



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TÍTULO DE ARTÍCULO

**PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR EL GOLPE DE
REVÉS EN ATLETAS DE TENIS DE MESA**

AUTORA

CUCALÓN FRANCO, EVELYN SUCCETTY

TRABAJO DE TITULACIÓN
Previo a la obtención del grado académico en
MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TUTORA

PAULA CHICA, MARITZA GISELLA.

Santa Elena, Ecuador

Año 2024



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**Lic. Daniela Manrique Muñoz, Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**PhD. Maritza Gisella Paula Chica
TUTOR**

**Ph.D. Joseph Taro
ESPECIALISTA 1**

**Gioconda Xiomara Herdoiza
Moran Mgtr.
ESPECIALISTA 2**

**Abg. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL
UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN:

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por EVELYN SUCETTY CUCALÓN FRANCO, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

MARITZA GISELLA PAULA CHICA, PH.D.
C.I. 0910610682
TUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, EVELYN SUCSETTY CUCALÓN FRANCO

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR EL GOLPE DE REVÉS EN ATLETAS DE TENIS DE MESA previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo., ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 19 días del mes de octubre de año 2024

EVELYN SUCSETTY CUCALÓN FRANCO
C.I. 0918593112
AUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, EVELYN SUCSETTY CUCALÓN FRANCO

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR EL GOLPE DE REVÉS EN ATLETAS DE TENIS DE MESA con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 19 días del mes de octubre de año 2024

EVELYN SUCSETTY CUCALÓN FRANCO
C.I. 0918593112
AUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR EL GOLPE DE REVÉS EN
ATLETAS DE TENIS DE MESA**

Autor: Lic. Evelyn Succetty Cucalón Franco

Tutor: Ph.D. Maritza Gisella Paula Chica

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue diseñar y evaluar un programa de entrenamiento para mejorar el golpe de revés en jóvenes atletas de tenis de mesa. La metodología incluyó un enfoque cuasiexperimental con 12 estudiantes (14-17 años) de la Unidad Educativa José Joaquín de Olmedo. Se realizaron sesiones de entrenamiento durante ocho semanas, utilizando el Test de 30 bolas como medida pre y post-test para evaluar la precisión y técnica del golpe. Los resultados mostraron mejoras significativas en el rendimiento. En el pre-test, los atletas lograron un promedio de 7,08 golpes correctos, mientras que en el post-test, este promedio aumentó a 16,75 ($p < 0,001$). Se observó una alta correlación positiva entre los resultados del pre-test y post-test ($r = 0,936$, $p < 0,001$), lo que indica que el programa fue efectivo. El análisis estadístico prueba T de Student, confirmó que la diferencia entre ambos test era significativa ($t = 11,296$, $p < 0,001$). Este estudio destaca la importancia de un entrenamiento estructurado que integre ejercicios de coordinación y fuerza, contribuyendo así al desarrollo integral de los atletas en tenis de mesa. Las mejoras en el golpe de revés no solo reflejan avances técnicos, sino también un crecimiento en la motivación y habilidades cognitivas necesarias para el deporte.

Palabras claves: Programa de entrenamiento, Golpe de revés, Jóvenes atletas, Tenis de mesa



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR EL GOLPE DE REVÉS EN
ATLETAS DE TENIS DE MESA**

Autora: LIC. EVELYN SUCCETTY CUCALÓN FRANCO

Tutora: PH.D. MARITZA GISELLA PAULA CHICA

ABSTRACT

The objective of this study was to design and evaluate a training program aimed at improving the backhand stroke in young table tennis players. A quasi-experimental design was employed with 12 students (aged 14-17) from the José Joaquín de Olmedo Educational Unit. Training sessions were conducted over six weeks, using the 30-ball test as a pre- and posttest measure to assess stroke accuracy and technique. Results showed significant improvements in performance. In the pre-test, athletes achieved an average of 7.08 correct strokes, while in the post-test, this average increased to 16.75 ($p < 0.001$). A high positive correlation was observed between the pre-test and post-test results ($r = 0.936$, $p < 0.001$), indicating the effectiveness of the program. Statistical analysis, using the Student's t-test, confirmed that the difference between both tests was significant ($t = 11.296$, $p < 0.001$). This study highlights the importance of a structured training program that integrates coordination and contributing to strength the exercises, comprehensive development of table tennis athletes. Improvements in the backhand stroke not only reflect technical advancements but also growth in motivation and cognitive skills necessary for the sport.

Keywords: Training program, Backhand stroke, Young athletes, Table tennis



UPSE

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO

TEMA

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Revista Científica



CIENCIA Y EDUCACIÓN
E-ISSN: 2707-3378
L-ISSN: 2790-8402

CONSEJO EDITORIAL REVISTA
CIENCIA Y EDUCACIÓN

Asunto: Certificación Oficio N° Cienc-educ2024-13932544
Ecuador, 15 de Octubre del 2024

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y la
Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: "*Programa de entrenamiento para mejorar el golpe de revés en atletas de tenis de mesa*". Siendo:

*Autores: Lic. Evelyn Succetty Cucalón Franco,
PhD. Maritza Gisella Paula Chica.*

Fue presentado, revisado, aprobado y publicado por el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación en la *EDICIÓN ESPECIAL UPSE de AGOSTO del 2024*, de la página 210 a la 220, siendo publicado el *13/10/2024* el cual consta dentro de la publicación, tal como consta en los archivos respectivos de la Comisión de Publicaciones – (CERCE) pudiendo acceder con el siguiente link:
<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.13932544>

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, facultando a los interesados hacer uso del presente documento.

Atentamente
Duanys Miguel Peña Lopez
Director General



Nombre de la revista

Ciencia y Educación

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/issue/view/63>