



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

TÍTULO DE ARTÍCULO

**IMPACTO DEL ENTRENAMIENTO TÉCNICO EN LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN
NIÑOS FUTBOLISTAS DE 10-12 AÑOS**

AUTOR (A)

León Uyaguari Nelson Gabriel

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

TUTOR (A)

Mgtr. Diana Mendoza Avilés

Santa Elena, Ecuador

Año 2025



**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**

**Mgtr. Diana Mendoza Avilés
TUTOR**

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

**Mgtr. Juan Fernando Enderica
Salgado
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 Nelson Gabriel León Uyaguari como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Mgtr. Diana Mendoza Avilés
C.I. 1310240021
TUTOR (A)



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

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Nelson Gabriel León Uyaguari

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, Impacto del entrenamiento técnico en las capacidades físicas en niños futbolistas de 10-12 años 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 11 días del mes de febrero de año 2025

NELSON GABRIEL LEÓN UYAGUARI
C.I. 1400973986
AUTOR (A)



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

AUTORIZACIÓN

Yo, Nelson Gabriel León Uyaguari

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 Impacto del entrenamiento técnico en las capacidades físicas en niños futbolistas de 10-12 años 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 11 días del mes de febrero de año 2025

NELSON GABRIEL LEÓN UYAGUARI
C.I. 1400973986
AUTOR (A)



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

TEMA

Impacto del entrenamiento técnico en las capacidades físicas en niños futbolistas de 10-12 años

Autor: Lic. Nelson Gabriel León Uyaguari

Tutor: Mgtr. Diana Carolina Mendoza Avilés

RESUMEN

El presente estudio evaluó el impacto del entrenamiento técnico especializado en las capacidades físicas de niños futbolistas de 10 a 12 años. Se aplicó un enfoque experimental con métodos cuantitativos, utilizando pruebas físicas y cuestionarios psicológicos para analizar el desarrollo de fuerza, resistencia, velocidad y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. La población de estudio incluyó 20 niños seleccionados de la Escuela de Fútbol del Gobierno Autónomo Parroquial de Sinaí. Los resultados mostraron mejoras significativas en la fuerza explosiva, velocidad de sprint y resistencia tras la intervención técnica, validando la eficacia de un enfoque estructurado frente a métodos tradicionales. Desde una perspectiva psicológica, los participantes mostraron altos niveles de motivación y habilidad mental, aunque la cohesión grupal presentó oportunidades de mejora. Estos hallazgos destacan la importancia de un enfoque integral que combine aspectos técnicos, físicos y psicológicos en la formación deportiva. Se concluye que el entrenamiento técnico es esencial para optimizar el desarrollo físico y mental en esta etapa formativa, sugiriendo su inclusión en programas de fútbol base. Investigaciones futuras deberían explorar los efectos a largo plazo de estos programas en habilidades tácticas y prevención de lesiones.

Palabras clave: entrenamiento técnico, capacidades físicas, fútbol base, desarrollo motor, rendimiento deportivo.



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

TEMA

Impacto del entrenamiento técnico en las capacidades físicas en niños futbolistas de 10-12 años

Autor: Lic. Nelson Gabriel León Uyaguari

Tutor: Mgtr. Diana Carolina Mendoza Avilés

ABSTRACT

The present study evaluated the impact of specialized technical training on the physical abilities of soccer children aged 10 to 12. An experimental approach with quantitative methods was applied, using physical tests and psychological questionnaires to analyze the development of strength, endurance, speed, and psychological characteristics related to sports performance. The study population included 20 children selected from the Soccer School of the Autonomous Parish Government of Sinai. The results showed significant improvements in explosive strength, sprint speed, and endurance after the technical intervention, validating the effectiveness of a structured approach compared to traditional methods. From a psychological perspective, participants showed high levels of motivation and mental ability, although group cohesion revealed areas for improvement. These findings highlight the importance of an integral approach combining technical, physical, and psychological aspects in sports training. It is concluded that technical training is essential to optimize physical and mental development at this formative stage, suggesting its inclusion in grassroots soccer programs. Future research should explore the long-term effects of these programs on tactical skills and injury prevention.

Keywords: technical training, physical capacities, grassroots soccer, motor development, sports performance.



UPSE

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

TEMA

Impacto del entrenamiento técnico en las capacidades físicas en niños futbolistas de 10-12 años

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: Certificado de
aceptación para revisión y
publicación de artículo científico

Oficio N° Cienc-educ2025-03205-C
Ecuador, 2 de Febrero del 2025

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

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: *"Impacto del entrenamiento técnico en las capacidades físicas en niños futbolistas de 10-12 años"*. Siendo:

*Autores: Lic. Nelson Gabriel León Uyaguari,
Mgtr. Diana Carolina Mendoza Aviles.*

Fue:

Enviado: 30 de Diciembre del 2024

Comienzo de revisión: 1 de Enero del 2025

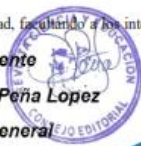
Fue presentado, para su revisión, aprobación y publicación por el autor principal ante el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación en la correspondiente fecha *Edición Especial de la UPSE del 2025*. Lo cual consta dentro del sitio web de la revista *Ciencia y Educación*.

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

Atentamente

Duanys Miguel Peña López

Director General



Nombre de la revista

Revista Científica Ciencia y Educación

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/issue/view/71>