

ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

TESIS DE GRADO, PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO
EN LA CARRERA DE LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

TEMA

**“Incidencia de la lateralidad en el desarrollo de la
capacidad técnica coordinativa en la faja etárea de
8-12 años de la Escuela de Fútbol Semillas en el
período Abril - junio 2006”.**

Propuesta Alternativa

AUTOR: Ramírez Cabrera Francisco Alexander

DIRECTOR DE TESIS: Master Patricio Ponce

CODIRECTOR: Master Mario Vaca

Sangolquí - 2006

CERTIFICACIÓN

Que el trabajo de investigación titulado, “ Incidencia de la lateralidad en el desarrollo de la capacidad técnica coordinativa en la faja etárea de 8 - 12 años de la escuela de fútbol ” Semillas” en el periodo abril – junio 2006. Propuesta Alternativa” y realizado por el señor Francisco Alexander Ramírez Cabrera, ha sido revisado prolijamente y cumple con los requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, por lo que nos permitimos acreditarlo y autorizar al interesado para que lo sustente públicamente.

Sangolquí, noviembre del 2006

Msc. Patricio Ponce
DIRECTOR

Msc. Mario Vaca
CODIRECTOR

AGRADECIMIENTO

Una vez cumplido con las exigencias que demanda el ser alumno de la ESPE, y haber tenido la oportunidad de culminar con éxito mi carrera profesional, deseo hacer extensivo mi eterno agradecimiento a Dios y a todos quienes contribuyeron para que esto sea una realidad.

Un agradecimiento especial a la Facultad de Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación , a su personal docente y administrativo que incondicionalmente colaboraron con mi formación académica, acrecentando de esta manera los ideales que maneja esta prestigiosa institución.

De manera particular al señor Msc Patricio Ponce director de la presente tesis y al señor Msc. Mario Vaca codirector de la presente tesis, quienes han aportado con su conocimiento y experiencia, fundamental para el desarrollo de este trabajo de investigación.

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación es dedicado a mis padres y hermanos quienes supieron darme ejemplo de responsabilidad y perseverancia, además, me extendieron su apoyo incondicional que fue fundamental par culminar con éxito esta profesión.

AUTORIA

Todas las ideas, criterios y propuesta alternativa, que constan en el presente documento, son de exclusiva responsabilidad de su autor y autorizo a la ESPE para que sea publicado en la página Web.

Francisco Alexander Ramírez Cabrera

INTRODUCCIÓN

La enseñanza en el modelo pedagógico de la educación juega un papel muy primordial al momento de formar talentos deportivos en el fútbol.

Es por ello la necesidad de enfatizar en el aprendizaje correcto mediante métodos técnicos, caminos, sistemáticos, organizados, secuenciales, encaminados a dar conocer algunas consideraciones del Sistema Educativo y dentro del mismo la etapa de Iniciación Deportiva , la cual se considera la base o pilar principal de los resultados del Deporte en la arena nacional e internacional, de ahí que en él, se traten una serie de aspectos didácticos importantes los cuales deben ser omitidos, por constituir los mismos eslabones inseparables de un sistema bien concebido y estructurado, desde su comienzo hasta las edades en que deben comenzar los diferentes deportes según sus exigencias y características.

Para lograr conformar esta unidad estratégica debemos apoyarnos en un sólido proceso de enseñanza deportiva, mediante el desarrollo de capacidades y cualidades en el fútbol, como es la lateralidad y coordinación, para ello la integración del niño juega un papel protagónico fundamental desde las fases de formación Deportiva donde se desarrollan de forma general las habilidades motrices básicas y deportivas, las cuales sirven como base a la siguiente etapa de desarrollo de la iniciación deportiva y comienzo de la especialización, transitando por la fase de Perfeccionamiento hasta lograr la Maestría Deportiva en un deporte tan practicado.

Cada vez observamos la creación de escuelas de fútbol, que motivan a padres de familia y niños a formar parte de este mundo fascinante del fútbol, no solo por sus beneficios para la salud y calidad de vida, sino

también es una luz en el camino para las familias de escasos recursos económicos que sueñan con ver a sus hijos jugando en equipos profesionales, ya que en la actualidad es una de las profesiones mejor remuneradas.

Es importante conocer en las divisiones formativas de los clubes de fútbol los diferentes parámetros del entrenamiento a ciertas edades y el poder contar con herramientas que pueda coadyuvar a la mejor formación del deportista, aprovechando al máximo el tiempo de entrenamiento y sin lugar a duda a conseguir las metas señaladas.

Es necesario optimizar los procesos de aprendizaje, mediante el conocimiento general del fútbol, sus fundamentos, componentes y alternativas, también es importante tener en cuenta aspectos físicos mentales y culturales para la mayor evolución del fútbol, pudiendo así a futuro cosechando éxitos a nivel mundial, como ha sido la clasificación de Ecuador al mundial, pero ya no solo con miras a participar sino también por luchar a ganar un campeonato.

ÍNDICE

PÁGINA

Certificación	
Agradecimiento	
Dedicatoria	
Índice	
Introducción	

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.3. Formulación de objetivos	3
1.3.1. Objetivos generales	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación e importancia	5

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Lateralidad	9
2.1.1 Introducción	9
2.2 Definición	12
2.3 Tipos de lateralidad	13
2.3.1 Diestro	13
2.3.2 Zurdo	13
2.3.3 Ambidiestro	13
2.4 Teorías del origen de la lateralidad	13
2.4.1 Teoría genética influenciada por el ambiente	14
2.4.2 Teoría genética no influenciada por el ambiente	14
2.4.3 Teoría ambiental (gestación y nacimiento)	14
2.4.4 Teoría ambiental (Aprendizaje)	15
2.5. Establecimiento de la lateralidad	16
2.6 Proceso de lateralización	18
2.6.1 Fases del proceso de lateralización	20
2.6.1.1 Fase de localización	20
2.6.1.2 Fase de fijación	21
2.6.1.3 Fase de desarrollo	22
2.6.1.4 Fase de maduración y ambidextrismo	23
2.7 Beneficios y problemas de la lateralidad	24
2.7.1 Beneficios	24
2.7.2 Problemas	25
2.8 El juego como desarrollo de la lateralidad	25

CAPÍTULO III

CAPACIDAD TÉCNICA COORDINATIVA

3.1 Introducción	27
3.2 Definición	29
3.3 Clasificación	32
3.3.1 Coordinación general o fina	33
3.3.1.1 Orientación	33
3.3.1.2 Acoplamiento	34
3.3.1.3 Diferenciación	36
3.3.2 Coordinación especial o gruesa	38
3.3.2.1 Equilibrio y estabilización	39
3.3.2.2 Combinación	40
3.3.2.3 Reacción	42
3.3.2.4 Ritmización	44
3.4 Desarrollo de las capacidades coordinativas	45

CAPÍTULO IV

RELACIÓN ENTRE LA LATERALIDAD Y LA CAPACIDAD TÉCNICA COORDINATIVA

4.1. Interpretación	54
4.2 Lateralidad y coordinación en el gesto motor	55
4.2.1 Fases del proceso de construcción del gesto motor	56
4.2.1.1 Obtención de la forma	56
4.2.1.2 Construcción	57
4.2.1.3 Estabilización y optimización técnica	58
4.3 Juego como medio de desarrollo de la coordinación lateral	60
4.3.1 Clasificación de los juegos por fases de acuerdo al proceso de coordinación lateral	61

CAPÍTULO V

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 Tipo de investigación	65
5.2 Población y muestra	65
5.3 Formulación de hipótesis	66
5.4 Variables de investigación	66
5.5 Operacionalización de variables	67
5.6 Instrumentos de investigación	69
5.7 Recolección de datos	69
5.8 Tratamiento y análisis estadístico de datos	70

CAPÍTULO VI

MARCO ADMINISTRATIVO

6.1 Recursos	71
6.2 Presupuesto	72

CAPÍTULO VII

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

7.1 Análisis de test iniciales	75
7.2 Análisis de test finales	98
7.3 Análisis de la relación entre test iniciales y finales	121

CAPÍTULO VIII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

8.1 Conclusiones de los test	144
8.2 Conclusiones generales	147
8.3 Recomendaciones	150

CAPÍTULO IX

PROPUESTA ALTERNATIVA

9.1	Introducción	159
9.2	Justificación	161
9.3	Objetivos	162
9.3.1	Objetivo general	162
9.3.2	Objetivos específicos	162
9.4	Fundamentación teórica de la propuesta	163
9.4.1	Calentamiento	163
9.4.1.1	Introducción	163
9.4.1.2	Tareas que resuelve	165
9.4.1.3	Tipos de calentamiento	165
9.4.1.3.1	Calentamiento general	165
9.4.1.3.2	Calentamiento específico	166
9.5	Lateralidad	166
9.5.1	Dominancia del pie	166
9.6	La coordinación	167
9.6.1	Coordinación general	167
9.6.2	Coordinación especial	168
9.7	Estiramiento	168
9.7.1	Forma de Estirar	169
9.8	Factibilidad	170
9.8.1	Recursos humanos	170
9.8.2	Recursos materiales	171
9.8.3	Recursos físicos	171
9.8.4	Tiempo para la aplicación de la propuesta	171

FUENTES

- Bibliográficas
- Expertas
- Electrónicas

BIBLIOGRAFÍA

- BRAUND, Harald, CALDERÓN, Alberto, GROSSER, Manfred (Editores), "Teoría y practica de los test deportivo-motores", tomo 6, editorial XYZ, Cali, 1.980.
- GARCIA MANSO, Juan Manuel, NAVARRO VALDIVIESO, Manuel, RUIZ CABALLERO, José Antonio, "Bases teóricas del entrenamiento deportivo", editorial Gymnos, Madrid ,1996.
- LISTELLO, A, SCHOEBEL, E "Recreación y Educación Física deportiva", Editorial Kapelusz Buenos Aires, 1964.
- LEALI, Gianni, "Fútbol base", editorial Martínez Roca, Barcelona, 1994.
- MATVEEV, L., "Fundamentos del entrenamiento deportivo", editorial Raduga, Moscú, 1983.
- OZOLIN, N. G., "Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo ", 1⁰ edición, editorial Científico-Técnica, la Habana, 1995.

- PAZMIÑO CRUZATTI, Iván, “Diseño de proyectos experimentales y de desarrollo tecnológico”, editorial Rispergraf, 1998.
- PAZMIÑO CRUZATTI, Iván, “Metodología de la investigación científica”, editorial Graficas Fuentes, 1997.
- SCHREINER, Peter, “Entrenamiento de la coordinación en el fútbol”, editorial Paidotribo, Barcelona, España, 2002.
- TURPIN, Bernard, “Preparación y entrenamiento del futbolista”, editorial Hispano Europea, Barcelona, 1998.
- VARIOS AUTORES, “I Curso internacional de entrenamiento deportivo”, Quito, 1999.
- VARIOS AUTORES, Congreso panamericano de educación física”, Puebla, México, 2003.
- ZATSIORSKI, V.M., “Metodología deportiva”, editorial Pueblo y educación, La Habana, 1989.
- **Expertas**
- VACA, Mario, Catedrático de Fútbol de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación de la ESPE.
- CARRASCO, Orlando, Entrenador de la selección de Fútbol masculino de la ESPE.

➤ GILBERT, Alberto, Catedrático de Entrenamiento deportivo de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación de la ESPE.

➤ **Electrónicas**

➤ www.efdeportes.com

➤ www.entrenadores.info.com

➤ www.google.com