



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

TÍTULO DE ARTÍCULO

**GUÍA METODOLÓGICA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR LA TÉCNICA
INDIVIDUAL EN JUGADORES DE FÚTBOL**

AUTOR

Lcdo. Jorge Alonso Reyes Erazo

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

TUTOR

Mgtr. Marcelo Ávila Mediavilla

Santa Elena, Ecuador

Año 2024



UPSE

**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.

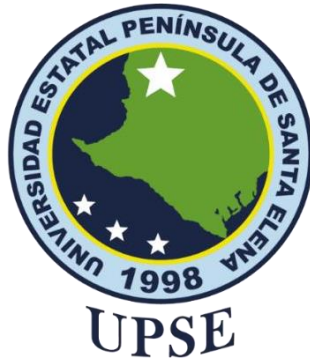
**Daniela Manrique Muñoz, Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**Marcelo Ávila Mediavilla, Mgtr.
TUTOR**

**PhD. Gisella Paula Chica
ESPECIALISTA 1**

**PhD. Joseph Taro
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 Jorge Alonso Reyes Erazo, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Marcelo Ávila Mediavilla, Mgtr.

C.I. 171415008-1
TUTOR



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

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Lcdo. JORGE ALONSO REYES ERAZO

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, Guía Metodológica de Entrenamiento para mejorar la Técnica Individual en jugadores de Fútbol, 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 23 días del mes de marzo del año 2024



firmado electrónicamente por
**JORGE ALONSO REYES
ERAZO**

Lcdo. Jorge Alonso Reyes Erazo

C.I. 171776672-7

AUTOR



UPSE

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

AUTORIZACIÓN

Yo, Lcdo. JORGE ALONSO REYES ERAZO

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 Guía Metodológica de Entrenamiento para mejorar la Técnica Individual en jugadores de Fútbol, 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 23 días del mes de marzo del año 2024



firmado electrónicamente por:
**JORGE ALONSO REYES
ERAZO**

Lcdo. Jorge Alonso Reyes Erazo

C.I. 171776672-7
AUTOR



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

TEMA

**GUÍA METODOLÓGICA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR LA TÉCNICA
INDIVIDUAL EN JUGADORES DE FÚTBOL**

Autor: Lcdo. Jorge Alonso Reyes Erazo

Tutor: Marcelo Ávila Mediavilla, Mgtr.

RESUMEN

Introducción: El fútbol destaca por su complejidad técnica y táctica, en que la técnica individual es crucial para resolver situaciones ofensivas y defensivas, la identificación y abordaje de estas deficiencias es fundamental para el éxito en el campo.

Objetivo: El objetivo de este estudio fue analizar las evaluaciones de las pruebas de control y conducción del balón en jugadores de la categoría reserva de la Academia de Fútbol Zurdo Reyes, con el fin de diseñar una guía metodológica de entrenamiento de mejora técnica individual.

Métodos: Se empleó un diseño mixto y no experimental, con un enfoque explicativo secuencial. La técnica utilizada fue la observación, y se utilizaron dos pruebas de evaluación para medir el control y la conducción del balón. La muestra consistió en 18 jugadores seleccionados de forma aleatoria simple.

Resultados: Los resultados de las pruebas indicaron que los jugadores presentaron un rendimiento por debajo del esperado, lo que sugiere la necesidad de desarrollar una guía metodológica de entrenamiento para mejorar las habilidades técnicas.

Conclusiones: La guía metodológica propuesta se basa en un análisis detallado de las pruebas de control y conducción del balón en jugadores de la categoría reserva. Se centra en el desarrollo de habilidades específicas identificadas en las evaluaciones, abordando deficiencias en el control, conducción y toma de decisiones. Esto permite optimizar los programas de entrenamiento y proporcionar una base sólida para el desarrollo técnico individual de los jugadores.

Palabras Clave: Fútbol, técnica, guía metodológica, entrenamiento.



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

TEMA

**METHODOLOGICAL TRAINING GUIDE TO IMPROVE INDIVIDUAL TECHNIQUE IN
SOCCER PLAYERS**

Autor: Lcdo. Jorge Alonso Reyes Erazo

Tutor: Marcelo Ávila Mediavilla, Mgtr.

ABSTRACT

Introduction: Soccer stands out for its technical and tactical complexity, where individual technique is crucial for resolving offensive and defensive situations. Identifying and addressing these deficiencies is essential for success on the field.

Objective: To analyze the evaluations of ball control and dribbling tests in players from the reserve category of the Zurdo Reyes Football Academy, in order to design a methodological training guide for individual technical improvement.

Methods: This study employed a mixed and non-experimental design, with a sequential explanatory approach. Observation was used as the technique, and two evaluation tests were used to measure ball control and dribbling. The sample consisted of 18 randomly selected players.

Results: The results obtained from the application of the two tests demonstrated that the players have a performance below the expected, highlighting the need to construct a methodological training guide to improve technical skills.

Conclusions: This methodological guide arises from a detailed analysis of ball control and dribbling tests in reserve category players. It focuses on developing specific skills identified in the evaluations, addressing deficiencies in control, dribbling, and decision-making, thereby optimizing training programs. It provides a systematic and progressive framework to enhance players' technical.

Keywords: Soccer, technique, methodological guide, performance.



UPSE

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

**GUÍA METODOLÓGICA DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR LA TÉCNICA
INDIVIDUAL EN JUGADORES DE FÚTBOL**

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN



ATENA JOURNALS

<https://www.atenajournals.com>

CERTIFICATE OF ACCEPTANCE

Dear authors: **Reyes Erazo Jorge Alonso, Carlos Marcelo Ávila Mediavilla**

We certify that your manuscript with title "Guía metodológica de entrenamiento para mejorar la técnica individual en jugadores de fútbol" has been accepted to be published in the *Vol. 7 (2025)* of *Atena Journal of Sports Sciences* (ISSN: 2695-4486). The article will be published after final quality checks.

The journal is indexed/abstracted in: Google Scholar, Latindex, Dialnet, Redib, ERIH PLUS, MIAR, Publons, Index Copernicus, CiteFactor, Library of Science.

Editor *Atena Journal of Sports Sciences*
Dr. Guillermo Felipe López Sánchez

Nombre de la revista

ATENA JOURNALS <https://www.atenajournals.com>