



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA, DEPORTES Y RECREACION
MODALIDAD PRESENCIAL
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

TÍTULO:

**“GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL
DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE
ESCUELA BARCELONA BALZAR”**

Requisito para optar el Título de Licenciado en Cultura Física

LOCALIZACIÓN DEL PROYECTO:

ZONA 5

TIEMPO DE EJECUCIÓN:

SEIS MESES

Nombre del Investigador

RICARDO EFRAÍN MACÍAS MORA

Nombre del Tutor

MSC. FLAVIO PERLAZA CONCHA

Guayaquil – Ecuador

2016 - 2017

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a DIOS por el regalo tan hermoso de la vida, a mis padres por el apoyo siempre brindado en todo momento y en toda circunstancias, a mi esposa que es un pilar fundamental en mi vida, a mi hijo que aún no está con nosotros siempre tendrá buenos recuerdos de mi persona y como un profesional a mi familia por sus motivaciones de ejemplos y de perseverancia a mis amigos que supieron darme buenos consejos y siempre confiaron en mí, a mis maestros colegas que siempre se mostraron prestos para cualquier momento de ayuda simplemente esto también es parte de ustedes los amo.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis padres por todos los momentos de apoyo de comprensión en mi camino hacia este momento de culminación de mis estudios superiores, a mi familia en general por sus buenos consejos y ánimos de superación en la vida, a mis maestros que siempre estuvieron prestos a apoyarme y sobre todo a confiar en mí también quiero agradecer infinitamente a una noble persona que le debo mucho esto también es por el simplemente gracias por confiar en esta persona los quiero.

APROBACIÓN DEL TUTOR

Lcdo. FLAVIO PERLZA CONCHA, en mi calidad de tutor del trabajo de Investigación del Tema: **“GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE ESCUELA BARCELONA BALZAR”** realizada para obtener la licenciatura en Cultura Física, considero que dicho trabajo de investigación reúne los requisitos y méritos para ser sometido a la Sustentación y Evaluación del Tribunal Calificador, que el Consejo Directivo de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación, designe.

Lo que comunico, para los fines pertinentes.

Guayaquil, 12 de Septiembre del 2016

.....

Lcdo. FLAVIO PERLAZA CONCHA

TUTOR

UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y
RECREACIÓN

APROBACIÓN DEL
TRIBUNAL CALIFICADOR

Los miembros del Tribunal Calificador aprueban el informe de Investigación, sobre el Tema **“GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE ESCUELA BARCELONA BALZAR”** del egresado **RICARDO EFRAIN MACIAS MORA**, de la Licenciatura en Cultura Física, de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación.

Guayaquil, Septiembre del 2016

Para constancia firman

Contenido

INTRODUCCIÓN.....	4
CONTEXTO DE LA INVESTIGACIÓN	5
DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	6
JUSTIFICACIÓN.....	7
OBJETIVOS	8
OBJETIVO GENERAL.....	8
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	8
DISEÑO METODOLÓGICO	8
Instrumento de investigación	9
CAPÍTULO I.....	10
MARCO TEÓRICO	10
ANTECEDENTES DE ESTUDIO	10
FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA.....	11
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	13
CONCEPTO DE METODOLOGÍA.....	13
FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA	14
CONCEPTO DE PEDAGOGÍA.....	14
PEDAGOGÍA GENERAL.....	15
PEDAGOGÍA DEPORTIVA.....	15
CONCEPTO DE DIDÁCTICA.....	16
LA ENSEÑANZA	16
EL APRENDIZAJE	17
LATERALIDAD EN NIÑOS	18
DESARROLLO DE LA LATERALIDAD EN LOS NIÑOS.....	19
FUNDAMENTACIÓN FISIOLÓGICA.....	24
Principios biológicos del entrenamiento.....	24
LA ESTRUCTURACIÓN EN EL PROCESO FORMATIVO DEL JUGADOR DE FÚTBOL.....	27
CAPACIDADES CONDICIONALES	28
FUERZA	28

Fuerza rápida.....	29
Fuerza resistencia o Resistencia a la fuerza	29
RESISTENCIA.....	29
FUNDAMENTACIÓN LEGAL	29
CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR.....	29
REGIMEN DEL BUEN VIVIR.....	29
Sección sexta Cultura física y tiempo libre	29
LEY DEL DEPORTE ECUATORIANO.....	30
LAS Y LOS CIUDADANOS.....	30
DEL DEPORTE FORMATIVO	30
CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y DE LA ADOLESCENCIA.....	31
DERECHOS, GARANTÍAS Y DEBERES	31
Derechos relacionados con el desarrollo	31
DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS	31
Metodología.	31
Didáctica.....	31
Pedagogía.....	31
Iniciación deportiva.....	31
Desarrollo psicomotor	31
Psicomotricidad.	32
Coordinación.....	32
Habilidades motoras básicas.....	32
CAPÍTULO II.....	32
LA METODOLOGÍA.....	32
DISEÑO METODOLÓGICO	33
MÉTODOS TEÓRICOS.....	34
Histórico - Lógico:	34
Análisis- Síntesis e Inducción- Deducción:	34
MÉTODOS EMPÍRICOS	34
Observación científica:	34
Encuesta:	34
POBLACIÓN Y MUESTRA	34

POBLACIÓN	34
Cuadro # 1	35
Población	35
Muestra	35
Cuadro # 2	36
Muestra	36
NOVEDAD CIENTÍFICA:	37
ANÁLISIS Y RESULTADOS	37
ENCUESTA A ENTRENADORES DE LA ESCUELA BARCELONA BALZAR	37
IMPACTO SOCIAL	41
Objetivo del plan nacional del buen vivir	41
Mejorar la condición física	41
Reducir la dependencia física	41
Mejorar la calidad de vida	41
IMPACTO ECONÓMICO	41
CAPÍTULO III	42
LA PROPUESTA	42
Ejercicio 2	45
Ejercicio 3	46
Ejercicio 4	47
Ejercicio 5	48
Ejercicio 6	49
Ejercicio 8	51
VALIDACION DE LA PROPUESTA	52
RECOMENDACIONES	52
CONCLUSIONES	53
BLIBLIOGRAFÍA	54
ANEXO 1	56

INTRODUCCIÓN

El fútbol ecuatoriano ha logrado tener un giro deportivo en los últimos años, ha destacado internacionalmente tanto en selecciones mayores como juveniles y del mismo modo a nivel de clubes, nos ha otorgado un reconocimiento a nivel internacional el cual se ve reflejado en las actualizaciones de los Rankin de la FIFA órgano rector del fútbol.

En nuestro país los torneos de competición datan de los años 50 cuando se jugaba torneos por provincias, luego se empezó a competir profesionalmente a partir de los años 60 desde allí nacería nuestra historia deportiva en el deporte más popular del mundo como lo es el Fútbol.

La iniciación deportiva, es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un atleta, para la adquisición del conocimiento de un deporte y la capacidad ejecución práctica del mismo. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional.

La lateralidad es la división de nuestro cuerpo es dos mitad, es decir poseemos un lado izquierdo y lado derecho a los que denominamos hemisferios de lados, pero quien decide si ser diestro o zurdo pues al nacer aún no tenemos definido que parte de nuestro cuerpo actuara como más predominancia esto puede presentarse de una forma genética o natural.

El fútbol como deporte es un fenómeno complejo, abierto; que expresa una idea en constante evolución acorde a los tiempos que constituye un componente significativo de la experiencia vital del ser humano como individuo, y jugador del colectivo social. En nuestro país la enseñanza de la lateralidad en el fútbol no se le había dado la importancia en los entrenamientos y perfección como se realiza en países sudamericanos, europeos ya que sin duda alguna nos puede otorgar una opción de

resolver una situación en el campo de juego ya sea para beneficio colectivo o para contrarrestarla equipo rival en el fútbol.

Un entrenador de categorías inferiores que no conozca en profundidad las características de los niños, no sólo tendrá muy complicada su labor, por no decir imposible, sino que podrá truncar la formación de los mismos, impidiéndoles avanzar en su progresión. En palabras de (FERNANDEZ, 2013)

Existen varios tipos de lateralidad como lo es la lateralidad cruzada que implica utilizar un segmento del cuerpo para ejecutar una acción y otra parte diferente para la misma acción. También tenemos varios tipos como son lateralidad direccionada, lateralidad obligada e incluso la indefinida.

Balzar es uno de los cantones más extensos y poblados de la provincia del Guayas cuenta con aproximadamente treinta mil habitantes y es considerados un cantón con mucha afluencia para los torneos de fútbol en diferentes edades y más aún la demanda en los torneos juveniles hay que recalcar que han surgido varios futbolistas profesionales surgidos de esta población.

Todo esto finaliza con la realización del proyecto, **“GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE ESCUELA BARCELONA BALZAR”**, ya que ha sido observado y experimentado que solucionara muchos problemas en lo que corresponde a la lateralidad y la iniciación deportiva y cambiara el nivel de autoestima en los futbolistas infante juvenil del cantón BALZAR.

CONTEXTO DE LA INSVESTIGACIÓN

El marco donde se desarrollara la presente investigación es en la escuela de fútbol **“BARCELONA BALZAR”** ubicada en el cantón BALZAR de la PROVINCIA del GUAYAS, en las calle 4 de Octubre y Juan Falques, el caso de estudio se referirá a los estudiantes de 6 a 10 años de la escuela BARCELONA BALZAR.

PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

La problemática que presenta la Investigación se fundamenta en la falta de una GUIA de ejercicios específicos para el desarrollo de la lateralidad para los niños de 6 a 10 años de la Escuela de Fútbol BARCELONA BALZAR, esto se debe a muchos factores los mismos que serán explicados a continuación:

La principal causa se debe a que no existe una Oficina Metodológico a nivel de Dirección de Deportes que innove, supervise o asesore a los entrenadores de fútbol acerca de las nuevas propuestas metodológicas de entrenamiento y formación deportiva. La falta de compromiso en los profesionales del fútbol ha ocasionado que no exista una proyección deportiva a nivel estudiantil.

Así mismo la falta de actualización y capacitación continua en los entrenadores a nivel estudiantil ha ocasionado que se sigan los mismos modelos tradicionales de formación deportiva, en las diferentes categorías.

Lo revelado anteriormente incide en la promoción y formación de talentos deportivos que se pueda generar en beneficio de la Institución, del Cantón y del País, ya que los pequeños futbolistas no se estarían formando acorde a las tendencias y exigencias del fútbol moderno.

DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

CAMPO: Metodología del Entrenamiento Deportivo

AREA: Fútbol

ASPECTO: Formación Deportiva

TEMA: “GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE ESCUELA BARCELONA BALZAR”

PROBLEMA: ¿COMO MEJORAR LA LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DESDE LA DISCIPLINA DE FÚTBOL EN LA ESCUELA BARCELONA BALZAR?

ESPACIO: ESTADIO DE LIGA CANTONAL DE BALZAR

PERIODO 2016-2017

JUSTIFICACIÓN

La escuela de fútbol BARCELONA BALZAR, es una prestigiosa institución fundada el 25 de Abril del 2016, cuya labor es brindar a la sociedad juvenil diversos torneos de fútbol en diferentes edades, su fundamentación es que los jóvenes de nuestro cantón realicen actividad deportiva y se alejen del sedentarismo del ocio y de los vicios por medio del maravilloso mundo de la actividad física planificada y los beneficios que ello brinda.

El presente trabajo es realizado por la inexistencia de una GUIA de ejercicios para el desarrollo de la lateralidad.

Uno de los propósitos fundamentales de este trabajo es promover la actividad física planificada y adaptada a niños de once años para ir guiando la futura carrera deportiva y una mejor manera de competir con la proyección de todos los participantes. De no atender al cumplimiento de este programa se caerá en un atraso de progresión no surgirán futuros talentos seguirán las frustraciones de no poder participar de manera inclusiva en dicho torneo.

Hay que tener en cuenta que todo profesional necesita de una formación y capacitación continua, en el caso de la Investigación es muy importante que el monitor, profesor y entrenador de fútbol se encuentre en continua actualización de conocimientos, las tendencias de iniciación, formación y especialización deportiva en el fútbol, presenta cambios constantes

debido a que cada día se presentan nuevos estudios del movimiento, y técnica del mismo en el deporte.

Por todo lo mencionado, es más que justificable la inmediata elaboración profesional de esta GUIA de ejercicios específicos para el desarrollo de la lateralidad en niños de 6 a 10 años de la escuela BARCELONA BALZAR.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Evaluar la viabilidad de una Guía de ejercicios específicos de fútbol para el desarrollo de la lateralidad de los niños de 6 a 10 años de la escuela BARCELONA BALZAR.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1.- Determinar los referentes teóricos que sustentan el DESARROLLO DE LA LATERALIDAD en niños de 6 a 10 años desde la actividad deportiva.
- 2.-Diagnosticar el tratamiento de la LATERALIDAD en niños de 6 a 10 años desde la disciplina Fútbol en la ESCUELA BARCELONA BALZAR.
- 3.-Elaborar una GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS de fútbol para el DESARROLLO DE LA LATERALIDAD en niños de 6 a 10 años de la ESCUELA BARCELONA BALZAR.
- 4.- Aplicar la GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS de fútbol para el DESARROLLO DE LA LATERALIDAD en niños de 6 a 10 años de la ESCUELA BARCELONA BALZAR.

DISEÑO METODOLÓGICO

El presente trabajo de investigación está enfocado en el tema de una correcta preparación de ejercicios específicos de lateralidad para la escuela

de fútbol **BARCELONA BALZAR** ya que ha sido observado y experimentado que no se trabaja esta parte tan importante del entrenamiento deportivo ya que la lateralidad al ser aplicada nos daría la mejor condición de poder ejecutar diversos movimientos con ambos perfiles sea el lado derecho y izquierdo de la misma manera en la parte visual y auditiva esto nos daría opciones para resolver problemas presentados en momentos de competencia o en la vida cotidiana.

Es por eso, que todo lo que forma parte de nuestro diseño está enteramente enmarcado en los diversos temas que hemos podido abordar para una mejor comprensión y conocimiento del tema.

El diseño que llevamos a cabo es de carácter descriptivo, pues constituye la descripción y análisis de un campo social específico, que en este caso sería el campo deportivo con una escena deportiva determinada la cual es una escuela de formación deportiva en la localidad del Cantón BALZAR.

Instrumento de investigación

Los instrumentos que se utilizaron en esta en esta investigación para podernos dar cuenta en el nivel que se encuentran los deportistas.

Recolección de datos: Se realizó de cada sección de trabajo de entrenamiento y se evaluara mediante los test.

Universo y Muestra

Población: Se basa en la manera global que tomaremos como referencia a los niños de las edades de 6 a 10 años de la escuela **BARCELONA BALZAR.**

Muestra: Se basa a un parte de la población a estudiar.

Esta investigación está basada en tres capítulos los cuales se detallan en una breve introducción.

En la Introducción, se planteará el problema, su formulación, delimitación, Objetivo General, Objetivos Específicos, Justificación y Resultados Esperados, desarrollará el Problema, su contexto, el Planteamiento, Delimitación, Justificación, Objetivos y formulación de los Objetivos

EL Capítulo I tratará sobre el Marco Teórico, aquí se incluirá las diferentes Fundamentaciones: Científica, Legal, además de la definición de términos básicos, **el Capítulo II** tratará sobre los ANALISIS Y RESULTADOS, medio de las encuestas realizadas a diversos entrenadores de fútbol y **el Capítulo III**, hará énfasis en la PROPUESTA para mejorar la LATERALIDAD.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES DE ESTUDIO

Se cumple con lo dispuesto en el reglamento académico del Sistema Nacional de Educación Superior que exige: VIABILIDAD, RENTABILIDAD Y ORIGINALIDAD, en conclusión se cumple con los requisitos pues no existe una restricción ni prohibición para la realización del Tema: **“GUIA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE ESCUELA BARCELONA BALZAR”**

Finalmente en cuanto a la originalidad, de acuerdo al Departamento de Registro de Trabajos de Investigación Académica no se encuentra estudio o proyecto presentado en este sentido dentro de las ramas educacionales de nivel superior en el Ecuador.

FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA

El Entrenamiento Deportivo como tecnología pedagógica

El entrenamiento deportivo se define ante todo como una pedagogía y por tanto una educación del movimiento y de las estructuras motrices que lo hacen posible, utilizando para ello, como nos explica (BADILLO, 2014), el propio movimiento.

Si nos ceñimos al concepto de tecnología que nos presenta M. Bunge vemos que el conocimiento es principalmente, un medio que hay que utilizar para alcanzar determinados fines prácticos.

El objetivo de la tecnología es la acción con éxito y no el conocimiento explicativo y puro más propio de la ciencia. Mientras que la predicción científica dice lo que ocurrirá o puede ocurrir si se cumplen determinadas circunstancias, la previsión tecnológica sugiere como influir en las circunstancias para poder producir ciertos hechos o evitarlos. La tecnología debe pues siempre elegir entre objetivos posibles, la ciencia no. El tecnólogo, una vez escogido el objetivo, busca e indica los medios adecuados, establece una relación medio fin y prevea el resultado final del proceso.

La ciencia explica las leyes que rigen el mundo, la naturaleza y el hombre, leyes que si son ciertas y verdaderas son finalistas en el sentido que pertenecen a sistemas cerrados. La tecnología utiliza el conocimiento de estos enunciados y leyes ya explicadas por las ciencias puras para actuar, en un sentido u otro, en sistemas abiertos. La tecnología o ciencia aplicada se define por el campo de intervención o actuación y las ciencias por los objetos materiales y formales que estudian.

Desde esta perspectiva el Entrenamiento Deportivo, por ser intervención formativa sobre la motricidad y el movimiento humano, no puede concebirse sólo como conocimiento puro sino como un complejo entramado de conocimientos aplicables a la educación y a la formación

del hombre por medio de la propia actividad motriz y, por tanto, debiera de catalogarse como tecnología educativa deportiva.

Es preciso destacar que para este estudio podemos utilizar indistintamente los conceptos de motricidad, movimiento y actividades físicas por entender que son maneras distintas de interpretar distintos niveles organizativos del mismo fenómeno. Lo primeramente observable y, por tanto, factible de objetivarse, una de las máximas aspiraciones del conocimiento científico tal como lo describe,(GOMEZ, 2010) es el movimiento como manifestación empírica y fenomenología que es percibida directamente por los sentidos y por tanto susceptible de descripción.

Cuando nos preguntamos y buscamos las causas que hacen posible que el ser humano se mueva de manera invariable e indistinta, independientemente de épocas y lugares, es cuando se puede utilizar el concepto de motricidad, entendido como el conjunto de todas las estructuras y funciones motrices.

Finalmente, cuando se toma como referencia niveles más supra estructurales de la persona humana nos encontramos con la existencia de proyectos no sólo en la línea biológica sino también en la cultural. Según (SARTORIO, 2013) las actividades humanas responden siempre a una determinada teleología, bien natural, bien cultural. Es esta última dimensión, la cultural, lo que hace posible desplazar los conceptos de motricidad y movimiento por otro de índole más contextual, el de actividades físicas.

En el caso del Entrenamiento Deportivo al maestro o profesor no le será suficiente poseer saberes procedentes, únicamente, del estudio de inagotables posibilidades de las manifestaciones de la motricidad humana, sino que le será necesario tener, además, conocimientos acerca de los procedimientos y maneras de enseñar los cuales le vendrán dados por las ciencias de la educación y la pedagogía.

El Entrenamiento Deportivo, para lograr sus propósitos formativos, deberá pasar, su intervención pedagógica en un cuerpo integrado de conocimientos filosóficos, científicos y de tecnología pedagógica.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

De cumplir la Fundamentación Teórica se presentará conceptos básicos para el desarrollo de la Investigación tales como:

CONCEPTO DE METODOLOGÍA

Metodología es un vocablo generado a partir de tres palabras de origen griego: *meta* (“más allá”), *odas* (“camino”) y *logos* (“estudio”). El concepto hace referencia al plan de investigación que permite cumplir ciertos objetivos en el marco de una ciencia según (SALGADO, 2010). Cabe resaltar que la metodología también puede ser aplicada en el ámbito deportivo, cuando se lleva a cabo una observación rigurosa. Por lo tanto, puede entenderse a la metodología como la realidad de una sociedad para arribar a una conclusión cierta y contundente acerca de un episodio valiéndose de la observación y el trabajo práctico de los jugadores típico de toda ciencia.

La idea de la Metodología representa la modalidad de enseñanza mediante métodos y estrategias, para alcanzar los objetivos propuestos, qué es el principio de este proyecto de investigación.

La metodología, entonces, depende de los postulados que el investigador crea que son válidos, ya que la acción metodológica será su herramienta para analizar la realidad estudiada. La metodología para ser eficiente debe ser disciplinada y sistemática y permitir un enfoque que permite analizar un problema en su totalidad.

Según el diccionario de la lengua española, metodología es la “ciencia del método” y método es el “modo de hacer o decir con orden una cosa”. A este concepto de metodología hemos de unir otro que nos ayudará a alcanzar nuestro objetivo y este es el de didáctica ‘arte de enseñar’.

Se considera que con estas dos sencillas definiciones podemos deducir que lo que se pretende desarrollar es el modo de realizar con orden las enseñanzas en el fútbol. Cuando apreciamos que nuestros jugadores están aprendiendo, decimos que siguen el proceso metodológico correcto.

El entrenador debe transmitir valores, establecer unos objetivos y unos contenidos, fijar y utilizar unas estrategias metodológicas y unos recursos didácticos, seguir una planificación y unos criterios de evaluación de los resultados y del proceso.

Así pues la metodología se debe entender como el instrumento que enlaza el sujeto con el objeto de la investigación, guía y orienta, fija las normas de los métodos con procedimientos sistemáticos y adecuados para la investigación con los métodos tendientes a lograr el proceso de enseñanza-aprendizaje y sus objetivos establecidos empleando las teorías educativas correspondientes y adecuadas.

FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA

CONCEPTO DE PEDAGOGÍA

La pedagogía es un conjunto de saberes que buscan tener impacto en el proceso educativo, en cualquiera de las dimensiones que este tenga, así como en la comprensión y organización de la cultura y la construcción del sujeto. La palabra pedagogía deriva del griego paidos que significa niño y agein que significa guiar, conducir (El que conduce niños). El término "pedagogía" se origina en la antigua Grecia, al igual que todas las ciencias primero se realizó la acción educativa y después nació la pedagogía para tratar de recopilar datos sobre el hecho educativo,

clasificarlos, estudiarlos, sistematizarlos y concluir una serie de principios normativos.

En el ámbito de la enseñanza deportiva, tiene la finalidad de reconocer todos aquellos aspectos educativos que se relacionan con la enseñanza-aprendizaje.(LOPEZ, 2009)

PEDAGOGÍA GENERAL

Ciencia multidisciplinaria, que pertenece al campo de las ciencias sociales y humanidades, tiene por objeto analizar y comprender el fenómeno de la educación, intrínseco a la especie humana, basado en procesos sistemáticos de aprendizaje, conocimiento, desarrollo de capacidades y habilidades, que facilitan la toma de decisiones.

La pedagogía posee nexos con otras ciencias o disciplinas científicas como la didáctica, teoría de la educación, la metodología de la enseñanza y la metodología de la educación física y el entrenamiento deportivo.

PEDAGOGÍA DEPORTIVA

Es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del deportista, a través del desarrollo de las capacidades físico - funcionales y cognitivas (intelectuales), además de las habilidades motrices básicas y deportivas, influyendo igualmente de manera positiva en la conducta social de éste. De esta ciencia se deriva una disciplina científica especializada como la teoría y metodología de la educación física y el entrenamiento deportivo.

La pedagogía deportiva, sea cual fuere debe estar basada en métodos educativos que conlleven a realizar una acertada formación deportiva, por lo que deben estar enfocados en la salud física (entrenamiento), el desarrollo de las habilidades y de las estrategias de juego; que apunten hacia una formación de valores y de una óptima conducta social en el deportista para lograr tener un ciudadano de alto valor humano.

La Pedagogía Deportiva favorece al desarrollo de una Educación enfocada a los lineamientos propios de los contenidos de cada deporte.

CONCEPTO DE DIDÁCTICA

La didáctica es la rama de la Pedagogía que se encarga de buscar métodos y técnicas para mejorar la enseñanza, La didáctica es una ciencia tecnológica que tiene como misión orientar los procesos de enseñanza y aprendizaje en la formación de los jugadores.

La didáctica se entiende a aquella disciplina de carácter científico-pedagógica que se focaliza en cada una de las etapas de aprendizaje.

LA ENSEÑANZA

Transmisión de conocimientos, ideas, experiencias, habilidades o hábitos a una persona que no los tiene.

La enseñanza deportiva es el conjunto de principios y teorías que el entrenador transmite o comunica a sus jugadores a través de un programa de acción con la intención de producir un aprendizaje de conocimientos, capacidades, técnicas, etc. El entrenador debe transmitir información general sobre las finalidades y objetivos, realizar las actividades para conseguir la obtención de esos objetivos, fomentar actitudes afectivo-sociales y proporcionar información final de los resultados.

La enseñanza es una actividad realizada conjuntamente mediante la interacción de cuatro elementos: el entrenador uno o varios profesores (ayudante del técnico, preparador físico, preparador de arqueros), uno o varios deportistas, el objeto de conocimiento del juego, y

el entorno educativo o campo de juego donde se ponen en contacto a entrenadores y deportistas.

Bajo esta concepción, el proceso de enseñanza es la transmisión de conocimientos del entrenador hacia el jugador, a través de diversos medios y técnicas. Sin embargo, para las corrientes actuales como la cognitiva, el entrenador es un facilitador del conocimiento, actúa como nexo entre éste y el jugador por medio de un proceso de interacción. Por lo tanto, el jugador se compromete con su aprendizaje y toma la iniciativa en la búsqueda del saber.

EL APRENDIZAJE

El concepto de la enseñanza es la acción y efecto de enseñar (instruir, adoctrinar y amaestrar con reglas o preceptos).

Se trata del sistema y método de dar instrucción, formado por el conjunto de conocimientos, principios e ideas que se enseñan a alguien hace referencia a la transmisión desconocimientos, valores, ideas, entre otros. Si bien esta acción suele ser relacionada solo con ciertos ámbitos académicos, cabe destacar que no es el único medio de aprendizaje. Pueden ser mencionadas otras instituciones, como religiosas o clubes deportivos y también fuera de las mismas, sea en familia, actividades culturales, con amigos etc.

En estos últimos casos la enseñanza deja de ser estrictamente planificada, para tomar una forma mucho más improvisada. Sin embargo, esto no significa que no puede tener efectos trascendentales sobre aquella persona que reciba las enseñanzas.

Lo que nos indica que el aprendizaje radica en la adquisición de conocimientos.

También se puede definir el aprendizaje como un proceso de cambio relativamente permanente en el comportamiento de una persona generado por la experiencia (feldman, 2005). El aprendizaje humano se define como el cambio relativamente estable de la conducta de un individuo como resultado de la experiencia.

LATERALIDAD EN NIÑOS

La lateralización es la última etapa evolutiva filogenética del cerebro en sentido absoluto según (RAMIREZ E. B., 2007).

La lateralidad corporal es la preferencia en razón del uso más frecuente y efectivo de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra. Inevitablemente hemos de referirnos al eje corporal longitudinal que divide el cuerpo en dos mitades idénticas, en virtud de las cuales distinguimos dos lados derecho e izquierdo y los miembros repetidos se distinguen por razón del lado del eje en el que se encuentran (brazo, pierna, mano, pie... derecho o izquierdo). Igualmente, el cerebro queda dividido por ese eje en dos mitades o hemisferios que dada su diversificación de funciones (lateralización) imponen un funcionamiento lateralmente diferenciado.

Es la lateralidad cerebral la que ocasiona la lateralidad corporal. Es decir, porque existe una especialización de hemisferios, y dado que cada uno rige a nivel motor el hemisferio contra -lateral, es por lo que existe una especialización mayor o más precisa para algunas acciones de una parte del cuerpo sobre la otra. Pero, aunque en líneas generales esto es así, no podemos despreciar el papel de los aprendizajes y la influencia ambiental en el proceso de lateralización que constituirá la lateralidad corporal.

Efectivamente, la lateralización es un proceso dinámico que independientemente tiende a ponernos en relación con el ambiente; sería pues, una transformación o evolución de la lateralidad.

La investigación sobre la lateralidad cerebral ha tenido particular relevancia en el estudio de las funciones referidas al lenguaje, pudiéndose constatar que los dos hemisferios son funcional y anatómicamente asimétricos. Como resultados de tales estudios parece deducirse que el hemisferio de derecho se caracteriza por un tratamiento global y sintético de la información, mientras que el hemisferio izquierdo lo hace de modo secuencial y analítico. Estos estudios sitúan la lateralidad corporal, la mayor habilidad de una mano sobre la otra, en el marco de las asimetrías funcionales del cerebro.

La lateralidad corporal parece, pues, una función consecuente del desarrollo cortical que mantiene un cierto grado de adaptabilidad a las influencias ambientales. En realidad la capacidad de modificación de la lateralidad neurológicamente determinada en procesos motrices complejos es bastante escasa (no supera el 10%), lo que nos lleva a proclamar la existencia de una lateralidad corporal morfológica, que se manifestaría en las respuestas espontáneas, y de una lateralidad funcional o instrumental que se construye en interacción con el ambiente y que habitualmente coincide con la lateralidad espontánea, aunque puede ser modificada por los aprendizajes sociales.

La lateralidad corporal permite la organización de las referencias espaciales, orientando al propio cuerpo en el espacio y a los objetos con respecto al propio cuerpo. Facilita por tanto los procesos de integración perceptiva y la construcción del esquema corporal.

DESARROLLO DE LA LATERALIDAD EN LOS NIÑOS

La investigación sobre la lateralidad cerebral ha tenido particular relevancia en el estudio de las funciones referidas al lenguaje, pudiéndose constatar que los dos hemisferios son funcional y anatómicamente asimétricos. Como resultados de tales estudios parece deducirse que el

hemisferio de derecho se caracteriza por un tratamiento global y sintético de la información, mientras que el hemisferio izquierdo lo hace de modo secuencial y analítico. La lateralidad corporal parece, una función consecuente del desarrollo cortical que mantiene un cierto grado de adaptabilidad a las influencias ambientales. En realidad la capacidad de modificación de la lateralidad neurológicamente determinada en procesos motrices complejos es bastante escasa (no supera el 10%), lo que nos lleva a proclamar la existencia de una lateralidad corporal morfológica, que se manifestaría en las respuestas espontáneas, y de una lateralidad funcional o instrumental que se construye en interacción con el ambiente y que habitualmente coincide con la lateralidad espontánea, aunque puede ser modificada por los aprendizajes sociales.

La lateralidad corporal permite la organización de las referencias espaciales, orientando al propio cuerpo en el espacio y a los objetos con respecto al propio cuerpo. Facilita por tanto los procesos de integración perceptiva y la construcción del esquema corporal.

Fases del desarrollo de la lateralidad:

La lateralidad se va desarrollando siguiendo un proceso que pasa por tres fases:

- Fase de identificación, de diferenciación clara (0-2 años)

- Fase de alternancia, de definición por contraste de rendimientos (2-4 años).

- Fase de automatización, de preferencia instrumental (4-7 años).

En la educación infantil se debe estimular la actividad sobre ambas partes del cuerpo y sobre las dos manos, de manera que el niño o la niña tenga

suficientes datos para elaborar su propia síntesis y efectuar la elección de la mano preferente.

Tipos de lateralidad:

En el desarrollo de la lateralidad actúan factores neurológicos, genéticos, sociales y ambientales. Y como consecuencia de ellos podemos diferenciar diferentes tipos de lateralidad:

- Destreza homogénea. Cuando se usan preferentemente los miembros del lado derecho.
- Zurdera homogénea. Se usan los miembros del lado izquierdo.
- Ambidextra. Se usa prioritariamente un elemento del lado derecho (por ejemplo la mano) y el otro del lado izquierdo (por ejemplo el ojo).
- Zurdera contrariada. Se da esta forma cuando un sujeto zurdo se le ha obligado por razones sociales usar el miembro homólogo diestro. La más clara es la de la mano.

Actividades que ayudan al desarrollo de la lateralidad en los niños:

Algunas posibles actividades que podemos trabajar en la escuela con los pequeños para ayudarles en su afianzamiento de su propia lateralidad son las siguientes:

Lanzar una pelota con una mano, chutarla con un pie, etc.

Señalar partes del cuerpo ya sea en un dibujo, en nosotros mismos, etc.

Nombrar las partes del cuerpo de nuestro compañero/a, con los ojos vendados.

Jugar a la pelota, con el pie acordado, según el color de la pelota, etc.

Mirar por unos prismáticos caseros.

Señalar objetos.

Coger cosas.

Saltar con un solo pie un pequeño recorrido.

Jugar al juego de enredo twister.

DIESTROS O ZURDOS

¿Por qué somos diestros o zurdos? Parece que los expertos no lo tienen aún del todo claro, en lo que sí están de acuerdo es en que es algo que se ve condicionado por nuestros genes, por lo que tendríamos más posibilidades de ser zurdos si existiesen antecedentes familiares. En realidad, no nacemos diestros o zurdos, si no que nos vamos convirtiendo en tales en nuestra primera infancia, influidos por esa tendencia genética y por el entorno en el que crecemos. La lateralidad se refleja en el hecho de que uno de los lados de nuestro cuerpo predomina sobre el otro en la realización de la mayoría de las actividades, en especial aquellas que requieren fuerza o habilidad. **Para lograr una mayor eficacia con un mínimo de esfuerzo en todo lo que hacemos, es preciso tener una lateralidad bien establecida.** Lo ideal es que nuestro lado dominante sea siempre el mismo para todas las actividades: en las que interviene la mano, el pie, el ojo, el oído... **Hasta los tres años aproximadamente, lo habitual es que el niño**

experimente con ambos lados de su cuerpo. Así le veremos utilizar indistintamente una mano u otra en su juego diario. Por este motivo, no sería apropiado iniciarle en deportes o actividades en las que el niño deba utilizar un utensilio (como la raqueta o el lapicero, por ejemplo) y en caso de hacerlo, no debemos insistir para que utilice una mano determinada. Es conveniente que apoyemos al niño en su desarrollo lateral, pero solamente debemos intervenir para ayudarle a definirse en uno u otro sentido una vez que esté clara su inclinación natural. Pretender **influir en un modelo contrario al que muestra el niño de forma espontánea puede acarrear consecuencias graves** en el desarrollo y ejercicio de habilidades y destrezas futuras, y muy concretamente en su rendimiento escolar.

Un niño al que se le ha forzado a utilizar la mano contraria a su lado dominante, o que no acaba de definirse como diestro o zurdo hacia los 4 ó 5 años, es un niño con un sistema nervioso desorganizado. Su cerebro ha de estar organizado para que él pueda organizarse a su vez en el espacio en el que se mueve y sobre el papel en su trabajo escolar.

La lateralidad es la función que hace posible que nos orientemos en el espacio y en el tiempo, (DIAZ, 2009) y por tanto, nos permite entender y manejar los códigos escritos (letras y números). Sin unas coordenadas bien establecidas, no podríamos orientar los símbolos cuyo significado depende de la forma que tienen y el lugar que ocupan en el espacio y el tiempo.

El Sistema Nervioso necesita funcionar como un sistema jerárquico en el que cada parte tiene su cometido y en el que todas las partes trabajan juntas aportando cada una su función para obtener resultados eficaces con un mínimo esfuerzo. Esto es necesario para que el Sistema Nervioso pueda procesar todos los estímulos que le llegan de forma constante. En todo momento estamos recibiendo una gran cantidad de información de nuestros sistemas sensoriales y usamos esta información para regular nuestro comportamiento e interactuar con el mundo.

El cerebro está formado por dos hemisferios simétricos cada uno de ellos tiene funciones para las cuales está más especializado, pero ambos participan en todas estas funciones, trabajando conjuntamente en todas y cada una de nuestras interpretaciones y respuestas. El **hemisferio izquierdo**, llamado también "simbólico" o "lógico", es el controlador del lenguaje y del procesamiento secuencial de la información.

El **hemisferio derecho**, llamado "visual", "postural" u "holístico", se encarga de procesar la información corpóreo-espacial, trabaja con imágenes visuales y controla las funciones holísticas (relativas al todo, que lo considera todo a la vez).

FUNDAMENTACIÓN FISIOLÓGICA

Principios biológicos del entrenamiento

El conjunto de principios que llevan implícito la adaptación del organismo humano a unos esfuerzos determinados es lo que se denomina Principios Biológicos.

Principios biológicos: ¿cómo el organismo responde y se adapta al stress?

- 1) Principio de individualidad. Los genes son distintos.
- 2) Principio de la sobrecarga. Para mejorar el organismo hay que sobrecargarle su función, cada vez más creciente para que pueda mejorar.
- 3) Principio de reversibilidad. Todo lo que ganamos, lo perdemos; cesa la adaptación y perdemos la forma. Por eso hay que seguir haciendo deporte toda la vida.
- 4) Principio de continuidad. No hay ganancias durante el tiempo que duren toda la vida.

Principio de individualidad biológica

-Características importantes en la individualización biológica de las personas:

a) Fenotipo: La relación entre nuestros genes y el medio ambiente. Características que hemos adquirido consecuencia de la relación nuestra con el medio que nos rodea.

b) Genotipo: capacidades que tenemos innatas. Por eso tenemos que detectar qué es lo innato y ofrecer una estimulación adecuada. Esto es el entrenamiento.

c) La función hace el órgano. La función aplicada modifica el organismo. Cuando quitamos la función se pierden las adaptaciones. Por ejemplo: función de aplicar cargas diarias a los cuádriceps, como resultado éste se modifica: hipertrofia, mayor número de mitocondrias... "Para no envejecer no hay que dejar de hacer las cosas".

d) La adaptación a los estímulos que nosotros presentemos se ve en 4 criterios:

Adaptación neuromuscular.

Adaptación cardiorrespiratoria.

Adaptación bioquímica.

Adaptación psicológica.

¿Qué es la *adaptación*? En términos fisiológicos es que cuando a nivel bioquímico falta ATP se genera un estímulo para regenerarlo. En el tiempo, cada vez gastamos menos energía si vamos repitiendo una misma función. El organismo aprende de la función: economiza energía.

Pero esta es una visión muy pequeña de lo que significa adaptación. Por desgracia el proceso de adaptación es a todos los factores del entrenamiento; por eso hay que estar regulando continuamente. La adaptación es distinta según edad, sexo medidas para el descanso, factores climáticos, factores psicológicos, factores de biorritmo, medios del entrenamiento, ejercicios de entrenamiento, estado adecuado de alimentación, métodos de entrenamiento, clase y componente de la carga,

especificidad de la carga, factores de socialización, tiempo anual, adaptabilidad, estado de entrenamiento.

Por ejemplo, una carga estándar (carrera 10" a 140 pulsaciones por minuto). Al principio aumenta la función, luego la mantiene y si seguimos mucho tiempo (repeticiones) al final se pierde, disminuye la función porque esa carga ya no lo estimula. Por eso tenemos que modificar la carga con el paso del tiempo.

A nivel fisiológico hay 2 formas de adaptarse (según el análisis del S.N. se comprueba que hay gente en la que prima más el simpático que el parasimpático; lo que provoca que la velocidad de adaptación sea diferente). Según éstas, hablamos de deportistas:

a) Simpaticotónicos.

b) Parasimpaticotónicos.

Deportistas Simpaticotónicos: su organismo acepta mejor cargas concentradas o en bloque y responden muy bien con mucha intensidad pero en períodos cortos en el tiempo. Rinden por el sector de la fuerza, velocidad. Con esto mejoran rápidamente su rendimiento. Son los primeros que se ponen en forma porque cuando son estimulados rinden adecuadamente. También pierden la forma rápidamente. Son deportistas con más fluctuaciones en toda la temporada.

Deportistas parasimpaticotónicos: su modelo de adaptación es diferente. Se trata de un modelo gradual de la carga en el tiempo, así demuestran una mejora en su rendimiento. Son deportistas con habilidades en resistencia; son los que más tardan en coger la forma deportiva y los que más tiempo son capaces de mantenerla.

La adaptación individual dependerá de estas 2 características de los sujetos. La presentación de los estímulos debe ser distinta.

Otra diferencia es la velocidad de adaptación. Hay distintos tejidos en el organismo y no todos se adaptan igual al stress. La velocidad más rápida se da en la musculatura (sistema de adaptación rápida), luego el consumo máximo de O₂ (sistema de adaptación rápida moderada) y finalmente el

sistema de adaptación lento (por ejemplo el cambio gráfico que se da en la mano por adaptarse a un móvil).

Por otra parte, el tendón y el ligamento son más lentos que el músculo en la adaptación. Este es el principal error que se comete cuando se aplican cargas, porque se piensa que su velocidad es igual. Si se pone mucha carga el músculo se hipertrofia pero el tendón puede sufrir una lesión. Por eso hay que realizar un trabajo de equilibrio.

LA ESTRUCTURACIÓN EN EL PROCESO FORMATIVO DEL JUGADOR DE FÚTBOL

Las premisas de las necesidades institucionales y fundamentalmente a la de los futuros protagonistas, un punto de relevancia mencionado fue la necesidad de incrementar la cantidad de estímulos debido a la importancia de mayor contacto con el elemento y el juego.

También sostuvimos que la necesidad no estaba referida al fútbol sino a cubrir las demandas que la escuela no obedecía, en cuanto a la formación multilateral por los motivos ya señalados.

Agregamos además, ahora, y siempre en relación a la actualidad, que entre este incremento de días y/u horas, la importancia que tendría crear en los propios clubes y sociedades un espacio de reunión y juego libre sin conducción pedagógica de los niños en remplazo del antiguo potrero o descampado, o de la calle misma que hoy mayoritariamente en las grandes ciudades es imposible obtenerlo, siendo entonces este aspecto uno de los puntos de la estructuración del proceso deportivo.

Lo que a continuación se expone es la parte sistematizada de dicho proceso.

Es sabido que en la infancia y primera adolescencia el individuo sufre cambios. Algunos paulatinos y otros repentinos en todas sus áreas (morfológica, funcional, intelectual, volitiva). En algunas de estas inclusive se presentan retrocesos aparentes producidos por el aumento abrupto de

otras hasta lograr su re acomodación, como por ejemplo el crecimiento dispar en algunas ocasiones y algunos individuos entre órganos y estructura donde se observa una merma momentánea del rendimiento.

El crecimiento de a saltos también produce dificultades motoras respecto de la estructuración tempero-espacial, la coordinación con el elemento y la relación precisión intensidad (coordinación entra e intermuscular - sincronismo fibrilar en momentos de tensión relajación de protagonistas y antagonistas durante un gesto.

Además se observan períodos donde se potencian ciertas capacidades condicionales desde lo funcional y otros donde es inconveniente desarrollarlas. Estos conocimientos que enriquecieron la ciencia del entrenamiento deportivo posibilitaron sistematizar el proceso de la conducción de los diferentes deportes es su carácter general y específico.

CAPACIDADES CONDICIONALES

Es la realización de movimientos a actividades físicas con la ejecución de una capacidad y que además son habilidades innatas del ser humano pueden morfológicas o psicológicas. Es importante resaltar que para su mejoramiento es necesario un constante entrenamiento y adaptación física.

Estas habilidades o capacidades y se clasifican de acuerdo a cualidades sensomotrices y energéticos. Y se clasifican en:

FUERZA

Es aquel aumento de la tonicidad de un músculo, provocada por un estímulo nervioso, que posibilita el movimiento o el mantenimiento de una posición de un plano muscular.

Capacidad de vencer la resistencia externa o reaccionar contra la misma mediante los esfuerzos musculares.

Fuerza rápida

Aparece cuando se intenta vencer resistencias que no alcanzan las magnitudes límites, con aceleración por debajo de la máxima (se manifiesta lo mismo en el carácter motor que en el resistente o en la combinación de ambos).

Se realizan uno o varios movimientos rápidos.

Fuerza resistencia o Resistencia a la fuerza

Es la capacidad de resistencia al cansancio del organismo durante un rendimiento de fuerza de relativa larga duración.

a) Isotónica (flexión y extensión).

b) Isométrica (sostener un peso o mantener una posición).

RESISTENCIA

Según (ZINTL, 1991), es la capacidad física y psíquica de soportar el cansancio frente a un esfuerzo relativamente largos y/o la capacidad de recuperación rápida después de los esfuerzos.

FUNDAMENTACIÓN LEGAL

CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR

REGIMEN DEL BUEN VIVIR

Sección sexta Cultura física y tiempo libre

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e

internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

Art. 382.- Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley.

Art. 383.- Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad. (ASAMBLEA CONSTITUYENTE, 2008)

LEY DEL DEPORTE ECUATORIANO

LAS Y LOS CIUDADANOS

Art. 11.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República.

DEL DEPORTE FORMATIVO

Art. 26.- Deporte formativo- El deporte formativo comprenderá las actividades que desarrollen las organizaciones deportivas legalmente constituidas y reconocidas en los ámbitos de la búsqueda y selección de talentos, iniciación deportiva, enseñanza y desarrollo.

CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y DE LA ADOLESCENCIA

DERECHOS, GARANTÍAS Y DEBERES

Derechos relacionados con el desarrollo

Art. 48.- Derecho a la recreación y al descanso.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la recreación, al descanso, al juego, al deporte y más actividades propias de cada etapa evolutiva. Es obligación del Estado y de los gobiernos seccionales promocionar e inculcar en la niñez y adolescencia, la práctica de juegos tradicionales; crear y mantener espacios e instalaciones seguras y accesibles, programas y espectáculos públicos adecuados, seguros y gratuitos para el ejercicio de este derecho.

DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

Metodología.- Representa la parte de la didáctica que trata sobre el conocimiento de los métodos de enseñanza, gracias a la cual podemos encontrar el camino que nos llevan al aprendizaje de los alumnos.

Didáctica.- Ciencia tecnológica, tiene como misión orientar los procesos de enseñanza y aprendizaje en la formación de los alumnos.

Pedagogía.- Ciencia de la educación, tiene como finalidad darnos a conocer la metodología de las prácticas de enseñanza.

Iniciación deportiva.- Consiste en que el niño adquiera las nociones básicas del deporte, que se familiarice con él y comience a establecer las pautas básicas de conducta psicomotriz y socio-motriz orientadas de modo muy general hacia las conductas específicas del mismo.

Desarrollo psicomotor.- Se considera así, la madurez psicológica y muscular que tiene una persona, en este caso un niño. Los aspectos psicológicos y musculares son las variables que constituyen la conducta o la actitud.

Psicomotricidad.- Es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje.

Coordinación.- Es una capacidad física fundamental que permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico. Podemos hacer cualquier tipo de movimientos: rápidos - velocidad-, durante mucho tiempo -resistencia- y para desplazar objetos pesados -fuerza-. Para "convertir" estos movimientos en gestos técnicos, precisan de coordinación.

Habilidades motoras básicas.- Son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, patear un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales, incluidas en la categoría de habilidades básicas. El patrón motor maduro de una habilidad básica no se relaciona con la edad, error en el que se podría caer fácilmente debido al término "maduro" (que dentro del contexto del desarrollo de patrones)

CAPÍTULO II

LA METODOLOGÍA

La presente Investigación desarrollará la encuesta a un grupo de Entrenadores de Fútbol, con los resultados de la misma se podrá conocer la concepción sobre la problemática y propuesta de la Investigación.

La Exploración que se realiza, es de fácil aplicación, la misma se encuentra bajo la Escala de Likert que mide actitudes y sus cuadros

estadísticos y gráficos permitirán una mejor interpretación y Análisis de Los Resultados Obtenidos. Corresponde indicar que las preguntas son de fácil comprensión y resolución.

Los Gráficos de Pasteles indicarán los análisis estadísticos de cada una de las preguntas que se plantearon con la finalidad de determinar la importancia de una Programa de Entrenamiento Metodológico en la Formación Deportiva de Fútbol.

Así mismo al finalizar las encuestas se realizará una discusión general de los resultados en cada grupo encuestado.

DISEÑO METODOLÓGICO

El presente trabajo de investigación está enfocado en el tema de una correcta preparación de ejercicios específicos de lateralidad para la escuela de fútbol **BARCELONA BALZAR** ya que ha sido observado y experimentado que no se trabaja esta parte tan importante del entrenamiento deportivo ya que la lateralidad al ser aplicada nos daría la mejor condición de poder ejecutar diversos movimientos con ambos perfiles sea el lado derecho y izquierdo de la misma manera en la parte visual y auditiva esto nos daría opciones para resolver problemas presentados en momentos de competencia o en la vida cotidiana.

Es por eso, que todo lo que forma parte de nuestro diseño está enteramente enmarcado en los diversos temas que hemos podido abordar para una mejor comprensión y conocimiento del tema.

El diseño que llevamos a cabo es de carácter experimental pues constituye la descripción y análisis de un campo social específico, que en este caso sería el campo deportivo con una escena deportiva determinada la cual es una escuela de formación deportiva en la localidad del Cantón BALZAR.

MÉTODOS TEÓRICOS

Histórico - Lógico:

Se utilizará con el propósito de interpretar el fenómeno objeto de estudio en sus partes e interacción como un todo, con el objetivo de determinar lo esencial en la bibliografía consultada, en relación con la preparación, sacar conclusiones y ofrecer los argumentos que fundamentan el problema, su descripción, así como en la elaboración de la estrategia metodológica.

Análisis- Síntesis e Inducción- Deducción:

Estos métodos permitirán analizar, sintetizar, inducir, deducir y organizar determinados fundamentos teóricos de las bibliografías, revistas, documentos y trabajos científicos relacionados con el tema.

MÉTODOS EMPÍRICOS

Observación científica:

Permitirá determinar las necesidades que requiere el Proceso de Formación Deportiva en los niños de 6 a 10 años de la escuela de fútbol BARCELONA BALZAR.

Encuesta:

Se realizara a Entrenadores de Fútbol.

Entrevista.

POBLACIÓN Y MUESTRA

POBLACIÓN

Es el conjunto de sujetos o elementos de referencia para y en los que se va a producir la investigación. Son todos los sujetos que están en un curso, en una ciudad, en una escuela, en una institución deportiva, o en varios clubes, ciudades, etc., que van a constituir el objeto a quien se

pretende solucionar el problema. La población de esta investigación es finita 140 niños y jóvenes de la escuela BARCELONA BALZAR, porque tiene principio y fin.

Para realizar esta investigación se tomó como universo, al grupo de Entrenadores de Fútbol de la escuela BARCELONA BALZAR y a los niños que entrenan en las de 6 a 10 años.

Cuadro # 1

Población

Estratos	Nº
Entrenadores de Fútbol Barcelona Balzar	4
Niños que entrenan en Barcelona Balzar	140
Total de Población y Muestra	144

Muestra

Es la unidad de análisis, o porción de la población que se selecciona con el propósito de hacer el estudio más fácil y manejable que será objeto de las observaciones en 20 niños de las edades entre 6 a 10 años de la escuela BARCELONA BALZAR.

Cuadro # 2

Muestra

Estratos	Nº
Entrenadores de Fútbol de Barcelona Balzar	4
Niños de 6 a 10 años	23
Entrenadores de Fútbol	8
Total de Población y Muestra	35

Cabe indicar que la muestra que corresponde a los niños y jóvenes que serán la parte de estudio del Programa de Entrenamiento Metodológicos en ellos se realizará el proceso de Análisis y Resultados.

La muestra que corresponde a los Entrenadores de Fútbol será para la Encuesta que se realizará.

GUÍA DE OBSERVACIÓN ESCUELA BARCELONA BALZAR

Se conoce como guía de observación aquello que se dirige o encamina por lo tanto una guía de observación es un documento que permite encausar la acción de observar ciertos fenómenos los cuales se dan en diferentes centros educativos en este caso en un centro deportivo.

EVALUACIÓN

1 OBSERVACIÓN DIRECTA

2 ACTIVIDADES FINALES DE EVALUACIÓN

3 RECURSOS, ESTADIO, PELOTAS, PLATOS, CONOS, AROS.

METODOLOGÍA

PERMITIR LA PARTICIPACIÓN Y FOMENTAR LA INTERACCIÓN.

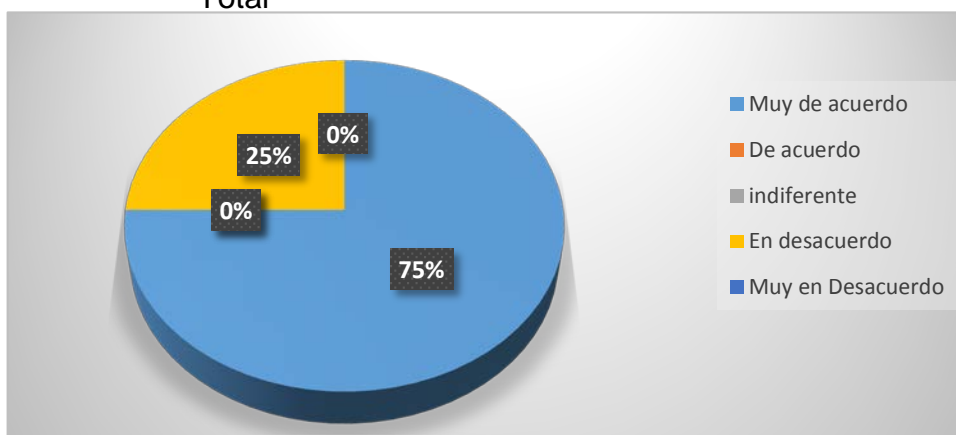
NOVEDAD CIENTÍFICA: La presente investigación aporta con una proyección metodológica y pedagógica en la Formación Deportiva de Fútbol, se realizará un estudio de los procesos que intervienen durante el Proceso de Entrenamiento.

ANÁLISIS Y RESULTADOS

ENCUESTA A ENTRENADORES DE LA ESCUELA BARCELONA BALZAR

1. ¿Tiene usted conocimiento sobre el desarrollo de la lateralidad en los niños?

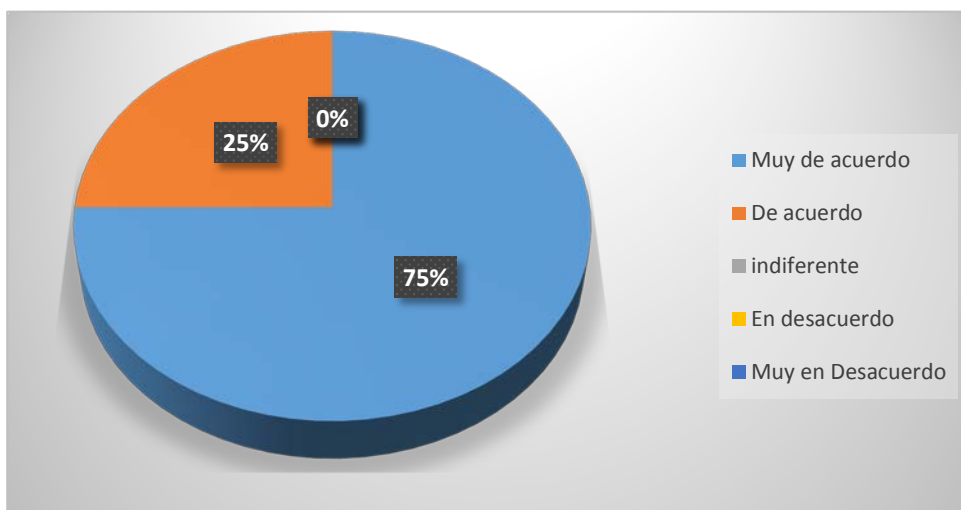
Alternativas	F	%
Muy de acuerdo	3	75
De acuerdo		
Indiferente		
En desacuerdo	1	25
Muy en Desacuerdo		
Total		



En la encuesta numero 1 el 25% se muestra en desacuerdo mientras el 75 % se muestra en total acuerdo sobre el conocimiento de la lateralidad.

2.-Considera usted necesario trabajar ejercicios de lateralidad en el futbol base de la escuela BARCELONA BALZAR?

Alternativas	F	%
Muy de acuerdo	3	75
De acuerdo	1	25
Indiferente		
En desacuerdo		
Muy en Desacuerdo		
Total		



En la encuesta numero 2 el 75% considera necesario trabajar la lateralidad mientras el 25% no lo considera necesario.

3.-cuantos tipos de lateralidad conoce?

Alternativas	F	%
Muy de acuerdo	2	50
De acuerdo	2	50
Indiferente		
En desacuerdo		
Muy en Desacuerdo		



En la encuesta 3 el 50% menciona que si conoce varios tipos de lateralidad, mientras el otro 50% menciona que desconoce totalmente.

4. Cree conveniente trabajar la lateralidad en edades formativas para así poder lograr mejores resultados a futuro?

alternativas	F	%
Muy de acuerdo	2	50
De acuerdo	2	50
indiferente		
En desacuerdo		
Muy en Desacuerdo		
Total		



En la encuesta 4 el 50% considera necesario desarrollar la lateralidad mientras que el otro 50% restante no lo considera necesario.

IMPACTOS

Efectos de su ejecución más allá de los resultados inmediatos

IMPACTO AMBIENTAL

Este proyecto se enfocó en el hombre como ser biopsicosocial en lo cual mejorara su condición física.

IMPACTO SOCIAL

Objetivo del plan nacional del buen vivir

Mejorar la condición física

Reducir la dependencia física

Mejorar la calidad de vida

IMPACTO ECONÓMICO

La proyección de los recursos económicos deben resguardar los datos del proyecto en cada una de sus fases.

CAPÍTULO III

LA PROPUESTA

“GUÍA DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE FÚTBOL PARA EL DESARROLLO DE LATERALIDAD EN NIÑOS DE 6 A 10 AÑOS DE ESCUELA BARCELONA BALZAR”

INTRODUCCIÓN

La lateralidad corporal es la preferencia en razón al uso más frecuente y efectivo de una mitad del cuerpo que la otra mitad, inevitablemente hemos de referirnos al eje corporal longitudinal que dividen al cuerpo en dos mitades idénticas en virtud de las cuales distinguimos dos mitades una derecha y la otra izquierda.

El desarrollo de la lateralidad se va ampliando por tres fases diferentes, fase de **identificación**, fase de **alternancia**, fase de **automatización**.(RAMIREZ, 2007)

Según lo citado por este autor, el desarrollo de la lateralidad describe tres fases indispensables para automatización de escoger un lado corporal más frecuente en el ser humano.

El propósito de nuestra investigación es fomentar el desarrollo de la lateralidad en edades tempranas para así a futuro lograr una correcta utilización de nuestras dos mitades de nuestro eje corporal longitudinal.

Debido a múltiples factores que inciden en el proceso formativo en el futbol en el cual se ponen de manifiesto los problemas de direccionamiento tanto en los desplazamientos de un lado hacia otro y en la parte visual de la misma manera.

OBJETIVO

Elaborar una guía de ejercicios específicos de desarrollo de la lateralidad en niños de 6 a 10 años de la escuela Barcelona Balzar.

DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

La presente propuesta se llevara a cabo en las instalaciones del estadio de liga cantonal de Balzar, ubicado en el cantón Balzar en las calles Rómulo Rendón y Vincés.

HORARIO DE TRABAJO

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES DE 17:00 A 18:00 HS

PROGRAMA

PROPUESTA METODOLÓGICA DE ENTRENAMIENTO ANALÍTICO

Debido a la investigación previa en diversas escuelas formativas de fútbol hemos evidenciado la poca importancia que se le da al desarrollo de la lateralidad en la etapa infantil en el fútbol.

Para desarrollar este deporte cada unidad de entrenamiento comprende tres partes esenciales:

Calentamiento: trabajos de ejercicios básicos para optimizar las condiciones del cuerpo en lo coordinativo y en lo condicional.

Parte principal: En esta parte del entrenamiento podemos trabajar las siguientes actividades:

Principios básicos.

Los niños deben tener una buena técnica de desplazamiento en diferentes direcciones en el campo de juego.

Principios elementales.

También deben tener una buena capacidad de reacción para resolver dificultades en el juego. Mejorar la visión periférica y enfoque a las diversas situaciones del juego. Mejorar la audición para resolver situaciones difíciles en las que la visión este situada en otra dirección durante el juego.

Principios esenciales

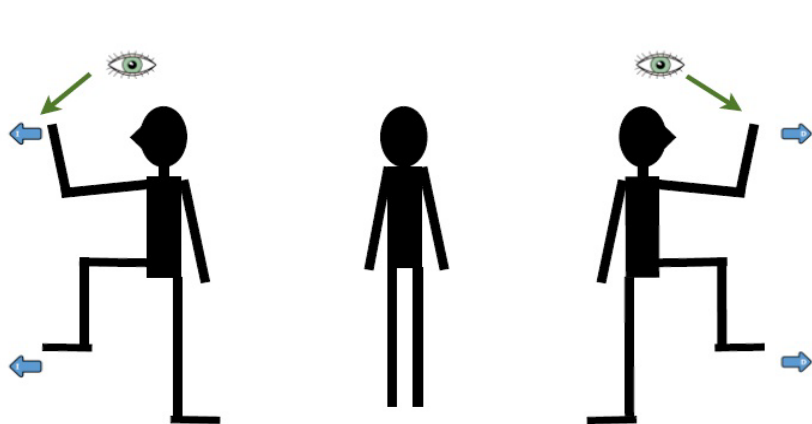
Enfocar el desarrollo de la lateralidad desde temprana edad.

Guiar el desarrollo de la lateralidad y evaluar la viabilidad en temprana y mediana edad.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

Ejercicio 1

Desarrollo: Con ayuda del instructor como monitor hacemos realizar movimientos de nuestro eje corporal hacia las dos mitades de nuestro cuerpo, en este ejercicio levantamos una extremidad superior y al mismo tiempo una extremidad inferior podemos variar la actividad de acuerdo a la necesidad.



Objetivo: desarrollar de manera cognitiva e ir reconociendo los dos ejes corporales del cuerpo es decir lado izquierdo lado derecho.

Duración: 3`

Ejercicio 2

Desarrollo: En este ejercicio utilizamos aros con los cuales en cada uno de ellos ubicamos a un niño dentro del mismo, vamos narrando que parte del cuerpo deben sacar fuera del contorno del aro, puede variar entre brazos, piernas y con otras alternativas de la actividad.



Objetivo: diferenciar ejes del cuerpo desde una posición estática o determinante.

Duración: 5`

Ejercicio 3

Desarrollo: Este ejercicio lo realizamos con un implemento como ayuda en este caso un balón, hacemos levantar una extremidad superior y al mismo tiempo tocar el balón con la extremidad inferior, primero derecha y derecha y luego con variantes.



Objetivo: Lograr una combinación de movimientos mecanizando dos movimientos a la vez en este caso óculo manual y óculo pedal.

Duración: 5`

Ejercicio 4

Desarrollo: En este ejercicio utilizamos una imagen este caso un cuadro con números descritos del 1 al 9 la manera de realizar este ejercicio es el instructor deberá ordenar que el niño se desplace hacia un lado sea derecho o izquierdo y utilizando la ayuda de algún numero respectivamente.

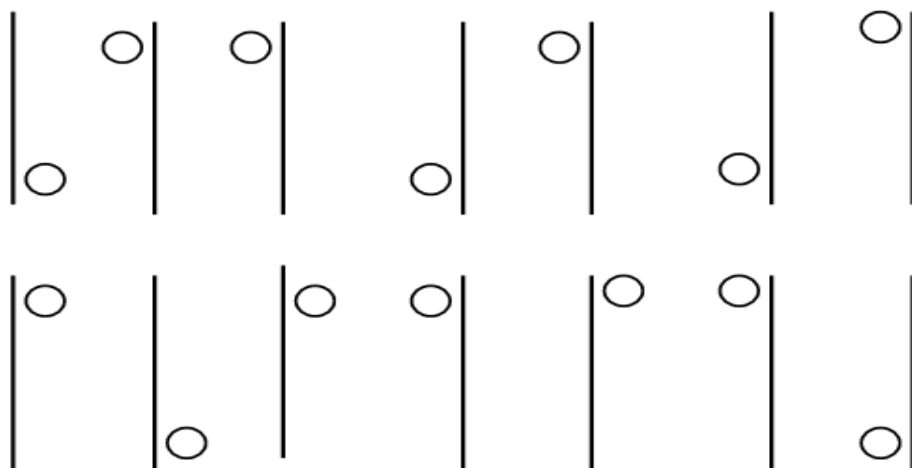


Objetivo: desarrollar la lateralidad utilizando métodos lúdicos y cognitivos.

Duración: 5`

Ejercicio 5

Desarrollo: En este ejercicio utilizamos materiales de trabajo como son vallas y balones, lo realizamos de manera lúdica es decir hacer desplazamiento hacia adelante y hacia atrás tocando los balones con ambas manos derecha e izquierda en forma de juego.



Objetivo: desarrollar la direccionalidad de manera lúdica y recreativa

Duración: 5`

Ejercicio 6

Desarrollo: Este ejercicio lo realizamos con implementos como son los platos los ubicamos de manera continua en diferentes direcciones y hacemos que los niños hagan un recorrido por los mismo de manera de zig.zag.

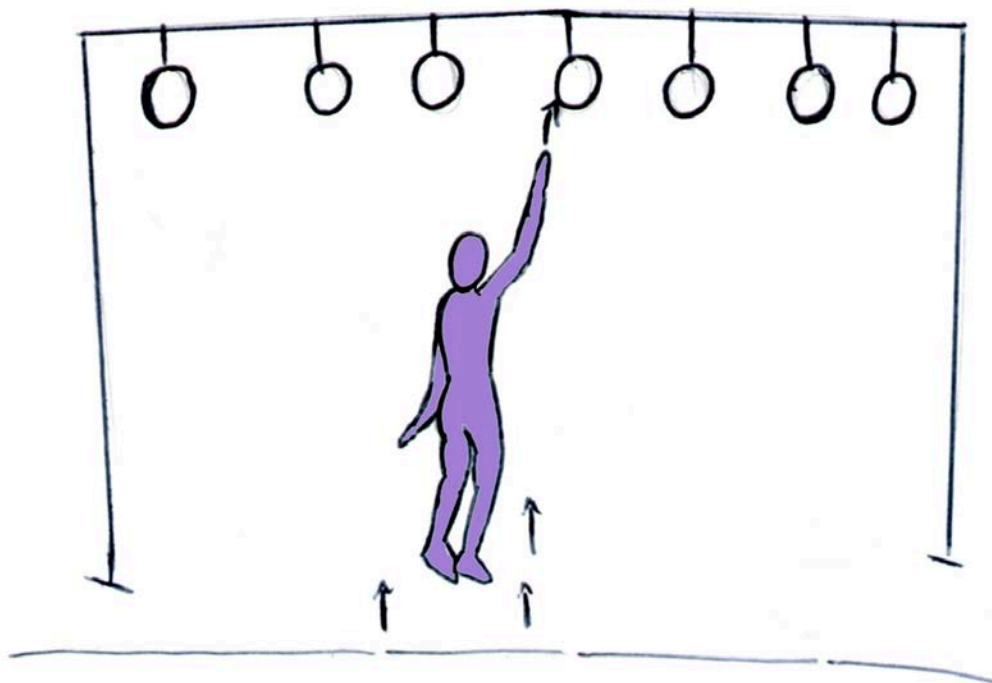


Objetivo: desarrollar la lateralidad mediante la coordinación motriz.

Duración: 3`

Ejercicio: 7

Desarrollo: Lo desarrollamos de manera lúdica es decir en un constante movimiento y a la voz de mando mencionamos que lado donde se encuentre el disco tocar sea derecho o izquierdo.



Objetivo: desarrollar la velocidad de reacción y cognitiva de manera lúdica.

Duración: 3`

Ejercicio 8

Desarrollo: En este ejercicio lo desarrollamos de manera cognitiva es decir ubicamos en el suelo platos de varios colores formando un cuadro es decir solo en las esquinas a la voz de mando decimos un color y ellos deben trasladarse a dicho color.



Objetivo: desarrollo de la lateralidad de manera cognitiva y lúdica y en constante movimiento.

Duración: 5`

VALIDACION DE LA PROPUESTA

Para valorar la guía propuesta de entrenamiento con enfoque analítico se realizó una encuesta a los entrenadores de la escuela Barcelona Balzar en el mes de julio del 2016 cuyos resultados se describen en el capítulo dos donde se detalla el problema científico de no trabajar ni desarrollar la **lateralidad en el fútbol base**.

La evaluación final de la guía de entrenamiento propuesta permite conocer que, mediante los ejercicios específicos de lateralidad dio los indicadores y resultados manifestados en la guía de observación.

Los instructores de la academia deben aplicar ejercicios de lateralidad en la etapa formativa el 100% lo considera necesario y determinante.

Al establecer si los entrenadores deben estar capacitados en temas relacionados al desarrollo de la lateralidad el 100% lo considera necesario y prudente.

RECOMENDACIONES

La guía de ejercicios propuesta en esta investigación a los entrenadores de la Escuela Barcelona Balzar permitió tener un conocimiento efectivo sobre las actividades en ella plasmadas.

Siendo la lateralidad una actividad con incidencia importante en la formación integral en los niños debe ser trabajada de manera permanente por los entrenadores.

Mediante la aplicación de esta guía de entrenamiento específico consideramos ayudara a prevenir lesiones siempre y cuando la trabajemos con regularidad.

CONCLUSIONES

La formación deportiva de un futbolista debe cumplir con todos los componentes bases del entrenamiento para poder alcanzar los objetivos propuesto desde la formación hasta el perfeccionamiento.

Las nuevas tendencias del futbol y las exigencias del mismo hacen que la metodología y la pedagogía nos den una nueva visión mediante el proceso del entrenamiento.

El jugador debe de estar bien preparado y entrenado para las acciones que nos propone el juego en sus diversas manifestaciones.

Los resultados que arrojen los entrenamientos mediante el método de la observación permitirán demostrar la mejora de los fundamentos técnicos de los niños futbolistas.

Esta propuesta no concluye con la guía propuesta, es necesario continuar la investigación en búsqueda de nuevas formas de entrenamientos.

BLIBLIOGRAFÍA

BADILLO, P. G. (23 de ENERO de 2014). *ENTRENAMIENTO DEPORTIVO*. Recuperado el 12 de AGOSTO de 2016, de <https://prezi.com/famr9n1gc5oz/autores-que-hablan-del-entrenamiento-deportivo/>

DIAZ, C. R. (26 de SEPTIEMBRE de 2009). *LATERALIDAD ORIENTACION EN EL ESPACIO*. Recuperado el 16 de JULIO de 2016, de <http://www.monografias.com/trabajos76/actividades-didacticas-desarrollo-lateralidad/actividades-didacticas-desarrollo-lateralidad2.shtml>

feldman. (4 de junio de 2005). Recuperado el 5 de julio de 2016, de https://es.wikipedia.org/wiki/Corey_Feldman

FERNANDEZ, A. M. (11 de ENERO de 2013). *LATERALIDAD EN EL FUTBOL*. Recuperado el 6 de MAYO de 2016, de http://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE000750.pdf

GOMEZ, D. T. (12 de ABRIL de 2010). *la lateralidad asociada a las dificultades motoras cintificas*. Recuperado el 4 de AGOSTO de 2016 , de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2308/1/tps610.pdf>

LOPEZ, M. F. (5 de AGOSTO de 2009). *PEDAGOGIA DEPORTIVA*. Recuperado el 15 de MAYO de JULIO , de <http://pedagogiadeldeporte.blogspot.com/2009/08/introduccion-actualmente-el-mundo-se.html>

RAMIREZ, E. B. (12 de MAYO de 2007). *LATERALIDAD EN ETAPA INFANTIL*. Recuperado el 13 de JULIO de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd108/la-lateralidad-en-la-etapa-infantil.htm>

RAMIREZ, E. G. (MAYO de 2007). *LA LATERALIDAD ETAPA INFANTIL*. Recuperado el 5 de JULIO de 2016, de <http://www.efdeportes.com/>

ruiz, v. z. (4 de agosto de 2006). *ejercicios de lateralidad* . Recuperado el 5 de mayo de 2016, de https://www.google.com.ec/search?q=ejercicios+de+lateralidad+para+ni%C3%B1os&rlz=1C1AOHY_esEC709EC709&espv=2&biw=1280&bih=711&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwiJ2_KJz4XPAhVE0h4KHxjlCn4Q_AUIBigB#imgrc=nt3Vdl_NCpLP9M%3A


SALGADO, C. O. (7 de DICIEMBRE de 2010). *propuesta metodologica*. Recuperado el 3 de JULIO de 2016, de <https://edudistancia2001.wikispaces.com/file/view/30.+PROPUESTA+PEDAGOGICA+PARA+EL+DESARROLLO+DE+LA+LATERALIDAD+Y+EL+PENSAMIENTO+ESPACIAL+A+TRAV%C3%89S+DEL+JUEGO+CON+NI%C3%91OS+DE+5+A+7+A%C3%91OS+DEL+GRADO+TRANSICI%C3%93N,+PRIMERO+Y+SEGUND.pdf>

SARTORIO, M. (2 de NOVIEMBRE de 2013). *LATERALIDAD BIOLÓGICA*. Recuperado el 20 de JULIO de 2016, de <https://www.pasadofuturo.com/nmg-lateralidad.htm>

ZINTL. (19 de ENERO de 1991). *LA RESISTENCIA*. Recuperado el 11 de AGOSTO de 2016, de https://g-se.com/es/entrenamiento-de-la-resistencia/blog/resistencia_6480

ANEXO 1

ACADEMIA DE FÚTBOL
BARCELONA



B. S. C.

OFICIAL


DIRECCIÓN GENERAL
ALFARO MORENO

**EL JUGADOR SUPLENTE
tiene 2 opciones:**

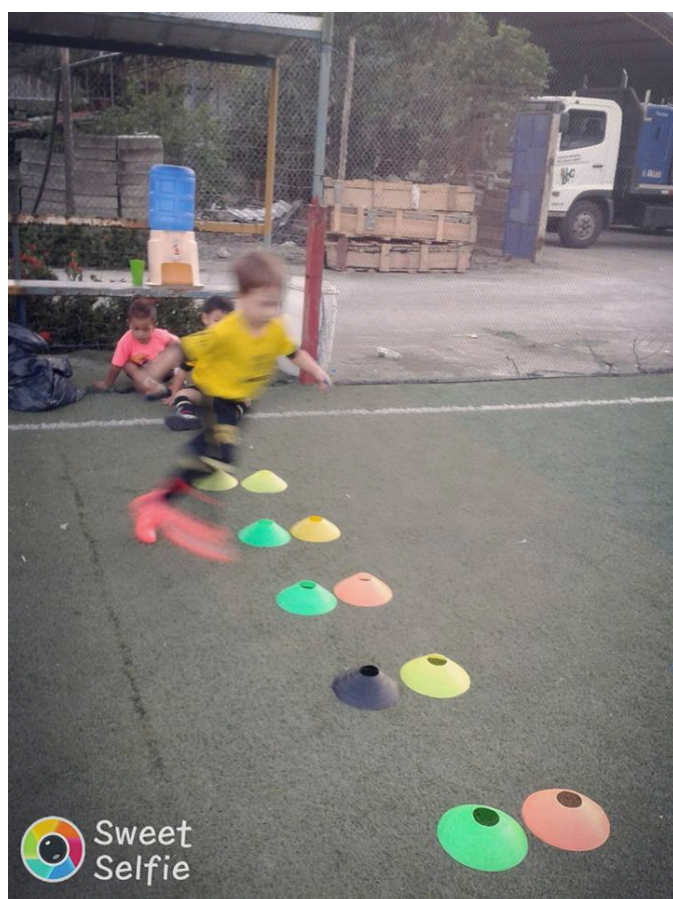
A) Criticar al entrenador
**B) Entrenar más fuerte para
mejorar y esperar su momento.**

La B) lo llevara a jugar...

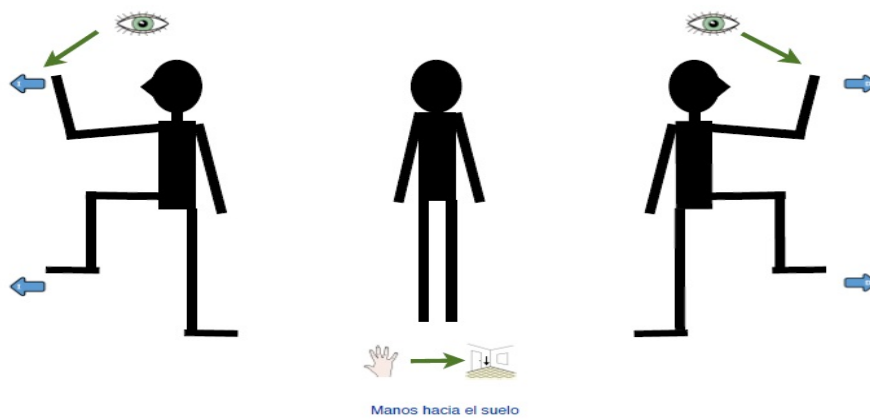
**En un equipo todos son importantes
y siempre habrá titulares y suplentes,
de tí dependerá donde situarte.**



BALZAR



ANEXO 2

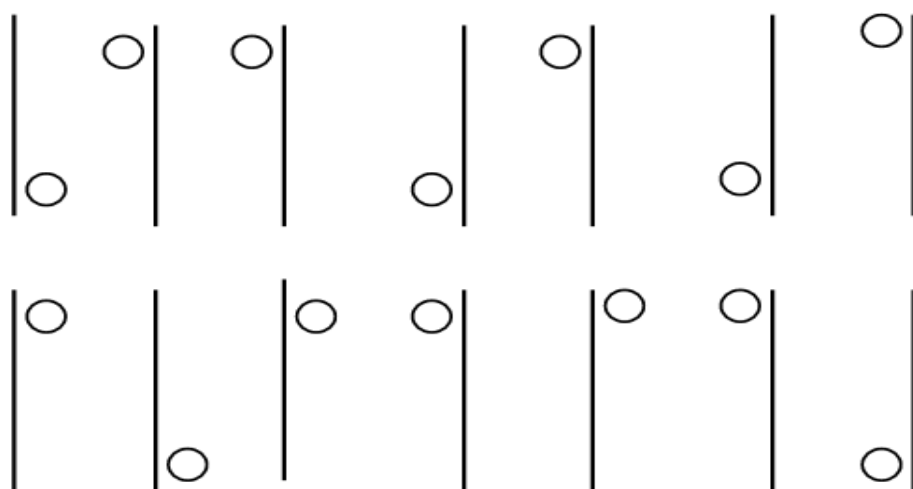


Kristina gago. Txomin aresti eskola

ANEXO 3



ANEXO 4



ANEXO 5



ANEXO 6



ANEXO 7

¿Tiene usted conocimiento sobre el desarrollo de la lateralidad en los niños?

-Considera usted necesario trabajar ejercicios de lateralidad en el futbol base de la escuela BARCELONA BALZAR?

-cuantos tipos de lateralidad conoce?

Cree conveniente trabajar la lateralidad en edades formativas para así poder lograr mejores resultados a futuro?

ANEXO 8