamiento deportivo*. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=8MdloHtUipEC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Cano, O. (2010). Modelos de planificación y su aplicabilidad en la preparación de equipos de fútbol profesional que participan en el torneo colombiano categoría primera A. Universidad De Antioquia Instituto Universitario De Educación Física Medellín, Colombia, 1–95. Retrieved from <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/243-modelos.pdf>

Dietrich, M., Klaus, C., Klaus, L. (2001) .Manual de Metodología del Entrenamiento Deportivo. Recuperado de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=_ehXzkJzpQIC&oi=fnd&pg=PT14&dq=definicion+entrenamiento+deportivo&ots=1MEM6tinD8&sig=boVJ5JITmsMcV17dX2CWz2KJ2Hc#v=onepage&q=definicion%20entrenamiento%20deportivo&f=false

División Aficionada del Fútbol Colombiano (2019). Competencias. Recuperado de <https://difutbol.org/interclubes/>

Enciclopedia virtual Eumed (S.F). Concepto de modelo. Recuperado de: http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/lsg/concepto_modelo.html

Federación colombiana de fútbol (2019). Reglamento Súper Copa Juvenil 2019. Recuperado de <https://fcf.com.co/index.php/reglamento-campeonato-2/>

Forteza A. (1995). Entrenamiento deportivo: preparación para el rendimiento. Armenia, Colombia: kinesis.

Forteza, A. (1999). Direcciones del entrenamiento deportivo: Metodología de la preparación del deportista. Recuperado de [https://www.ecured.cu/Direcciones_del_entrenamiento_deportivo_\(Libro\)](https://www.ecured.cu/Direcciones_del_entrenamiento_deportivo_(Libro))

Guimaraes, T. (2002). El entrenamiento deportivo: Capacidades físicas. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=acy9AI76ZcYC&pg=PA50&lpg=PA50&dq=Son+los+conocimientos+te%C3%B3rico+%E2%80%93+pr%C3%A1cticos+que+ayudan+al+entrenador+y+al+atleta+a+conseguir+el+m%C3%A1ximo+rendimiento+de+este+%C3%BAltimo.&source=bl&ots=b9sKn2B4LG&sig=do44xHNIVnTxnu2iw3eMiKHioNw&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwitzqLSz8beAhUM1VkkHSACh0Q6AEwAHoECAAQAQ#v=onepage&q=Son%20los%20conocimientos%20te%C3%B3rico%20%E2%80%93%20pr%C3%A1cticos%20que%20ayudan%20al%20entrenador%20y%20al%20atleta%20a%20conseguir%20el%20m%C3%A1ximo%20rendimiento%20de%20este%20%C3%BAltimo.&f=false>

- García Manso, J. Navarro, M. & Ruiz, J. (1996). Planificación del entrenamiento deportivo. Madrid: Gymnos.
- Grosser, M., (1992). El rendimiento deportivo como objetivo del entrenamiento. Recuperado de <http://www.paidotribo.com/pdfs/872/872.0.pdf>
- Hernández, R, Fernández, C, Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Colonia Desarrollo Santa Fe. México: McGRAW-HILL / interamericana editores, s.a. de C.V.
- Hidalgo, T., Gutiérrez, M., On. (2015). La planificación del entrenamiento con las capacidades físicas condicionales en las categorías formativas del fútbol en ecuador. (2015), 12(23), 137–148.
- Lagardera, F. (2008). Diccionario paidotribo de la actividad física y el deporte. Badalona, España: Paidotribo.
- Loaiza, G. (2018). Planificación de una temporada en baloncesto siguiendo el modelo de Periodización en bloque ATR (trabajo de 3o de Carrera de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte), (February). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.36234.36801>
- Matveev, L. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo*. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=Fj5HEuujyToC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbg_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Matvéev, L. (1983). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Recuperado de <file:///C:/Users/Usuario/Documents/LIBROS/MATVEET%20Fundamentos%20del%20Entrenamiento%20Deportivo.pdf>

- Mestre, J. (2004). Planificación deportiva- Teoría Y Práctica. Recuperado de [https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=7SL6PC_YNdIC&oi=fnd&pg=PA61&dq=Mestre,+J.+\(1997\).Planificaci%C3%B3n+deportiva-+Teor%C3%ADa+Y+Pr%C3%A1ctica.&ots=TgjGoPNgYi&sig=ZiYc3Oym5AksbmMfg3WQi2dAbsM#v=onepage&q=Mestre%2C%20J.%20\(1997\).Planificaci%C3%B3n%20deportiva-%20Teor%C3%ADa%20Y%20Pr%C3%A1ctica.&f=false](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=7SL6PC_YNdIC&oi=fnd&pg=PA61&dq=Mestre,+J.+(1997).Planificaci%C3%B3n+deportiva-+Teor%C3%ADa+Y+Pr%C3%A1ctica.&ots=TgjGoPNgYi&sig=ZiYc3Oym5AksbmMfg3WQi2dAbsM#v=onepage&q=Mestre%2C%20J.%20(1997).Planificaci%C3%B3n%20deportiva-%20Teor%C3%ADa%20Y%20Pr%C3%A1ctica.&f=false)
- Nogueira, F. C. d. A., de Freitas, V. H., Nogueira, R. A., Miloski, B., Werneck, F. Z., & Bara-Filho, M. G. (2018). Mejora del rendimiento físico, perfil hormonal, balance estrés-recuperación y aumento del daño muscular basado en la planificación específica de pretemporada en el fútbol sala. *Revista Andaluza de Medicina Del Deporte*, 11(2), 63–68. <https://doi.org/10.1016/j.ramd.2015.11.008>
- Odriozola, P. (2015). Características de la preparación física actual en la 3ª división de fútbol (temporada 2014/2015) (tesis de postgrado) Universidad Miguel Hernández de Elche, Elche, España.
- Ortega, J. (2016). Planificación de la preparación física en etapas de formación de 10 - 12 años del club sport sur de pasaje (tesis de pregrado) Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- Otero Díaz, J. (2017). Representaciones sociales del matrimonio en el adulto joven de la ciudad de Santa Marta. Vitela.
- Platonov, V. (2001). Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico. Recuperado de <http://cpncampus.com/biblioteca/files/original/74b063b9ce8e962c39d3490e311d55e4.pdf>

- Parella, S., Martins, F. (2012). Metodología de la investigación cuantitativa. Recuperado de <file:///C:/Users/Usuario/Documents/LIBROS/Libro%20Filiberto%20Martins.pdf>.
- Pérez, S., Iglesias, C., Sánchez, A., Rodríguez, A. (2017). Planificación de la temporada para jugadores de fútbol juveniles de alta pericia deportiva, (July).
- Perlaza, F., González, M., Bañol, C., Zavala, M. (2014, 30 de octubre). Modelo de planificación para equipos de la primera división del fútbol ecuatoriano. Propuesta para un proyecto investigativo. EFdeportes. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd198/planificacion-para-equipos-de-futbol-ecuatoriano.htm>
- Pérez-Parra, J. E., García-Solano, K. B., & Montealegre-Mesa, L. M. (2017). Efectos del programa de entrenamiento Los 11 FIFA® sobre la fuerza resistencia, la flexibilidad y el equilibrio en mujeres futbolistas de 14 a 18 años. *Fisioterapia*, 39(5), 202–208. <https://doi.org/10.1016/j.ft.2017.03.001>
- Ramos, S., Ayala, C. F., & Aguirre, H. H. (2012). Planificación del entrenamiento en juegos y criterios en los juego Suramericanos Medellín 2010. *Revista U.D.C.A Actualidad y Divulgación Científica*, 15, 67–76.
- Rivera, M. (2016). Entrenamiento deportivo de fútbol femenino entre las edades de 12 a 18 años en la ciudad de Guatemala (tesis de pregrado) universidad Galileo, Guatemala.
- Salinas, D. (2015). Los sistemas de entrenamiento en las carreras de 5000 y 10000 metros planos de los deportistas de atletismo del club corredores sin fronteras de la ciudad de Ambato (tesis de pregrado). Universidad técnica de Ambato. Ecuador.

- Sierra, R. (1994). Técnicas de investigación social. Teoría y ejercicios. Recuperado de <https://abcproyecto.files.wordpress.com/2018/11/sierra-bravo-tecnicas-de-investigacion-social.pdf>
- Tassi, J. (2017). Metodologías y modelos de planificación en el fútbol actual: Acentuación psicológica en la periodización táctica y el microciclo estructurado. 12º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 13 al 17 de noviembre 2017, Ensenada, Argentina. Educación Física: construyendo nuevos espacios. EN: Actas (2017). Ensenada: Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física. En Memoria Académica. Disponible en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.10204/ev.10204.pdf
- Unanua, J. (2016). Nuevos modelos de entrenamiento en el fútbol (tesis de pregrado). Universidad de León, ciudad de León, España.
- Vargas, A., Urkiza, I., Gil, S. (2015). Efecto de los partidos de pretemporada en la planificación deportiva : Variabilidad en las sesiones de entrenamiento Effect of preseason matches in sports planning : Variability of training sessions, 2041, 45–51.
- Vasconcelos, A. (2005). Planificación y organización del entrenamiento deportivo. Recuperado de https://books.google.com.co/books/about/PLANIFICACION_Y_ORGANIZACION_DEL_ENTRE.html?id=NM0H3TDdLAC&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Vera, J., Ferrebus, J., Mariño, M. (2013). Programa para el entrenamiento de la resistencia en el fútbol. Revista Actividad Física y Desarrollo Humano, 162–168.

Verkhosansky, Y. (2001). Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. España: Paidotribo.

Viru, A., Viru, M. (2003). Análisis y control del rendimiento deportivo. Recuperado de https://books.google.com.co/books/about/AN%C3%81LISIS_Y_CONTROL_DEL_RENDIMIENTO_DEPO.html?id=nyMfAoEVXhcC&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Vinuesa, M., Vinuesa, I. (2016). Conceptos y métodos para el entrenamiento físico. Recuperado de https://publicaciones.defensa.gob.es/media/downloadable/files/links/c/o/conceptos-y-m_todos-para-el-entrenamiento-f_sico.pdf

Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Recuperado de https://isfd18-bue.infod.edu.ar/aula/archivos/repositorio/0/135/Entrenamiento_Total__Jurgen_Weinek.pdf

8. Anexos

Anexo 1. Entrevista Semiestructurada

Entrevista

Objetivos: Caracterizar los modelos de planificación del entrenamiento e interpretar las necesidades y demandas de preparación de los clubes de fútbol del departamento de Sucre categoría sub 17 y sub 20.		
Nombre del entrevistador:		
Datos del entrevistado		
Nombre:	Edad:	Sexo:
Profesión:	Estado civil:	
Municipio:	Observación:	
Dirección:		


Preguntas:

1. ¿Atendiendo que hay unos modelos para la planificación del entrenamiento podría decirnos con cuál de ellos se identifica y por qué lo aplica?
2. ¿Cree usted que el modelo aplicado es el más apropiado para el entrenamiento del fútbol?
3. ¿Hace cuánto está utilizando dicho modelo de planificación?
4. ¿Qué ventajas cree usted que le brinda utilizar un modelo de planificación del entrenamiento?
5. ¿Cómo organiza usted los tiempos de preparación de acuerdo a la competencia?
6. ¿Cuenta su proceso de preparación con todas las estructuras cíclicas del entrenamiento?
¿Qué duración tiene cada una de ellas?
7. ¿Cómo está compuesto el grupo interdisciplinario del club?
8. ¿Cada cuánto somete a los jugadores a realizarse evaluaciones funcionales y antropométricas?
9. ¿Qué aspectos de la preparación del deportista tiene en cuenta para llevar a cabo su proceso de cara a la competición?

Anexo 2. Validación del Instrumento

1

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

 **CECAR**
Corporación Universitaria del Caribe

Sinlejo, enero 23 de 2020

Grupo Docentes

Juan Ignacio Aduén Ángel

José Ramón Sanabria Navarro

Jesús León Lozada Medina

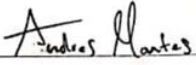
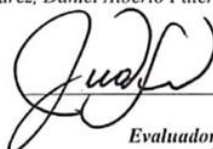
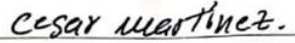
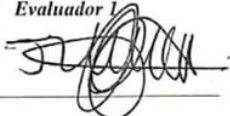
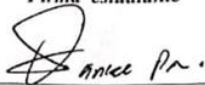

Corporación universitaria del caribe CECAR

Reciban un cordial saludo,

Grupo Docentes expertos en el área del entrenamiento deportivo la presente es con el fin de pedir encarecidamente que evalúen y posteriormente validen el instrumentado creado para desarrollar nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martinez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.

 _____ <i>Firma estudiante</i>	 _____ <i>Evaluador 1</i>
 _____ <i>Firma estudiante</i>	 _____ <i>Evaluador 2</i>
 _____ <i>Firma estudiante</i>	 _____ <i>Evaluador 3</i>

Anexo 3. Consentimiento Informado

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, marzo 11 de 2020

Entrenador

Fabián Contreras

Sport Club Colombia

Sincelejo – Sucre

Reciba un cordial saludo,

*Señor **Fabián Contreras** la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.*

Muchas gracias

Atte: Andrés Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.

César Martínez

Firma estudiante

Manuel Góez C.

firma entrenador

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, marzo 5 de 2020

Entrenador

Reinaldo Hernández

Club Deportivo Carmen Sport

Sincelejo – Sucre

Reciba un cordial saludo,

Señor Reinaldo Hernández, la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.



Firma estudiante



firma entrenador

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



i

Sincelejo, marzo 5 de 2020

Entrenador

Uver Colón

Club Deportivo Tolu'viejo F.C

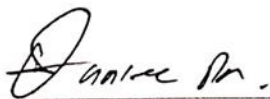
Tolú viejo – sucre

Reciba un cordial saludo,

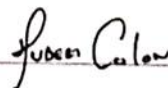
Señor Uver Colón la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.



Firma estudiante



firma entrenador

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, febrero 28 de 2020

Entrenador

Omar Urueta

Club Deportivo Juventud Cortijo

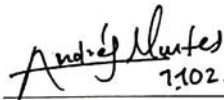
Sincelejo – sucre

Reciba un cordial saludo,

Señor **Omar Urueta** la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: *Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20*; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: *Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.*


7.102.980.222

Firma estudiante


firma entrenador

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, febrero 25 de 2020

Entrenador

José Ortega

Club Deportivo Flamengo F.C

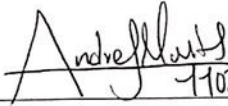
Sincelejo – sucre

Reciba un cordial saludo,

Señor **José Ortega** la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: *Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.*

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.


7102.880222

Firma estudiante


firma entrenador
78094329.

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, febrero 26 de 2020

Entrenador

Henry Benítez

Sampués Fútbol Club F.C

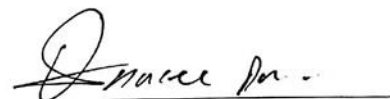
Sincelejo – sucre

Reciba un cordial saludo,

Señor Henry Benítez la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.



Firma estudiante



firma entrenador

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



1

Sincelejo, marzo 11 de 2020

Entrenador

Juan José Pérez

Club Deportivo Fleming Three

San Onofre – Sucre

Reciba un cordial saludo,

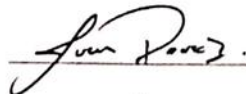
Señor Juan José Pérez la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.



Firma estudiante



firma entrenador

Escaneado con CamScanner

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, febrero 25 de 2020

Entrenador

Jamer Olivera

Club Deportivo Caribe Soccer

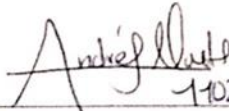
Sincelejo – sucre

Reciba un cordial saludo,

Señor **Jamer Olivera** la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: *Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20*; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Rios.


1102880222

Firma estudiante



firma entrenador

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA DEL CARIBE CECAR
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA



Sincelejo, febrero 25 de 2020

Entrenador

Eudeivis Romero

Club Deportivo Alianza Cristiana

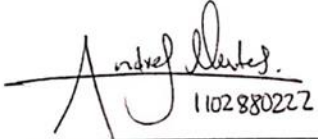
Sincelejo – sucre

Reciba un cordial saludo,


Señor Eudeivis Romero la presente es con el fin de pedir encarecidamente que participe en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación titulado: Modelos de Planificación del Entrenamiento en Clubes de Fútbol del Departamento de Sucre que Participan en Torneos Nacionales Interclubes Masculino Sub 17 y Sub 20; dándole respuestas a una serie de preguntas que conforman una entrevista semiestructurada, el cual es uno de los instrumentos utilizados en este estudio.

Muchas gracias

Atte: Andres Felipe Montes Sierra, Cesar Javier Martínez Álvarez, Daniel Alberto Paternina Ríos.


1102 880222

Firma estudiante



firma entrenador

Anexo 4. Cuadro de Triangulación con Categorías

Cuadro 29. Ejemplo de una matriz de aspectos relevantes de la información recolectada (Triangulación)

Aspectos claves categorizados por variable	Trabajo de Campo		Revisión bibliográfica Síntesis interpretativa	(Posición del investigador)
	Información del instrumento aplicado a los profesores del área de matemática	Aportes suministrados en la entrevista a profundidad aplicada a los coordinadores académicos		

186

Santa Paloma Stracuzzi y Feliberto Martins Pestana

Anexo 5. Entrenamientos de los Clubes



Anexo 6. Equipos Sucreños Participantes en los Torneos Nacionales

Participaciones en el torneo nacional interclubes masculino sub 17 y sub 20 (DIFUTBOL)			
Año 2018			
Categoría Sub 17	Flamengo	Categoría Sub 20	Boca Juniors
	Carmen Sport		
	Semillero Sucreño		
	Talento Corozalero		
	Alianza Cristiana		
	Juventud Cortijo		
	Comfasucre		
	Sampués		
	San Pedro		
	Once Sucre		
	Selección Sucre Pre-juvenil		
Súper copa juvenil sub 20 A (FCF)			
Categoría Sub 20		Juventud Cortijo	

Participaciones en el torneo nacional interclubes masculino sub 17 y sub 20 (DIFUTBOL)			
Año 2019			
Categoría Sub 17	Flamengo	Categoría Sub 20	Boca Juniors BJ
	Carmen Sport		
	Talento Corozalero		
	Alianza Cristiana		
	Juventud Cortijo		
	Caribe Soccer		Once Sucre
	Once Sucre		
	Tolú Viejo F.C		
	Amigos de Juan Bosco		
	Sampués F.C		
Súper copa juvenil sub 20 A (FCF)			
Categoría Sub 20		No registra	

Participaciones en el torneo nacional interclubes masculino sub 17 y sub 20 (DIFUTBOL)					
Año 2020					
Categoría Sub 17 "A"	Sampués FC	Categoría Sub 17	Flamengo	Categoría Sub 20	No registra
			Carmen Sport		
			Semillero Sucreño		
	Talento Corozalero				
	Alianza Cristiana				
	Sport Club Colombia				
	Talento Sucreño				
	Alethic Corozal				
	Fleming Three				
Once Sucre					
Caribe Soccer					
Súper copa juvenil sub 20 A (FCF)					
Categoría Sub 20			No registra		

Anexo 7. Desarrollo de la Competencia

