



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**



**INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**  
**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:**  
**LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**TEMA:**

DESARROLLO DE LA LATERALIDAD Y SU INCIDENCIA EN LA  
TÉCNICA DEL GOLPEO CON EL BORDE EXTERNO DEL PIE NO DOMINANTE  
EN LOS NIÑOS DE 8 A 12 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO ESPECIALIZADO  
FORMATIVO "DR. JOSÉ CEVALLOS RUIZ YAGUACHI".

**AUTOR:**

ALVARADO LEÓN GRECIA XIMENA  
ALBÁN GUEVARA MARCOS ALEXANDER

**TUTOR:**

MSC. CARRERA ERAZO SANDRA

**BABAHOYO - 2022**

## **DEDICATORIA**

Dedico este proyecto de investigación a Dios por darme vida y salud, como así también a mis padres que han sido mi pilar fundamental, para la construcción de mi vida profesional porque ellos me inculcaron la base de responsabilidad y deseos de superación.

A mis hermanas, hermano y sobrinas que son personas que me han ofrecido el apoyo incondicional de la familia a cuál amo.

Alvarado León Grecia Ximena

## **DEDICATORIA**

Dedico a Dios en primer lugar por mantenerme con vida y salud, a mi familia que han sido mi fuerza y apoyo en este trayecto de vida especialmente a mis abuelos y madre por ese apoyo incondicional que siempre me han dado para seguir adelante y a mi padre por su apoyo económico.

Dedico a toda mi familia este logro, quienes me ofrecen cada día la motivación necesaria para continuar hacia el logro de mis metas.

Albán Guevara Marcos Alexander

## **AGRADECIMIENTO**

Mi agradecimiento a mi Dios, familia, amigos , Skz y bts no son más un conjunto de seres queridos que contribuyeron en muchos aspectos durante mi etapa inicial y final universitaria, a mi compañero por su aporte en el desarrollo del mismo, y especialmente a los docentes que han colaborado con la revisión y orientación del informe final.

Y a cada una de las personas que sinceramente me brindaron su apoyo de todo corazón.

Alvarado León Grecia Ximena

## **AGRADECIMIENTO**

Mi agradecimiento sincero a los docentes que han revisado y orientado el desarrollo del trabajo de investigación y han formado parte de mi formación como profesional en estos años, a mi familia por nunca dejarme que me rindiera durante el trayecto de estudio y darme las fuerzas necesarias para seguir adelante y esos pocos amigos que también me motivaron a continuar mi camino sin salirme de él.

Mi más sincera gratitud a mi compañera por brindarme el apoyo en la realización del informe final.

Albán Guevara Marcos Alexander

# ÍNDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL; <b>Error! Marcador no definido.</b>	
CERTIFICACIÓN DEL TUTOR..... <b>¡Error! Marcador no definido.</b>	
CERTIFICACIÓN DEL LECTOR..... <b>¡Error! Marcador no definido.</b>	
RESULTADO DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN; <b>Error! Marcador no definido.</b>	
INFORME FINAL DEL SISTEMA URKUND <b>¡Error! Marcador no definido.</b>	
ÍNDICE.....	iv
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
INDICE DE FIGURAS.....	viii
RESUMEN.....	ix
Introducción.....	1
CAPITULO I. - DEL PROBLEMA.....	3
1.1.    Idea o tema de investigación.....	3
1.2 Marco Contextual.....	3
1.2.1. Contexto Internacional.....	3
1.2.2. Contexto Nacional.....	4
1.2.3. Contexto Local.....	6
1.2.4. Contexto Institucional.....	6
1.3 Situación problemática.....	7
CAPITULO II.- MARCO TEORICO O REFERENCIAL.....	12
2.1. Marco teórico.....	12
2.1.1. Marco conceptual.....	12

2.1.2. Antecedentes investigativos .....	25
2.1.3 Categorías de análisis .....	28
2.1.3. Postura teórica .....	28
2.2. Hipótesis .....	30
2.2.1. Hipótesis general .....	30
2.2.2. Sub hipótesis o derivados .....	30
2.2.3. Variable .....	30
<b>CAPÍTULO III.- RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN. ....</b>	<b>31</b>
3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	31
3.1.1. Pruebas estadísticas aplicadas. ....	31
3.1.2. Análisis e interpretación de datos.....	32
Datos generales.....	32
3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES .....	41
3.2.1. Específicas.....	41
3.2.2. General. ....	42
3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES .....	42
3.3.1. Específicas.....	42
3.3.2. General. ....	42
<b>CAPÍTULO IV.- PROPUESTA TEORICA DE APLICACIÓN.....</b>	<b>43</b>
4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS. ....	43
4.1.1. Alternativa obtenida. ....	43
4.1.2. Alcance de la alternativa.....	43
4.1.3. Aspectos básicos de la alternativa. ....	44
4.2. OBJETIVOS.....	46
4.2.1. General. ....	46
4.2.2. Específicos.....	46
4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA.....	47

4.3.1. Título. ....	47
4.3.2. Componentes. ....	47
4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA. ....	55
BIBLIOGRAFÍA .....	56
ANEXOS .....	58

\_Toc98666458

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Edad.....	32
Tabla 2 Posición en que juega .....	33
Tabla 3 Lateralidad visual (LV) .....	34
Tabla 4 Lateralidad del hombro (LH).....	34
Tabla 5 Lateralidad de cintura (LC) .....	35
Tabla 6 Pierna dinámica (Pdi) .....	35
Tabla 7 Pierna estática (PE).....	36
Tabla 8 Pie director (PD).....	36
Tabla 9 Pie no director (PnD).....	37
Tabla 10 Patrones de lateralidad.....	38

## INDICE DE FIGURAS

Figura 1 Lateralización de los hemisferios.....	13
Figura 2 Factores de la lateralidad.....	16
Figura 3 Técnicas del golpeo del balón.....	19
Figura 4 Clasificación de los tipos de pases.....	20
Figura 5 Acción de golpeo de balón.....	24
Figura 6 Acción de golpeo de balón.....	24
Figura 6 Acción de golpeo de balón.....	25

## RESUMEN

La lateralidad es la dominancia específica de uno de los hemisferios cerebrales, lo cual determinará si el individuo será diestro o zurdo. El predominio o preferencia de un hemisferio cerebral ejerce dominancia en el uso efectivo y más frecuente de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra, por lo que se clasifica en lateralidad homogénea y cruzada. Por lo tanto, repercute en la maduración del sistema nervioso a la hora de realizar deporte y efectivamente en el propio rendimiento del deportista, teniendo una implicación en la práctica deportiva.

El entrenamiento del pie no dominante permite una mejora tanto en éste pie como en el dominante, pudiendo llegar a ser incluso mayor que entrenando con el lado dominante en la ejecución la técnica del golpeo con el borde externo del pie. El objetivo fue determinar la incidencia que tiene el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz" Yaguachi.

La metodología de esta investigación es fundamentalmente no experimental, con modalidad de campo y bibliográfica. Se empleó una ficha de observación y la entrevista. La muestra de estudio estuvo conformada por 16 jugadores y 2 entrenadores. De acuerdo a los resultados obtenidos se identificó que los jugadores tienen lateralidad cruzada por lo tanto se procedió a elaborar una guía de ejercicios para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante. Por lo que se puede concluir que el desarrollo de la lateralidad si incide en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz.

**Palabras claves:** lateralidad, técnica del golpeo, pie no dominante.

## **Introducción.**

El deporte, se considera un campo que puede aportar un conocimiento importante sobre la modificación de las destrezas laterales mediante el entrenamiento. La lateralidad es motivo de controversias y un fenómeno ampliamente estudiado, cuyo origen aún entre quienes le adjudican una determinación genética desde los primeros momentos del desarrollo, especialistas conceden un papel determinante en las circunstancias del rendimiento deportivo. Incluso, se ha descrito en la literatura como “Transferencia bilateral”, un fenómeno conocido que hace que el entrenamiento del miembro no dominante por consiguiente una mejora de ejecución en el miembro dominante que no ha sido debidamente entrenado.

Así, la predominancia lateral de un pie sobre el otro adquiere en la práctica deportiva una gran relevancia y el hecho de que esta lateralidad del pie coincida o no con la lateralidad del miembro determinante según el deporte. Esta combinación da lugar a deportistas con lateralidad homogéneos y cruzados en su lateralidad ojo-mano u ojo-pié, lo que puede tener implicaciones importantes de tipo técnico (Martínez, 2021).

Por otra parte, se hace cada vez más evidente que la lateralidad en el rendimiento deportivo, es un factor fundamental, en algunos deportes, dándose el caso de que una determinada lateralidad mantiene una ventaja decisiva para la ejecución deportiva. El concepto de lateralidad no se refiere solamente a la predominancia de una parte del cuerpo en determinadas tareas debido a que existen diferentes tipos de lateralidad.

La preferencia lateral es un aspecto importante que se debe tomar en consideración, no solo en el fútbol sino en la mayoría de los deportes, de forma que la mejora de la habilidad con un lado mediante la práctica, y parece ser más entrenable de lo que se había creído. Si se realiza el entrenamiento de las lateralidades izquierda o

derecha, puede lograrse una mejora de las prestaciones de ambas extremidades entrenadas. Sin embargo, el entrenamiento del lado no dominante puede llegar a ser incluso de mayor rendimiento que entrenando solo con el lado dominante (sobre todo si el lado dominante es el zurdo) (Dorado, 2021).

El primer apartado abarca la introducción, y se describe los aspectos relacionados a este estudio; como los antecedentes, delimitación del problema, su formulación y sistematización. El segundo apartado engloba la revisión de la literatura donde se encuentran los fundamentos teóricos; de igual forma abarca definiciones relacionadas con el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz.

En el tercer apartado se identifica la metodología de la investigación utilizada en este estudio, con un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental; es un tipo de investigación descriptiva; la población está constituida por los niños de 8 a 12 años del club. En este apartado también se mencionan las técnicas para la recolección y análisis de datos; así como también los recursos y materiales. Finalmente se encuentra el presupuesto, cronograma del proyecto y las referencias bibliográficas tomadas para la presente investigación.

La importancia de esta investigación es determinar la incidencia que tiene el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años, cabe recalcar que el Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz" no cuenta con un test para identificar la lateralidad en los jugadores, además no cuenta con estudios similares que sirvan como antecedentes, por lo que el aporte que resulte de esta investigación será de gran relevancia.

## **CAPITULO I. - DEL PROBLEMA**

### **1.1. Idea o tema de investigación**

La presente investigación aborda el desarrollo de la lateralidad con la finalidad de conocer su incidencia en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz" Yaguachi.

### **1.2 Marco Contextual**

#### **1.2.1. Contexto Internacional**

El estudio en México por Cantú Cervantes et al., (Cantú Cervantes et al., 2017) muestra que si bien los hemisferios cerebrales se encuentran físicamente divididos, muestran especializaciones en tareas cognitivas coordinadas que dieron resultados en una participación complementaria.

Los autores hacen referencia a que la lateralidad se debe al predominio de unos de los hemisferios cerebrales, es decir, es la preferencia que cada individuo muestra por un lado de su cuerpo para realizar una determinada tarea. Como se conoce, los hemisferios cerebrales se encargan de controlar el lado opuesto del cuerpo, son más bien como complementarios, por ello, es necesario, enfocarse en trabajar ambos lados, no solo un lado dominante.

Otro estudio de referencia señala que el golpeo de balón es una de las habilidades más importantes en el fútbol, y realizarlo con ambas piernas supone una gran ventaja para los futbolistas. Con la pierna no dominante, existe un déficit de golpeo (KD) se piensa que su rendimiento está determinando en gran medida por la velocidad alcanzada por el balón, por ello está definido por la velocidad de balón que alcanza con la pierna no

dominante en relación a la dominante. La investigación hace referencia a los artículos que estudian la técnica del golpeo de balón

Los autores realizaron ampliaciones sobre el estudio de la relación con la fuerza muscular, la velocidad de golpeo de balón y estudian el KD y la relación entre la velocidad de golpeo con las manifestaciones de la fuerza. Los resultados de las revisiones sistemáticas indican que el KD es estable en toda la muestra y es un elemento constante.

En futbolistas de edades tempranas los factores de fuerza muscular son determinantes en los ejercicios coordinativos y para el golpeo de balón se vuelven más importantes (Lorenzo, 2017).

De acuerdo a lo señalado por el autor citado, la dominancia lateral es considerada un factor de gran influencia en el fútbol, razón por la cual este aspecto está ampliamente estudiado. Como ya se ha descrito, las lateralidades tendrán un impacto potencial en el rendimiento de un jugador, ampliar el tema de estudio puede ayudar a mejorar los las diferentes adaptaciones tácticas, físicas y mentales específicamente en los procesos de entrenamiento para la población en estudio.

### **1.2.2. Contexto Nacional**

La lateralidad, en el deporte, es potenciada de forma sistemática, dado que el perfeccionamiento lateral infiere en el valor técnico-táctico de ventajas competitivas. El objetivo de la investigación referenciada fue validar teóricamente una propuesta de indicadores de lateralidad a través de expertos nacionales e internacionales y a tener en cuenta en el entrenamiento de los fundamentos técnico- grupo de expertos independientes. Esta Investigación, de orden correlacional, es de tipo teórico-descriptiva y llevo a cabo un análisis cualitativo, en la sub-12, evidenciando la importancia que brinda cada indicador en cada intencionalmente a diez expertos nacionales (Ecuador) para la

determinación de indicadores que evalúan la lateralidad de forma cuantitativa y cualitativa. Se evidencia, por consiguiente, la necesidad de mejorar la comprensión sobre la importancia de realizar un trabajo metodológico en función del entrenamiento de la lateralidad en todas sus manifestaciones (Chicaiza Jácome, 2021).

Las acciones técnico-tácticas, la motricidad, tienen una implicación en personalidad, toma de decisiones y gestión de emociones. Conociendo la preferencia de la lateralidad de los jugadores se pueden trabajar estrategias, estimular y potenciar aptitudes así como estudiar su capacidad de reacción.

Otra investigación en la categoría sub 12 en la Escuela de Fútbol Simón Bolívar Rangel, ubicado en la ciudad de Riobamba – Ecuador, se llevó a cabo sobre el desarrollo la lateralidad y la técnica del pase en todas las categorías en el fútbol, evaluó los diferentes parámetros de lateralidad empleando instrumentos de investigación que se encuentran validados, como fue el Test para la evaluación de los test se utilizaron parámetros del 1 al 5; considerando que uno fue Bajo y 5 Alto, de acuerdo con el número de repeticiones correctas efectuadas por los deportistas. El estudio que se utilizó fue exploratoria, descriptivo y los métodos de investigación que se utilizaron fueron inductivo – deductivo; el tipo de investigación fue de campo y bibliográfico. El objetivo principal analizó la lateralidad y la técnica del pase en el fútbol, en la categoría sub 12 de la escuela de fútbol Simón Bolívar Rangel durante el año. El estudio concluye que los futbolistas de esta categoría en la técnica del pase al fútbol se encontraban en un nivel alto a medio, de la misma manera, oscilaba en un rango de medio a alto (Cabadiana, 2015).

La explicación del estudio referenciado, da una mejor perspectiva como la predominancia de uno de los dos hemisferios sobre el otro para realizar actividades concretas. Si un deportista conoce su lateralidad predominante podrá practicar de forma más efectiva de acuerdo a las técnicas y estrategias personalizadas acordes a sus

características, de esta forma, podrá potenciar su lado del cuerpo dominante y obtener mejores resultados con su lado no dominante y así, conseguir mejores resultados en sus acciones y acortamiento de sus tiempos de reacción.

En la mayoría de las personas, de acuerdo a los estudios realizados, predomina el hemisferio izquierdo sobre el derecho, se estima que sólo un 10% de la población en el mundo es zurda, es decir, hay más gente diestra que zurda. Entonces, la lateralidad es la predominancia de uno de los hemisferios sobre el otro, las personas que en su mayoría utilizan más su lado dominante.

### **1.2.3. Contexto Local**

En la presente investigación se usa como referencia el estudio de Clava (2016) quien elaboró una Guía Didáctica de los fundamentos técnicos en la iniciación para el fútbol en niños de 10 a 12 años de la academia “Barcelona” Vía a Samborondón 2016, el autor planteó como propósito mejorar los fundamentos técnicos y dominio del balón a través de una guía didáctica, lo cual aportó con beneficios al desarrollo físico e intelectual de quienes han escogido como parte de su formación del fútbol.

El trabajo de los fundamentos técnicos es considerado como parte primordial en la formación de los jugadores de esta edad, así también permitió evaluar a los entrenadores para conocer como desarrollan las actividades deportivas resaltando los aspectos y componentes técnicos de iniciación deportiva hasta la formación y perfeccionamiento deportivo. La fundamentación teórica permitió el planteamiento de una propuesta de guía metodológica de fundamentos técnicos.

### **1.2.4. Contexto Institucional**

En el Club Deportivo Especializado Formativo “Dr. José Cevallos Ruiz no se ha realizado ningún estudio donde se conozca cómo se produce el desarrollo de la lateralidad

y cómo evaluar de manera independiente la situación de cada jugador para conseguir unos mejores resultados a partir de sus habilidades y necesidades. No se ha aplicado ningún tipo de prueba para medir las habilidades psicomotrices en cuanto a lateralidad y técnica del golpeo y así posteriormente adecuar una enseñanza individualizada, realista y eficaz. Para poder poner en práctica un test, será necesario conocer todos los ámbitos del desarrollo de la lateralidad. Así pues, será imprescindible distinguir cómo se dan en el proceso de lateralización y su importancia en el fútbol. En la institución no existen documentos que ofrezcan las claves para llevar a cabo una intervención psicomotriz con buenos resultados para aquellos jugadores que presenten dificultades de lateralidad en la técnica del golpeo.

### **1.3 Situación problemática.**

En la actualidad se puede evidenciar que hay falencias o problemas de lateralidad en niños al momento de manejar su lado no dominante, específicamente en unos de los deportes reconocidos como es el fútbol, se ha observado dificultades en los niños al momento de querer efectuar un pase con su lado no dominante en un escenario como lo es en un partido de fútbol.

De acuerdo a la revisión de varias propuestas referente acerca de la lateralidad, existe una deficiencia al no trabajarse adecuadamente desde edades tempranas de modo que incide de manera negativa al niño impidiendo que este desarrolle o domine ambas lateralidades para el manejo y uso completo y efectivo de la misma.

La mayoría de problemas se dan en torno a padecer trastornos espacio-temporales que desembocan en una mala ejecución del movimiento como:

- Torpeza motora -incapacidad para ejercer su yo sobre los objetos.
- Déficit oral -bloqueo en las relaciones interpersonales.

- Obstrucción de su rigidez corporal, inseguridad y atrofia de coordinación. (acciones motoras.)
- Ejercer su yo en el rechazo a los posibles contactos con los otros o con el medio Paredes (2016).

Localmente en la ciudad de San Jacinto de Yaguachi han existido múltiples trabajos sociales la cual implica brindar materiales didácticos para la práctica del fútbol en diferentes zonas de la ciudad, pero estudios o trabajos científicos acerca del desarrollo de la lateralidad y su incidencia dentro del futbol no existen dentro de la localidad por lo cual esta será considerada en futuras líneas de investigación que se centren en el problema estudiado.

#### **1.4 Planteamiento del problema**

##### **1.4.1 Problema general**

¿Cómo incide el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo “Dr. José Cevallos Ruiz”?

##### **1.4.2 Subproblemas o derivados**

¿Cuáles son los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad que influyen en el rendimiento deportivo?

¿Cómo los tipos de lateralidad mejorara el golpeo exterior?

- ¿Qué ejercicios se pueden proponer para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante?

## 1.5 Delimitación de la investigación

### Líneas de investigación

- **Líneas de la investigación UTB:** Educación y desarrollo social
- **Líneas de investigación de la FCJSE:** Talento Humano Educación y Docencia
- **Líneas de investigación de la carrera:** Actividad física, salud, deportes y tiempo libre
- **Delimitación temporal:** año 2022
- **Delimitación Espacial:** San Jacinto de Yaguachi
- **Delimitación demográfica:** niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz "

### 1.6 Justificación

Por su valor teórico la presente investigación aborda la lateralidad como la preferencia que cada niño muestra por un lado de su cuerpo, este fenómeno se debe al predominio de unos de los hemisferios cerebrales. Por lo tanto, es importante que la lateralidad se defina en edades tempranas de manera espontánea y nunca debe ser forzada, es decir, sin embargo, se recomienda que ellos mismos exploren la destreza de manera natural en todas las partes del cuerpo que hemisferio del cuerpo es el dominante.

La relevancia de este trabajo de investigación radica en analizar la incidencia del desarrollo de la lateralidad en el fútbol en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, puesto que los niños con una lateralización bien definida tienen una buena organización psicomotora que les permite realizar mejor algunas tareas como coordinar el movimiento de su cuerpo. Conociendo la incidencia de la lateralidad en los

niños que practican este deporte se pueden trabajar estrategias, estimular y potenciar aptitudes, así como su capacidad de reacción.

La realización de la investigación es factible por sus características, debido a que se plantean ejercicios que pueden materializarse para brindar solución a los problemas encontrados. Esto quiere decir que las fases de la investigación son viables desde el planteamiento del problema, objetivos claramente expuestos, justificación, el marco de referencia en cuestión, el diagnóstico, la factibilidad, los resultados en sí, las recomendaciones y las referencias utilizadas.

Los principales beneficiarios son los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz, los entrenadores y directivos de la institución, además de contribuir a la comunidad científica con los hallazgos que se planteen en la investigación.

En la investigación hay un aporte teórico debido a que el propósito del estudio es genera reflexión y debate académico sobre el conocimiento existente de la lateralidad, confrontando con las teorías expuestas en el marco teórico, para así contrastar resultados o hacer epistemología del conocimiento existente, refutando o reafirmando la validez de un modelo teórico establecido. Se espera que los resultados de este trabajo sean un complemento teórico de aquel en el cual se fundamenta la investigación.

Por otro lado, se considera que la investigación tiene un aporte práctico, ya que su desarrollo ayuda a resolver el problema planteado, porque propone estrategias que al aplicarse contribuirían a resolverlo. El resultado de la investigación tiene una aplicación concreta y muestra los resultados pertinentes siendo una respuesta o solución a problemas concretos que al aplicarla permita mejorar la situación actual. Por su aporte metodológico, el estudio propone una nueva estrategia o un nuevo método o para generar la ampliación

del conocimiento válido y confiable, mediante las herramientas adecuadas para buscar nuevas formas de hacer investigación generando conocimientos.

## **1.7 Objetivos de investigación**

### **1.7.1 Objetivo general**

Determinar la incidencia que tiene el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz" Yaguachi.

### **1.7.2 Objetivos específicos**

- Conocer los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad que influyen en el rendimiento deportivo.
- Identificar los tipos de lateralidad que mejorarán el golpeo exterior.
- Proponer una guía de ejercicios para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.

## **CAPITULO II.- MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL**

### **2.1. Marco teórico**

#### **2.1.1. Marco conceptual**

##### **2.1.1.1 Concepto de Lateralidad**

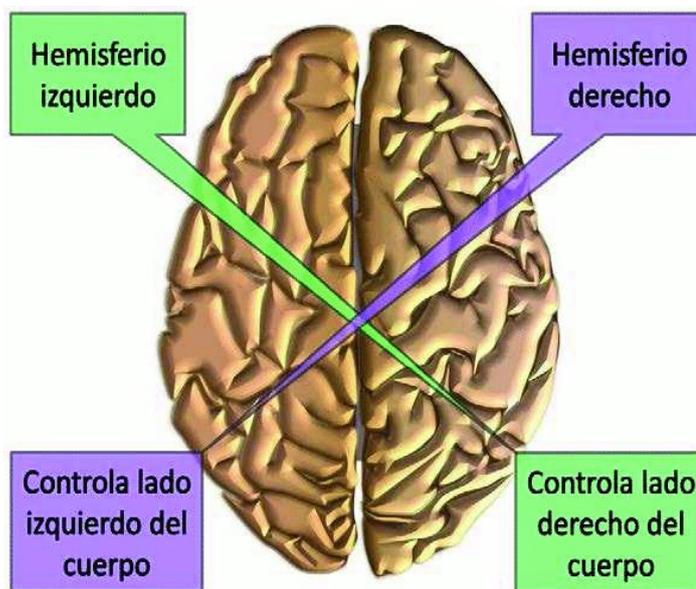
La lateralidad es el predominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro como consecuencia de la distribución de funciones en el cerebro. Mediante este proceso, los niños se definen como diestros (90% de la población mundial) o zurdos (el 10% restante). Cuando un niño que ha definido su lateralidad predominante, utiliza una mano de preferencia sobre la otra para el desarrollo de las actividades cotidianas. Este mismo proceso ocurre con el resto del dominio de su cuerpo, uno de ellos se utiliza en mayor preferencia que el otro (Martínez, 2021).

Como indica el autor mencionado, el niño utiliza el lado predominantemente la mano derecha, utilice también de manera preferente el resto de su lado derecho, es decir el ojo, el oído y el pie derecho. A esto se le llama lateralidad consistente o lateralidad homogénea. Por medio de la lateralidad, el niño desarrolla las nociones espaciales de derecha e izquierda tomando como referencia su propio cuerpo.

El cerebro del hombre está dividido en dos mitades: un hemisferio izquierdo y un hemisferio derecho. El hemisferio derecho controla el lado izquierdo y el hemisferio cerebral izquierdo el lado derecho. Por lo tanto, la lateralidad es la dominancia específica de uno de los hemisferios cerebrales, lo cual determinará si el individuo será diestro o zurdo. El predominio o preferencia de un hemisferio cerebral ejerce dominancia en el uso efectivo y más frecuente de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra. El hemisferio izquierdo se encarga del lenguaje y control de las emociones, mientras que

el derecho se encarga del pensamiento espacial, reconocimiento facial y , percepción de las emociones.

**Figura 1 Lateralización de los hemisferios**



### **2.1.1.2 Predominio lateral**

De las definiciones encontradas sobre el predominio o dominancia lateral en esta tesis se señala que es el nombre que recibe el uso de una parte del cuerpo con mayor destreza y eficacia que con la otra. Tal como señala Chicaiza (2021) es la expresión de una adecuada organización neurológica (predominio de un hemisferio cerebral).

Según Chicaiza (2021) un aspecto importante a considerar, es lo relacionado con el proceso o las etapas que se deben conocer sobre la lateralidad, para lo cual se proponen las siguientes etapas. La dominancia lateral se refiere no sólo a la mano, sino también a las extremidades inferiores y a los órganos sensoriales, que se produce en edades diferentes, por lo que es necesario conocer su desarrollo.

### **Etapa I.**

De (0-3 años), el niño aun no puede distinguir entre el lado derecho o izquierdo de su cuerpo.

### **Etapa II.**

Desde (3-4 a 5 años), el niño ya adquiere y maneja la conciencia de que su extremidad izquierda o derecha se encuentran a ambos lados de su cuerpo, pero no sabe ubicarlas todavía, ni reconoce la derecha e izquierda.

### **Etapa III**

De (5-7 años), el niño a esta edad ya es consciente de que los órganos y miembros tanto derechos e izquierdos se encuentran en su cuerpo en lados opuestos, inicia la identificación de izquierda o derecha.

### **Etapa IV**

De (8-9 años), el niño ya maneja con precisión cuáles son las partes derecha e izquierda en su cuerpo, manifestando la preferencia lateral con nitidez de uno de los dos hemicuerpos.

### **Etapa V.**

Después de los 10 años, el niño ya afianzado la lateralidad predominante, debe seguir perfeccionando su lado dominante para llegar al éxito, es decir, controlar los movimientos del cuerpo con su preferencia lateral para dominar el espacio, direcciones, entre otros.

### 2.1.1.3 Tipos de lateralidad

En el ser humano tiene una prevalencia de uno de los hemisferios, ya sea derecho o izquierdo. Esta especialización lateral, que queda definida luego de haber pasado la fase de identificación (0-2 años), la fase de alternancia (2-4 años), es en la fase de automatización de (4-7 años) llamada “lateralidad definida” o “lateralización”. Por tanto, puede ser zurda o diestra en función del hemisferio dominante.

Lo importante, para que el niño tenga un buen desarrollo neurofisiológico, independientemente si tiene preferencia diestra o zurda, es que tenga la lateralidad bien definida; es decir, que sea homogénea, lo cual permitirá que se desarrolle de acuerdo al cociente intelectual y emocional.

Según Osega, ( 2016) los tipos de lateralidad que hay son:

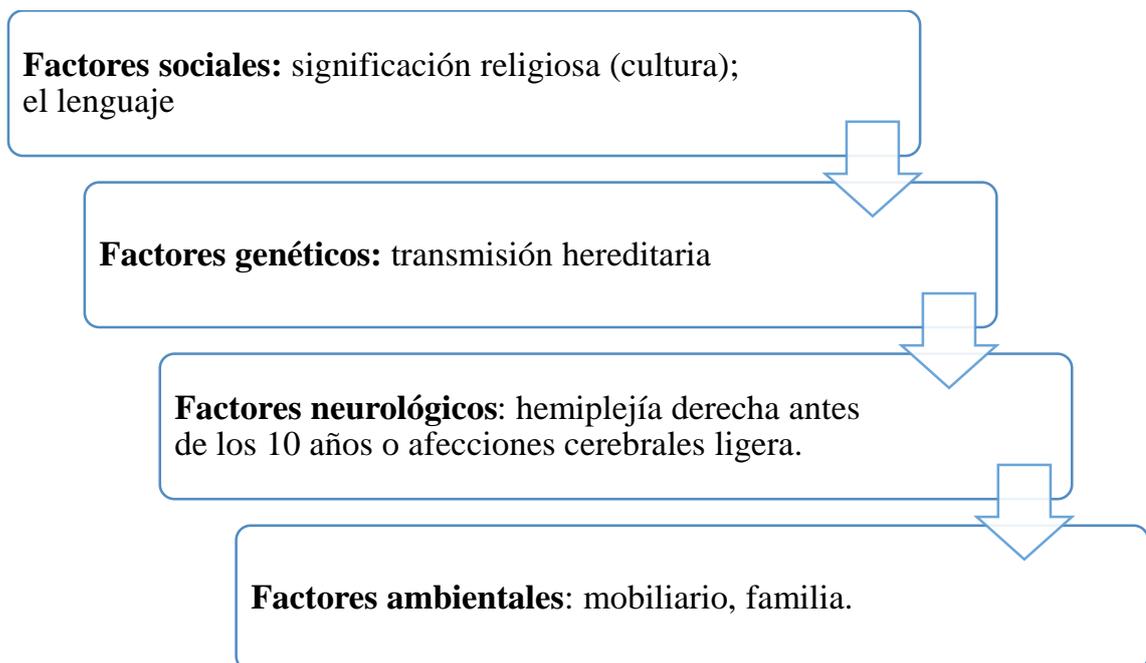
- a. **Diestro:** utiliza para realizar las acciones, habitualmente la mano derecha.  
La existencia de una dominancia cerebral izquierda, cuando la persona es diestra.
- b. **Zurdo:** emplea la mano izquierda para hacer las cosas. Un individuo puede ser zurdo cuando el hemisferio derecho, es uno de los principales centros de mando.
- c. **Zurdería Contrariada:** Su lado izquierdo es el dominante, pero a la vez utilizan la derecha porque se dio de acuerdo a las influencias sociales y culturales.
- d. **Ambidextrismo:** es cuando la persona utiliza los dos lados del cuerpo. Puede haber dificultades en el aprendizaje relacionados con la utilización del espacio al escribir o en otras situaciones.

- e. **Lateralidad Cruzada:** emplean diferentes lados del cuerpo por “cruces” de ojo, oído, o ambos. Si todo es diestro y el ojo es el izquierdo: es diestro con cruce visual. Si todo es diestro y el oído es el izquierdo, es diestro con cruce auditivo.
- f. **Lateralidad sin definir:** no tiene un patrón definido y estable en la lateralidad. En esos casos el empleo de una mano, ojo, oído o pierna, no es constante ni está diferenciada totalmente.

#### 2.1.1.4 Factores de la lateralidad

De acuerdo a lo señalado por Páez (2020) numerosos son los factores que pueden condicionar la lateralidad del niño/a, entre ellos están los siguientes:

**Figura 2 Factores de la lateralidad**



### 2.1.1.5 Clasificación de la lateralidad

La lateralidad dominante, utiliza el lado izquierdo o derecho, que funcionan de acuerdo a las órdenes del cerebro contralateral, por lo que se clasifica en lateralidad homogénea y cruzada.

- **Lateralidad homogénea:** jugadores que utilizan la misma parte del cuerpo para todas tareas que realizan. Pueden ser zurdos o diestros.
- **Lateralidad cruzada:** en la ejecución de tareas emplean de forma cruzada las partes derecha – izquierda. Por ejemplo, ojo director derecho y pierna izquierda o al contrario.

De acuerdo a lo señalado por Páez (2020) existen diferentes tipos de lateralidad cruzada:

- a) **Lateralidad contrariada.** Es aquella donde el individuo utilizan la mano derecha, cuando en realidad tiene predominancia lateral izquierda. Siendo más frecuente hace años atrás.
- b) **Lateralidad ambidiestra.** Son personas que usan un lado del cuerpo para realizar las actividades porque tienen más fuerza, con la otra. Normalmente no representa un problema si está equilibrado.
- c) **Lateralidad por oposición.** Se da cuando la persona emplea la mano contraria, siendo diestros, causados por un componente psicosocial.
- d) **Lateralidad indistinta.** La persona es capaz de usar indistintamente cualquiera de las dos manos o pies. Aunque en realidad parece una ventaja, no lo es, porque es importante para el cerebro tenga definido un lado dominante.

### 2.1.1.6 Lateralidad en el rendimiento deportivo

Como se ha descrito anteriormente la lateralidad es el predominio de un lado del cuerpo sobre otro y éste repercute en la maduración del sistema nervioso a la hora de

realizar deporte y efectivamente en el propio rendimiento del deportista, teniendo una implicación en la neuro motricidad, personalidad, en las acciones técnico-tácticas, gestión de emociones y toma de decisiones. Identificando la lateralidad la persona en la práctica deportiva se pueden trabajar diversas estrategias que logren estimular y potenciar aptitudes deportivas así como estudiar su capacidad de reacción.

Según Chicaiza (2021) se necesita evaluar los siguientes aspectos:

- Lateralidad visual (LV): entrenamiento del ojo diestro y el zurdo.
- Lateralidad del hombro (LH): movimiento integral de los hombros desde el punto de vista técnico-táctico.
- Lateralidad de cintura (LC): rotación de la cintura.
- Pierna dinámica (Pdi): pierna que los movimientos técnicos de recepción, colocación del balón y dominio.
- Pierna estática (PE): pierna no fundamental para realizar movimientos.
- Pie director (PD): pie que golpea preferentemente el balón.
- Pie no director (PnD): el pie con que no se golpea el balón preferentemente (Chicaiza, 2021).

## **2.2 Concepto de Técnica de golpeo de balón**

Según Balada, (2019) “La técnica del golpeo es un toque al balón con cualquier parte del pie, por lo tanto cuando el jugador realiza un pase, un tiro, un control orientado, en primer lugar está haciendo un golpeo que según la intención con que lo efectúa se convertirá en las acciones antes citadas”.

Un golpeo es dar con una superficie del cuerpo un impulso al balón, que tiene diferentes intenciones, como pueden ser disparo, pase y despeje. En la acción del golpeo del balón se producen en diferentes momentos y acciones del juego interviniendo muchas variables incontrolables, como el estado del césped, viento, etc.

Hay tres tipos intervenciones técnicas encaminadas a dicha mejora:

**Figura 3 Técnicas del golpeo del balón**

Técnica individual	Técnica colectiva	Técnica defensiva
<ul style="list-style-type: none"><li>• Corresponde a aquellas acciones que puede realizar un jugador individualmente. Son el tipo de intervenciones más estudiadas, y tienen una gran importancia en acciones como el golpeo de balón.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Corresponde a aquellas acciones que requieren de dos o más jugadores, para conseguir el beneficio conjunto</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Corresponde a aquellas acciones que realizan los jugadores que, partiendo de una situación defensiva, intervienen directamente con la finalidad de apoderarse del balón.</li></ul>

De acuerdo a lo que plantea el autor referenciado, la técnica del golpeo de balón se enseña en la iniciación deportiva y puede realizarse, con la cabeza, tras una recepción, la rodilla, al primer toque, con el balón en movimiento, a balón parado y muchas otras formas. El golpeo debe realizarse con la fuerza adecuada y en el momento oportuno, ya sea un pase o un golpeo a portería, e implica en el jugador tener una cierta habilidad para su correcta ejecución.

Los golpes son utilizados en diferentes acciones técnicas que en el fútbol son:

- a) **Tiro:** consiste en una acción técnica que todo envío del balón hacia la portería contraria. En el lanzamiento a puerta se utilizan en el momento oportuno las superficies de contacto necesarias.
- b) **Pase:** Acción en el que se asocia dos o más componentes de un equipo por medio de un golpeo mediante la transmisión de balón. Por tanto, es la interrelación técnica entre 2 jugadores como elemento inicial de cada combinación

constituyendo la base del juego colectivo para llegar al objetivo propuesto en el menor tiempo posible.

- c) **Despeje:** permite resolver una acción técnica con la máxima eficacia una situación comprometida cerca de la propia portería alejando el balón de donde se encuentra con cualquier superficie de contacto legal.

Para clasificar los pases en función del tipo, parte del cuerpo que contacta y posiciones se detalla lo siguiente:

#### **Figura 4 Clasificación de los tipos de pases**

Se han clasificado los pases en función de la distancia que recorre el balón. Así se determina si los pases son:

- Cortos: van de 0 a 10 metros
- Medios: de 10 a 20 metros
- Largos: más de 20 metros.

---

PASE CORTO  
0- 10m

Pie: parte interior  
parte exterior  
empeine

---

Cabeza: parte anterior  
parte posterior  
parte superior

---

Recursos: tacón  
puntera  
pecho  
muslo

---

---

PASE MEDIO

10- 20m

Pie: parte interior  
empeine: interior, exterior, total

---

Cabeza: parte anterior  
parte posterior  
parte superior

---

Recursos: tacón  
puntera

---

---

PASE LARGO

+20m

Pie: parte interior  
empeine: interior, exterior, total

---

Recursos: puntera  
tijera  
bolea

---

### 2.2.1 Superficies de contacto en el golpeo con el pie

- a) Empeine frontal o total: Se emplea generalmente para golpes fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión.
- b) Empeine interior y exterior: Se emplea habitualmente para efectuar golpes con efecto. Son golpes de gran fuerza, precisión y velocidad.

Exterior e interior: Para golpes cercanos y seguros. Son los de menos velocidad pero de mayor precisión.

- c) -Puntera, planta y talón: Normalmente se utilizan como recurso, a excepción de los tiros a gol con la puntera en situaciones favorables (Rodríguez Lorenzo & Acero, 2020).

### **2.2.2 Golpeo con el exterior del pie**

Tal como señala (Chasipanta, 2021) el jugador situado ligeramente colocado hacia el lado de la pierna que va a golpear (“si tira con la derecha se coloca a la derecha de la pelota o viceversa”). Se realiza igual que para el envío con el empeine interior. Es igual que la situación para el golpeo con el interior, sólo que se gira el pie hacia adentro para mostrar el exterior al balón y se golpe en la parte central o un poco exterior izquierda.

### **2.2.3 Técnica correcta para el golpeo con el pie dominante y no dominante**

Como expresa Núñez, (Núñez Carvajal, 2019) la colocación de la pierna activa y de la pierna pasiva dependerá del tipo de golpeo:

- a) **El empeine frontal:** cuando inicia el futbolista la carrera de aproximación en línea recta hacia el esférico. Tendrá que levantar hacia atrás la pierna a golpear, y situar la pierna de apoyo a unos 10 cm aproximadamente del balón, con la planta del pie apoyada en el suelo. Rápidamente bajará la pierna del golpeo hacia el esférico, estirando el pie hacia abajo para golpear el balón en su parte central.
- b) **El empeine interior:** estando el jugador situado ligeramente hacia el lado de la pierna de apoyo, inicia la carrera de aproximación hacia la pelota, se levanta hacia atrás la pierna del golpeo, su pierna de apoyo dependerá del tipo de tiro que puede ser raso o elevado.
- c) **El empeine exterior:** la carrera de aproximación hacia el esférico estando ligeramente situado hacia el lado de la pierna del golpeo, de la misma forma que con el ejercicio anterior. El futbolista que usa la pierna derecha,

tendrá que situarse a la derecha y se coloca al lado contrario, ejecuta con la pierna izquierda.

- d) **El interior del pie:** a poca distancia del esférico, el jugador levantará la pierna del golpeo hacia atrás ligeramente mientras que sitúa la pierna de apoyo al lado del balón. Rápidamente bajará la pierna del golpeo hacia este al mismo tiempo que va girando el pie hacia afuera, mostrando su interior a la pelota para golpearla en su parte media.
- e) **El exterior del pie:** al igual que el golpeo con el interior del pie, con la única diferencia de que este se va girando hacia adentro, muestra su exterior con respecto al balón para golpear en su parte central o exterior izquierda.
- f) **El talón:** el jugador para realizar este tipo de golpeo, tiene que pasar la pierna activa por detrás de la pierna pasiva y llevar a cabo el toque.
- g) **La puntera:** al igual que en el golpeo con los empeines, con la diferencia de que se emplea la puntera para llevar a cabo el toque a la pelota, la cual suele ser golpeada en su parte central o exterior.
- h) **La planta:** se utiliza para mover el esférico en espacios reducidos, ya que este tipo de golpeo no suele enviar la pelota hacia delante. El futbolista colocará su pierna pasiva al lado del balón mientras que su pierna activa lo toca en su parte superior (Núñez, 2019).

El golpeo del balón implica en el fútbol, la contracción de diferentes tipos musculares donde se usa mayor potencia se pretenda imprimir al balón. La acción del golpeo del balón se caracteriza por una aproximación hacia éste de uno o más pasos, el pie de apoyo se coloca al lado del balón y ligeramente por detrás.

**Figura 5 Acción de golpeo de balón**



Posterior, la pierna de golpeo realiza una flexión de rodilla y se inicia una extensión de rodilla, con rotación de la pelvis sobre la pierna de soporte, para llevar el muslo hacia delante mientras la rodilla continúa flexionándose (prestiramiento del cuádriceps) hasta que se inicia la extensión.

**Figura 6 Acción de golpeo de balón**



Finalmente, en el momento en el que el pie impacta con el balón se produce una desaceleración del muslo y una fuerte extensión de la rodilla.

**Figura 7 Acción de golpeo de balón**



### **2.1.2. Antecedentes investigativos**

Debido a la popularidad del fútbol se intentan analizar las habilidades que se desarrollan en este deporte, con el objetivo de proporcionar información científica que pueda ser de valor práctico para los futbolistas y entrenadores, de entre todas estas habilidades, el golpeo al balón es la habilidad más estudiada ya que es considerada una habilidad fundamental para el rendimiento del futbolista por ser una de las más utilizadas durante la competición y una de las más determinantes; además de su empleo en los pases, centros y despejes, los golpes se utilizan para tirar a portería con la intención de marcar gol, el principal objetivo de este deporte. De hecho, en la Copa Mundial de Fútbol de Sudáfrica 2010, un 80.69% de los goles se marcaron a través de un golpeo con el pie (Lorenzo, 2017).

Por su parte, Cabadiana (2015).menciona que utilizando el pie izquierdo o derecho de acuerdo a la posición en que el jugador se encuentre, se práctica el golpeo del balón insistentemente; pero los jugadores manejan con frecuencia medianamente el balón solo en uno de sus pies para ejecutar pases. Los pases, no son los más apropiados para que otro jugador pueda continuar con el juego o defina con certeza y facilidad, al existir un aparente manejo del balón solamente con el lado dominante a lo mejor por falta de técnica en transferir la pelota a su compañero repercute en el rendimiento deportivo (Cabadiana, 2015).

Castillo (2017) señala que los números totales hablan de 5601 golpes analizados, de los cuales corresponden unos 4725 (84,35%) a la pierna dominante y 876 (15,64%) a la pierna no dominante. Se puede considerar como bastante significativa, el número de intervenciones de la pierna no dominante en el juego.

En cuanto a la pierna no dominante:

- Porcentajes de las acciones técnicas de ataque:
- Control: 41,60 %
- Pases: 39,70 %
- Tiros: 4,33 %
- Regates: 10,95 %
- Centros: 3,31 %
- Porcentajes por puestos específicos:
- Defensa: 30,02 %
- Centrocampista: 47,94 %
- Delantero: 22,03 %

Se puede deducir que la acción técnica de ataque en todas las técnicas, la más empleada por la pierna no dominante es el control (41,60 %), seguida del pase (39,70 %). El regate obtiene aproximadamente un 10,95 % de presencia de la pierna no dominante. Son indiscutibles, los recursos que aporta al futbolista la utilización de ambas piernas (Castillo 2017).

La acción técnica ofensiva de acuerdo a lo revisado en la investigación que ha sido menos utilizada de las seleccionadas en esta investigación es el centro al área (3,31 %), quizás debido a la gran especialización que tienen los jugadores de banda para utilizar su pierna dominante para resolver esta acción técnica. El segundo menos utilizado es el tiro a portería (4,33 %).

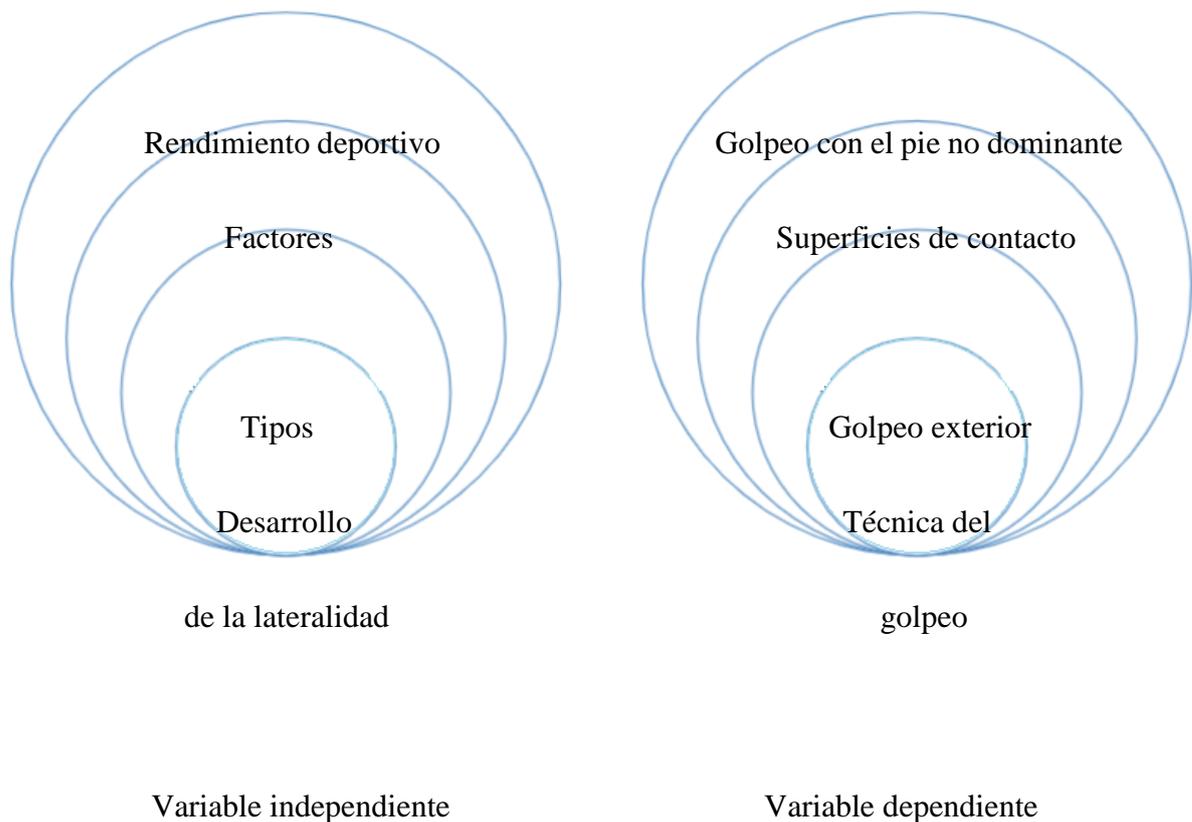
El puesto específico que mencionan los autores, que más ha utilizado la pierna no dominante es el centrocampista (47,94 %), la posición de defensa (30,02 %) y por último, de los delanteros (22,03 %). La diferencia encontrada entre los distintos puestos específicos no es demasiado amplia. El centrocampista y los defensas son los que más veces utilizan el control y el pase. Los delanteros (proporcionalmente) son los que más tiros a puerta realizan.

Durante los encuentros, el empleo de la pierna no dominante (55,7% del total). Esto tal vez nos indica cómo puede influir el cansancio y la fatiga en la coordinación y en el descenso del uso de la pierna no dominante en las segundas partes. Este fenómeno podría ser objeto de una investigación más profunda.

La menor utilización de estos elementos técnicos por la pierna no dominante puede ser el resultado de una menor habilidad y confianza en su ejecución técnica. Otras posibles causas pueden ser atribuibles a su mayor complejidad de ejecución y su mayor trascendencia en el resultado final del partido (tiro).

No se puede obviar ninguno de estos elementos técnicos dirigido a la iniciación deportiva, todos deben ser trabajados en estas etapas de formación e incluso es posible que con el aumento de la destreza con la pierna no dominante se puedan reinvertir los resultados que ha arrojado esta investigación. Aun así es obvio y la diferencia así lo confirma, que todos los elementos que el control y el pase con la pierna no dominante tienen una amplia presencia en el juego con lo que la necesidad de práctica parece más que justificada (Castillo, 2017).

### 2.1.3 Categorías de análisis



### 2.1.3. Postura teórica

La investigación en el campo de la lateralidad posee un limitado referente de concepciones teóricas y metodológicas actualizadas, lo que se convierte en una de las

limitaciones del estudio, por esa razón se han tomado teorías de postulantes menores a cinco años, razón por la cual no se mencionan en el marco teórico, pero si en este apartado que sirven de sustento para la fundamentación científica del problema central, así como para el descubrimiento de nuevos conocimientos.

Es así que, según Rigal (2006) “ninguna de las teorías va a ser absolutas por lo que se debe aceptar que la determinación de la lateralidad, va a ser afectada por más de una causa. Este autor clasifica estas causas o factores en tres grandes categorías: genéticos, neurofisiológicos y sociales”

Se toma este teorizante, porque a partir de la obtención de datos obtenidos de la lateralidad en la que se hará correspondiente interpretación, se podrá conocer si los factores genéticos, neurofisiológicos y sociales inciden en el desarrollo de la lateralidad. Hay que ser conscientes de la existencia de los niveles dentro de la teoría para no caer en una confusión epistemológica y no tener rigurosidad del proceso indagatorio que afecte en los resultados esperados de la investigación.

Por otro lado Baldwin, Stern (1986) señala que el niño reconoce el espacio a medida que aprende a dominarlo, distingue en los niños un "espacio primitivo o espacio bucal", un "espacio próximo o espacio de agarre" y un "espacio lejano", que el niño aprende a dominar y que va descubriendo, a medida que aprende a moverse por sí solo.

Cabe señalar la importancia de lo que menciona el teorizante sobre el espacio, debido a que en el proceso de desarrollo de la lateralización para determinar la dominancia de un segmento en todas sus posibilidades pero atendiendo también a los otros segmentos como la ubicación espacial. De este modo, queda definida que la pierna no dominante como el segmento del miembro inferior que no posee predominancia sobre el otro. Es el lado menos hábil porque no tiene dominancia cerebral, su hemisferio

cerebral no está especializado para hacer ciertas funciones, que es lo que se pretende demostrar en el estudio.

## **2.2. Hipótesis**

### **2.2.1. Hipótesis general**

H<sub>1</sub>: El desarrollo de la lateralidad incidirá en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz".

### **2.2.2. Sub hipótesis o derivados**

- Si se conoce los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad, influirá en el rendimiento deportivo
- Si se identifican los tipos de lateralidad, se mejorará el golpeo exterior.
- Mediante una guía de ejercicios se puede mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante

### **2.2.3. Variable**

- Variable dependiente: técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.
- Variable Independiente: desarrollo de la lateralidad.

## **CAPÍTULO III.- RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

### **3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

#### **3.1.1. Pruebas estadísticas aplicadas.**

Los resultados se presentan en tablas y gráficos para una mejor comprensión de los datos obtenidos en los ejercicios que se realizaron en la muestra de estudio que son 16 niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz. Dentro de las pruebas estadísticas se realizó una investigación estadística descriptiva para la determinación cuantitativa de los indicadores que evalúan la lateralidad.

Se empleó la técnica de la observación con los jugadores y la técnica de la entrevista con los entrenadores, es fundamental en todo principio científico confrontar el fenómeno que se desea comprender y describirlo, tomando nota de sus peculiaridades detallando todas las características que implican la incidencia de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.

En primer lugar se detallan los datos generales de los jugadores y se procede a tabular los resultados de la evaluación de la lateralidad.

Los indicadores evaluados son: Lateralidad visual (LV), Lateralidad del hombro (LH), Lateralidad de cintura (LC), Pierna dinámica (Pdi), Pierna estática (PE), Pie director (PD) Pie no director (PnD).

La ficha de observación de lateralidad que se propone consta de ejercicios que evalúan los aspectos antes mencionados para obtener la diferenciación entre derecha e izquierda. Para valorar una lateralidad homogénea o cruzada debe hacerse unas pruebas completas de lateralidad de acuerdo a la posición en la que juegan según el predominio motor de un lado del cuerpo respecto al otro (ser zurdo o diestro).

### 3.1.2. Análisis e interpretación de datos.

#### Datos generales

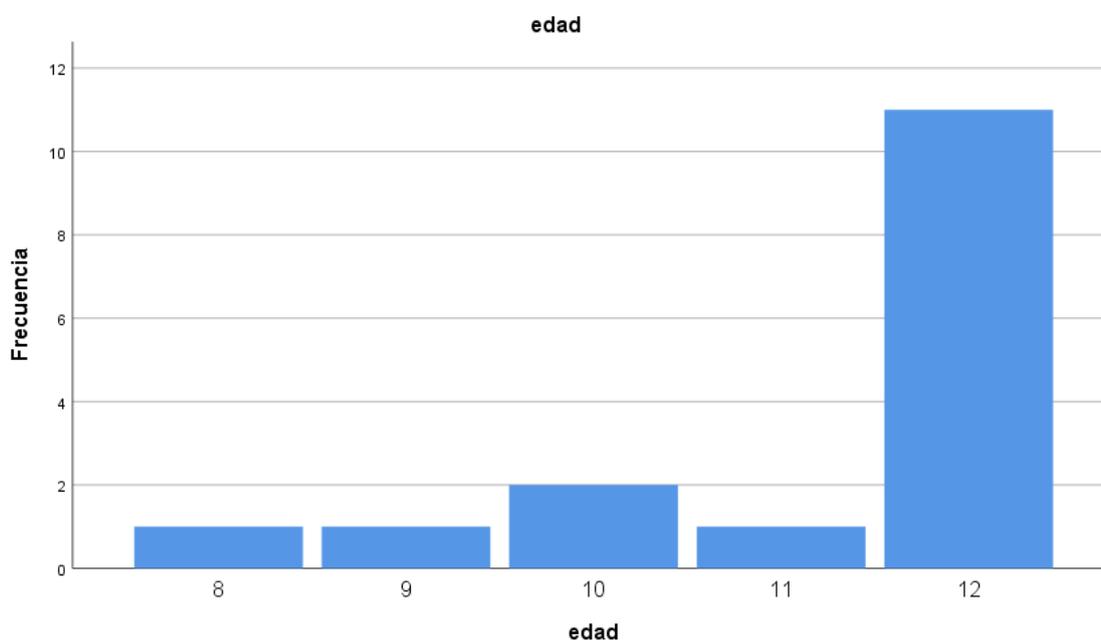
Tabla 1 Edad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 8 años	1	6,3	6,3	6,3
9 años	1	6,3	6,3	12,5
10 años	2	12,5	12,5	25,0
11 años	1	6,3	6,3	31,3
12 años	11	68,8	68,8	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

Gráfico 1 Edad



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

#### Análisis e interpretación

De acuerdo al análisis rango de edad de los jugadores el 6,3% tiene 8 años y en el mismo porcentaje son jugadores de 9 y 11 años respectivamente, mientras que el 12,5% se ubican en el rango de 10 años y el 68,8% tienen 12 años.

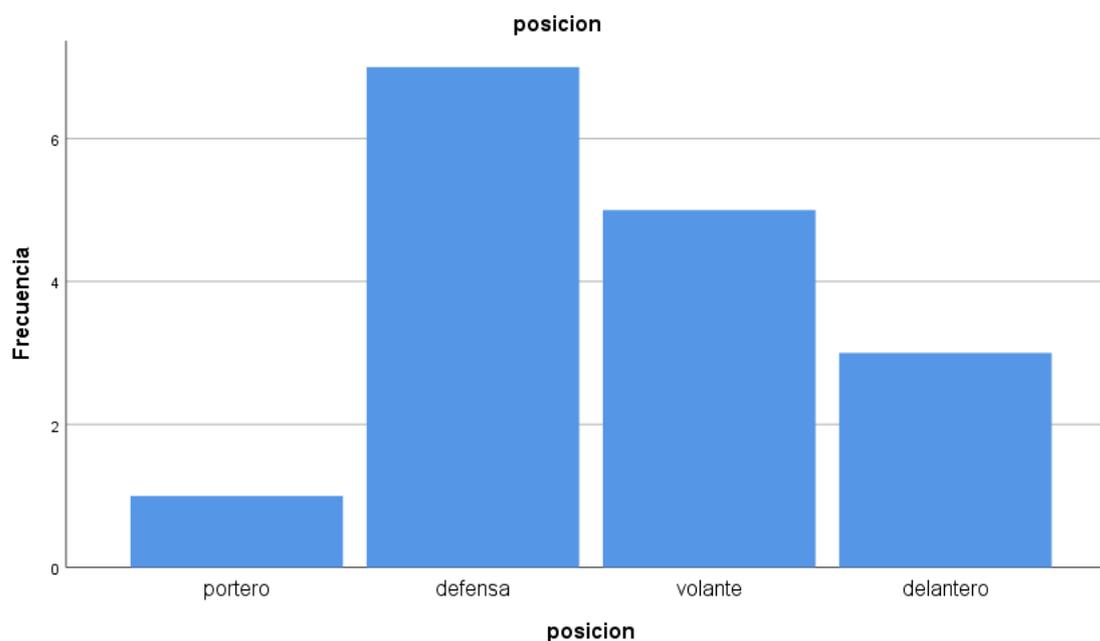
Tabla 2 Posición en que juega

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Portero	1	6,3	6,3	6,3
Defensa	7	43,8	43,8	50,0
Volante	5	31,3	31,3	81,3
Delantero	3	18,8	18,8	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

Gráfico 2 Posición en que juega



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPS

### Análisis e interpretación

De acuerdo a los datos de la posición en la que juegan, el 6,3% es de portero; el 43,8% juegan en posición de defensa; el 31,3% son volantes y el 18,8% juegan de delanteros.

Tabla 3 Lateralidad visual (LV)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	6	37,5	37,5	37,5
Derecha	10	62,5	62,5	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

Para el caso del indicador "Lateralidad visual (LV)" evaluó las habilidades y potencialidades del entrenamiento del ojo zurdo y diestro. Donde el 62,5% es diestro y el 37,5% tiene predominancia izquierda. El cual indica que el campo visual es parte del entrenamiento de la lateralidad en los jugadores. Este aspecto implica incrementos de la lateralidad en la precisión de los jugadores en el rendimiento con mayor entrenamiento visual.

Tabla 4 Lateralidad del hombro (LH)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	7	43,8	43,8	43,8
Derecha	9	56,3	56,3	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a los resultados obtenidos de la Lateralidad del hombro (LH), el 56,3% tiene dominancia derecha y el 43,8% dominancia izquierda, este tipo de lateralidad es importante para el marcaje, el movimiento integral y las fintas desde el punto de vista técnico-táctico. En los jugadores es un aspecto empleado para determinar el sentido de rotación como indicador esencial del rendimiento deportivo en el fútbol.

Tabla 5 Lateralidad de cintura (LC)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	8	50,0	50,0	50,0
Derecha	8	50,0	50,0	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

Con base en los resultados de la Lateralidad de cintura (LC), el 50% evidencia predominio izquierdo y el 50% predominio derecho, esto incluye el sentido de rotación de la cintura, siendo el preferencial el más completo y equilibrado.

Tabla 6 Pierna dinámica (Pdi)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	4	25,0	25,0	25,0
Derecha	12	75,0	75,0	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

Según la preferencia de la Pierna dinámica (Pdi), el 75% es derecho y el 25% es izquierdo, la pierna dinámica es fundamental para realizar los movimientos técnicos de recepción, dominio y colocación del balón.

Tabla 7 Pierna estática (PE)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	12	75,0	75,0	75,0
Derecha	4	25,0	25,0	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a los datos recabados del dominio de la Pierna estática (PE) el 25% es derecho y el 75% es izquierdo, en los jugadores la pierna no fundamental es la que realiza menos los movimientos técnicos de recepción, dominio y colocación del balón.

Tabla 8 Pie director (PD)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	4	25,0	25,0	25,0
Derecha	12	75,0	75,0	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a los resultados del Pie director (PD), el 75% de jugadores es derecho y el 25% tiene dominancia izquierda del pie con que se golpea preferentemente el balón.

Tabla 9 Pie no director (PnD)

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Válido Izquierda	12	75,0	75,0	75,0
Derecha	4	25,0	25,0	100,0
Total	16	100,0	100,0	

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

### **Análisis e interpretación**

En el caso del Pie no director (PnD) el 25% es derecho y 75% izquierdo, el pie con que no se golpea preferentemente el balón.

### **Resultados de los tipos de lateralidad**

Los datos obtenidos de cada lateralidad evaluada revelan cómo se da el comportamiento de los patrones de lateralidad evaluando los siguientes aspectos:

- Lateralidad visual (LV)
- Lateralidad del hombro (LH)
- Lateralidad de cintura (LC)
- Pierna dinámica (Pdi)
- Pierna estática (PE)
- Pie director (PD)
- Pie no director (PnD)

De esta manera se habla de lateralidad cruzada cuando existe una lateralidad distinta de cualquier lado del cuerpo al resto de la dominancia de las otras lateralidades. La lateralidad homogénea ocurre cuando mano, pie, ojo y oído ofrecen una dominancia en el mismo lado del cuerpo ya sea izquierdo o derecho.

Para codificar los datos se utilizó 0 para la preferencia lateral derecha y 1 para la preferencia lateral izquierda.

Tabla 10 Patrones de lateralidad

<b>Posición en el juego</b>	<b>(LV)</b>	<b>(LH)</b>	<b>(LC)</b>	<b>(Pdi)</b>	<b>(PE)</b>	<b>(PD)</b>	<b>(PnD)</b>	<b>Lateralidad</b>
Portero	0	0	1	0	1	0	1	Cruzada
Defensa	1	1	0	0	1	0	1	Cruzada
Defensa	0	1	1	0	1	0	1	Cruzada
Defensa	1	0	1	0	1	0	1	Cruzada
Defensa	1	0	1	0	1	0	1	Cruzada
Defensa	0	0	0	0	1	0	1	Cruzada
Defensa	0	1	0	1	0	1	0	Cruzada
Defensa	0	1	0	0	1	0	1	Cruzada
Volante	0	0	1	0	1	0	1	Cruzada
Volante	0	1	1	0	1	0	1	Cruzada
Volante	0	0	1	0	1	0	1	Cruzada
Volante	1	0	0	1	0	1	0	Cruzada
Volante	0	1	0	1	0	1	0	Cruzada
Delantero	1	0	0	1	0	1	0	Cruzada
Delantero	0	1	1	0	1	0	1	Cruzada
Delantero	1	0	0	0	1	0	1	Cruzada

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

## **Análisis e interpretación**

Con respecto a niños que juegan en posición de portero, defensa, volante y delantero se puede observar el comportamiento de la lateralidad en las mismas manifiesta una preferencia lateral cruzada.

### **ANÁLISIS DE LA ENTREVISTA A LOS ENTRENADORES DEL CLUB DEPORTIVO ESPECIALIZADO FORMATIVO "DR. JOSÉ CEVALLOS RUIZ**

En la primera pregunta planteada a los entrenadores, manifiestan que la lateralidad si es una capacidad y la consideran una destreza determinante para el fútbol, ya que a la hora de realizar deporte repercute en el propio rendimiento del deportista y los movimientos coordinativos, porque como deportista en este caso futbolista tienen que saber muchísimo manejar los perfiles previo a recibir un balón o estar perfilado previo a dar un pase estás bien coordinado, si manejan bien los fundamentos técnicos van a tener muchísimo más éxito de que termine bien una jugada.

De acuerdo a la opinión brindada por los entrenadores, señalan que los niños de 8 a 12 años del Club mantienen buena asistencia y puntualidad a los entrenamientos. Estas condiciones son importantes para que ellos mantengan una disciplina en la preparación física donde se trabaja la coordinación, la velocidad, la fuerza, la explosividad, la resistencia, etc., y también se trabaja la parte técnica mediante ejercicios donde los jugadores mejoran su capacidad en el terreno de juego. Como entrenadores recalcan muchísimo la puntualidad que significa responsabilidad compromiso y respeto para el propio alumno y para el grupo general.

A la vez, los entrenadores consideran que para efectuar la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, la lateralidad si juega un papel importante. Señala que mediante la aplicación de ejercicios de golpe de balón con el borde externo del pie

no dominante mejoran su potencia con buenos ejercicios coordinativos y fundamentos técnicos. Actualmente si se realizan circuitos de ejercicios dinámicos que aportan positivamente en la práctica de la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante y se trabaja la potencia y el golpe o técnico, pero esto se mejora con la repetición y se mejora con el entrenamiento, ahí va a tener un mejor golpeo y consideran que se debe trabajar desde edades tempranas.

Consideran que los ejercicios de lateralidad mejoran el golpe de balón con el pie no dominante, aportan positivamente Porque nos ayuda a tener un mejor desplazamiento y ya nos ayuda a mejorar incluso hasta la reacción y velocidad. Durante los entrenamientos, observa interés de los jugadores del equipo hacia el aprendizaje de la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, realizan ejercicios coordinativos físicos pero cuando ponen ejercicios coordinativos físicos técnicos hace más énfasis el trabajo con balón

De acuerdo a su opinión, más que escasos conocimientos acerca los aspectos teóricos y técnicos de golpeo al balón con el borde externo del pie, sí hay una buena enseñanza por ejemplo cuando explican el ejercicio siempre primero explican luego demuestran el ejercicio y si observan la evaluación que no está bien realizado el ejercicio lo corrigen.

Los entrenadores, consideran que durante el entrenamiento del rendimiento de los jugadores luego de la ejecución de ejercicios de golpeo con el borde externo del pie no dominante es adecuado, el trabajo con el balón que pueden ser el control el pase la conducción el cabeceo al remate el dribling. Señalan que la aplicación de ejercicios de lateralidad mejora la técnica del golpeo de balón con el pie no dominante, pero una limitación es que la lateralidad no se trabaja desde pequeños, solo se enfoca en ejercitar el pie dominante.

## **3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES**

### **3.2.1. Específicas.**

- Se han revisado y descrito los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad que influyen en el rendimiento el deportivo, de los cuales se abordaron las variables de investigación indicando las definiciones conceptuales de la lateralidad, además se describe el predominio lateral, tipos de lateralidad, factores sociales, genéticos, neurológicos y ambientales que condicionan la lateralidad de los jugadores; también se plantearon conceptualizaciones sobre la lateralidad en el rendimiento deportivo y técnica del golpeo de acuerdo a las superficies de contacto en el golpeo con el pie y la técnica correcta para el golpeo con el pie dominante y no dominante.
- Los resultados de la observación permitieron identificar los tipos de lateralidad que mejoraran el golpeo exterior, de los cuales la mayoría de jugadores tienen lateralidad cruzada. Mediante la entrevista aplicada a los entrenadores se pudo determinar que la lateralidad incide en la práctica del fútbol ya que se pueden trabajar ejercicios para estimular y potenciar aptitudes en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.
- A partir de los resultados de la ficha de observación y la entrevista se propone una guía de ejercicios para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, que contribuya a la parte de la didáctica con el empleo de métodos de enseñanza, a través de actividades que llevan al aprendizaje de los jugadores de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz", siendo un aspecto esencial para la planificación en la formación de este grupo.

### **3.2.2. General.**

Se concluye que el desarrollo de la lateralidad si incide en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz "Yaguachi por lo tanto se acepta la hipótesis de investigación.

## **3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES**

### **3.3.1. Específicas.**

- Se debe analizar a profundidad las aportaciones de nuevos trabajos de investigación sobre el tema y la metodología de trabajo en el fútbol de técnica correcta para el golpeo con el pie no dominante
- Se recomienda continuar con la supervisión en cada uno de los procesos de lateralidad que mejoran el golpeo exterior, con la finalidad de poder llevar un registro actualizado del rendimiento de los jugadores.
- Se sugiere aplicar la propuesta de trabajo en las sesiones de entrenamiento del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz " de acuerdo a las necesidades de los jugadores que se encuentran en formación de fútbol.

### **3.3.2. General.**

- Se recomienda a todos los profesionales estar actualizado de las tendencias actuales del fútbol, a estar en continua capacitación y actualización, para poder afrontar los desafíos que se presentan en esta disciplina deportiva.

## **CAPÍTULO IV.- PROPUESTA TEORICA DE APLICACIÓN.**

### **4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS.**

#### **4.1.1. Alternativa obtenida.**

El análisis de alternativas obtenidas permitió establecer el objetivo principal del proyecto de investigación, así como también se identificaron los medios posibles para alcanzar las metas propuestas y se seleccionan aquellos ejercicios para que resulten más adecuados mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, desde los puntos de vista técnico y táctico. El objetivo general representa un gran avance, cuyo logro principal es la solución al problema central que afecta a la población beneficiaria de este estudio.

- Se obtuvo conocimientos con los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad que influyen en el rendimiento deportivo.
- Se identificaron los tipos de lateralidad que mejorarán el golpeo exterior.
- Se elaborará una guía de ejercicios para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.

#### **4.1.2. Alcance de la alternativa.**

Para gestionar exitosamente la propuesta de esta investigación y cumplir con las metas planteadas es necesario establecer y definir el alcance de las alternativas. Se puede comprender, la conceptualización de manera más completa y, como consecuencia de ello, mediante las alternativas poder planificar eficaz y eficientemente los ejercicios que se van a plantear mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.

Dentro del alcance se detalla todo aquello que se puede esperar en la aplicación de la propuesta, entre ellos están los siguientes:

- Los ejercicios desarrollados en este trabajo, estarán aplicadas para los niños de 8 a 12 años del club deportivo especializado formativo “Dr. José Cevallos Ruiz”
- Esta propuesta se enfocará directamente en mejorar la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.
- La propuesta cumplirá con los lineamientos establecidos para los entrenamientos de fútbol.
- Los ejercicios desarrollados, serán planteamientos que cualquier profesional puede aplicar para trabajar en los entrenamientos.

#### **4.1.3. Aspectos básicos de la alternativa.**

##### ***4.1.3.1. Antecedentes.***

Tanto la técnica como la táctica, se consideran a componentes importantes considerados en el proceso de preparación de los jugadores de 8 a 12 años, los cuales constituyen aspectos relevantes de cualquier modelo deportivo. Son diversos los autores que en diferentes investigaciones que han abordado el estudio de la didáctica y metodología de enseñanza de iniciación deportiva y formativa del fútbol.

Milanco & Montiel (2017) analizó y comprendió las diferentes perspectivas de la técnica del golpe de balón en el fútbol, principalmente profundizó los aspectos biomecánicos que están implicados en esta técnica deportiva. El autor integró conceptos y definiciones de diferentes autores en la disciplina, logrando aprender sobre aspectos generales de la biomecánica del fútbol, señalando los aspectos teóricos del golpe de balón y las fases de la técnica deportiva del golpe de balón.

El artículo es un apoyo para todas las investigaciones en el área del fútbol. En las conclusiones plantea ciertos fundamentos de la técnica del golpe de balón, señala que la técnica se aprende en una edad temprana por lo que se comprende que es una acción de fácil ejecución, sin embargo, existen pequeñas diferencias de variables biomecánicas, que permite que el golpe de balón del jugador sea más eficaz.

Al igual que en cualquier ámbito las personas son diestros o zurdos con las manos, también tienen un pie dominante. En la práctica del fútbol, la mayoría de los jugadores tienden a confiar en su pie dominante para la ejecución de ejercicios que requieren potencia y precisión. Aunque la lateralidad es perfectamente natural, esto no significa que los jugadores pueden dejar pasar oportunidades de rematar o dar pases con su pie no dominante. Es posible que con práctica de ejercicios, se puede mejorar el rendimiento de la pierna no dominante (Rivas-Martínez & Bailey-Moreno, 2021).

Durante el entrenamiento, los jugadores pocas veces se dan cuenta la forma en que tocan el balón con el pie no dominante, incluso en acciones de rutina, es diferente a la forma en que tocan el balón con la pierna y pie dominante. Al observar esta diferencia en la práctica deportiva, mediante ejercicios de control del balón puede contribuir a cerrar la brecha entre ambos. Se recomienda ejecutar los mismos movimientos del pie dominante usando el no dominante y observar el rendimiento.

#### ***4.1.3.2. Justificación***

El desarrollo de una guía de ejercicios es interesante porque se da a conocer actividades para mejorar la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, que sirvan para la planificación en los jugadores de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz" Yaguachi.

Esta propuesta es importante porque los jugadores y entrenadores van a aprovechar de una mejor manera los fundamentos técnicos para un dominio apropiado en la técnica y táctica en los entrenamientos. El planteamiento de la propuesta es factible ya que existe la colaboración que existe por parte del presidente del club, entrenadores y padres de familia y niños que mantienen la disponibilidad de brindar la información requerida para esta investigación.

Los principales beneficiarios de la presente propuesta son los jugadores de 8 a 12 años, la implementación causa un impacto a nivel deportivo para fortalecer los fundamentos técnicos y tácticos para la formación deportiva. El pie no dominante no va a ser tan fuertes o coordinada como la pierna y el pie dominante pero con ejercicio y práctica se puede producir habilidades más fuertes y mejores con el pie opuesto. El pie dominante es más fuerte, pero un pie no dominante mejorado y fortalecido ayudará a ser más versátil a cualquier jugador.

## **4.2. OBJETIVOS.**

### **4.2.1. General.**

Diseñar ejercicios para la orientación metodológica del proceso de enseñanza y aprendizaje de la técnica del golpeo con el borde exterior del pie no dominante.

### **4.2.2. Específicos.**

- Señalar los elementos y orden metodológico para la enseñanza de los elementos técnicos del golpeo con el pie no dominante.
- Contribuir en la enseñanza golpeo con el borde exterior del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz".

- Lograr que los jugadores mejoren la técnica del golpeo con el borde exterior del pie no dominante.

### **4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA.**

#### **4.3.1. Título.**

Guía de ejercicios para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante.

#### **4.3.2. Componentes.**

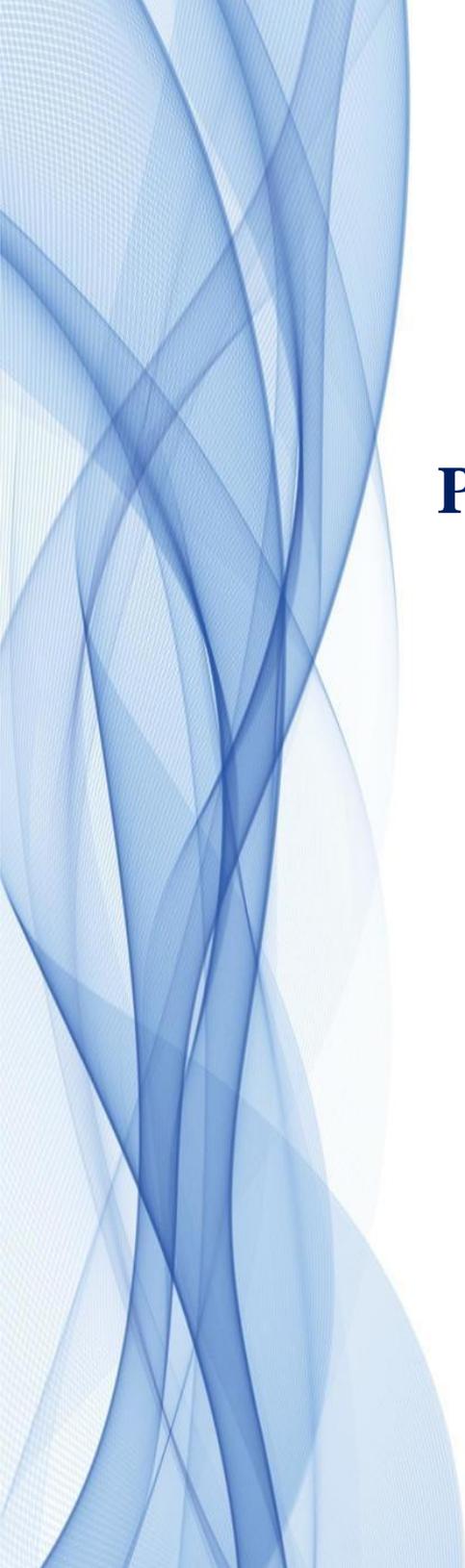
Es muy importante identificar los puntos significativos de la propuesta para disminuir los errores.

- a) Título del ejercicio
- b) Objetivo
- c) Desarrollo
- d) Recursos

Durante los ejercicios y juegos, el entrenador del club debe demostrar cómo es la correcta de ejecución del golpe externo del pie no dominante. La presente propuesta contribuye a la enseñanza y formación de los niños que forman parte de este estudio a través la dificultad en la ejecución y la variación en la ejecución.

El objetivo señala la meta que se va a conseguir con los procedimientos mediante clases prácticas y ejercitación sistemática. Dentro de los recursos se señalan los materiales: cancha, balones, gráficos, silbato, reglas oficiales del fútbol, láminas, conos.

En todos los ejercicios se plantea la coevaluación, la auto evaluación de forma sistemática, individual y en grupos, mediante la realización de la actividad práctica.



**GUÍA**

**DE EJERCICIOS**

**PARA MEJORAR LA**

**LATERALIDAD EN**

**LA TÉCNICA DEL**

**GOLPEO CON EL**

**BORDE EXTERNO**

**DEL PIE**

**NO DOMINANTE**

## Ejercicios de enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

### **Ejercicio 1.-**

Demostración del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

**Objetivo general:** Fortalecer el dominio del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

**Tiempo de ejecución de la actividad:** 30 minutos

**Edad:** 8 a 12 años

### **Desarrollo de la actividad**

Realizar la descripción de la técnica del golpeo que puede realizarse de cualquiera de las dos formas siguientes: Utilizar el borde exterior, según la disposición del cuerpo se sitúa perpendiculares o levemente inclinados hacia la pierna que sirve de apoyo. Golpeo con los tres dedos e inicio el borde exterior del pie no dominante para lograr que el jugador identifique el movimiento técnico y conozca posición del pie de apoyo, superficie de contacto y movimiento de la pierna que golpea.



**Recursos:** conos, balón y silbatos.

## Ejercicios de enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

### **Ejercicio 2.-**

Imitación del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

**Objetivo general:** Reconocer la técnica correcta de ejecución del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

**Tiempo de ejecución de la actividad:** 30 minutos

**Edad:** 8 a 12 años

### **Desarrollo de la actividad**

El jugador de forma individual, a la señal del entrenador realiza la imitación del golpeo una vez con la derecha y otra con la izquierda.



**Recursos:** conos, balón y silbatos.

## Ejercicios de enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

### **Ejercicio 3.-**

Efectuar el movimiento técnico con el pie no dominante con balones en movimiento.

**Objetivo general:** Ejecutar la coordinación del movimiento técnico con el pie no dominante con balones en movimiento

**Tiempo de ejecución de la actividad:** 30 minutos

**Edad:** 8 a 12 años

### **Desarrollo de la actividad**

El entrenador lanza el balón con la mano y el pie, los jugadores ejecutan el golpe al balón con el pie no dominante, estos ejercicios se los realizará con diferentes distancias de tres a cuatro metros, utilizando ambas piernas en el movimiento y la técnica del golpeo.



**Recursos:** conos, balón y silbatos.

## Ejercicios de enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

### **Ejercicio 4.-**

Ejercicios de concentración.

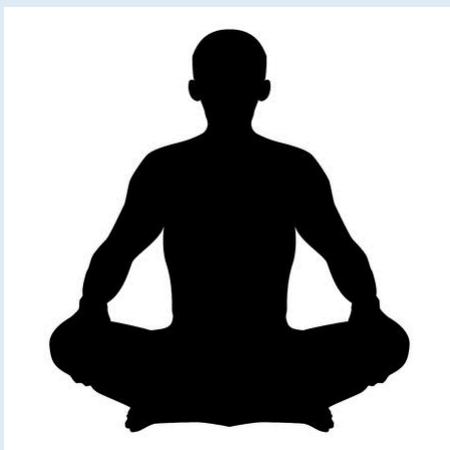
**Objetivo general:** Desarrollar la habilidad de concentración de los jugadores.

**Tiempo de ejecución de la actividad:** 30 minutos

**Edad:** 8 a 12 años

### **Desarrollo de la actividad**

El jugador realizará toques al balón con el pie no dominante en 10 repeticiones y le entregará el balón al siguiente jugador para que realice la misma actividad, así; hasta rotar entre todos los jugadores y vuelve a entregar el balón al primer jugador quien trabajará con el pie izquierdo, así mismo los 10 toques y le entregará sucesivamente al resto de jugadores.



**Recursos:** colchonetas, conos, balón.

## Ejercicios de enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

### Ejercicio 5.-

Ejercicio para mejorar el golpeo con el borde exterior del pie no dominante.

**Objetivo general:** Estimular el movimiento con el borde exterior del pie no dominante.

**Tiempo de ejecución de la actividad:** 30 minutos

**Edad:** 8 a 12 años

### Desarrollo de la actividad

Los jugadores se sitúan en parejas, el jugador A se coloca a 3 metros del balón y el jugador B retiene el balón pasándola con el borde externo del pie no dominante, el primer jugador avanza hacia el balón y realiza el golpeo sin potencia para observar la colocación del jugador, el gesto del pie no dominante y el punto de impacto con el balón.



**Recursos:** conos, balón.

## Ejercicios de enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante

### **Ejercicio 6.-**

Dificultad en el golpeo con el borde exterior del pie no dominante.

**Objetivo general:** Generar oportunidades de manejo con el borde exterior del pie no dominante.

**Tiempo de ejecución de la actividad:** 30 minutos

**Edad:** 8 a 12 años

### **Desarrollo de la actividad**

De la misma forma que el ejercicio anterior, los jugadores se sitúan en parejas, uno se queda con el balón y el otro jugador se coloca frente a una fila formada por conos, el jugador que conduce el balón golpea con el borde externo del pie no dominante.



**Recursos:** conos, balón.

#### **4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA.**

La presente propuesta de ejercicios se realizó con el propósito de contribuir en la formación de la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz", se espera dejar la presente guía como directriz para la planificación de los entrenamientos del club, para la enseñanza del golpeo con el borde exterior del pie no dominante.

Los resultados que se esperan tras la ejecución de los ejercicios son:

- Mayor conocimiento de los entrenadores y jugadores acerca los aspectos teóricos de la técnica del golpeo con el borde exterior del pie no dominante.
- Perfeccionamiento del desarrollo de la habilidad técnica del golpeo con el borde exterior del pie no dominante.
- Motivación de los jugadores en la práctica de ejercicios para desarrollar la habilidad técnica del golpeo.
- Mantener las correctas relaciones entre los dirigentes, entrenadores y jugadores del equipo.

## BIBLIOGRAFÍA

- Balada, A. (2019). *Análisis de golpeo largo en movimiento durante encuentros de fútbol*.  
<https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/367927/BALADA%2C%20%2C3%80LEX.pdf?sequence=1>
- Baldwin, S. (1986). *El desarrollo de la percepción del niño—EspacioLogopedico*.  
EspacioLogopedico.com.  
<https://www.espaciologopedico.com/revista/articulo/545/el-desarrollo-de-la-percepcion-del-nino.html>
- Cabadiana, J. (2015). *El desarrollo de la lateralidad en la técnica de pase de fútbol en la categoría sub 12 de la escuela de fútbol Simon Bolivar Rangel de la ciudad de Riobamba, año 2015* (Universidad Nacional de Riobamba).
- Cantú Cervantes, D., Lera Mejía, J. A., Baca Pumarejo, J. R., Cantú Cervantes, D., Lera Mejía, J. A., & Baca Pumarejo, J. R. (2017). Especialización hemisférica y estudios sobre lateralidad. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 8(2), 6-50.
- Chasipanta. (2021). *Los fundamentos técnicos del fútbol como proceso de enseñanza-aprendizaje en edades tempranas: Una revisión sistemática*.
- Chicaiza Jácome, C. A. (2021). El entrenamiento de la lateralidad en los fundamentos técnicos-ofensivos de futbolistas sub-12. Validación teórica. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(1), 114-124.
- Dorado, O. (2021). *¿Cómo se desarrolla la lateralidad en los niños? - Eres Mamá*.  
<https://eresmama.com/develops-lateralidad-en-los-ninos/>
- Lorenzo, L. R. (2017). *Velocidad de golpeo de balón y Kicking Deficit en futbolistas de élite*. 187.

- Martínez, J. (2021, marzo 15). *Desarrollo de la lateralidad—Etapas de la lateralidad—Nemares Cognitive*. <https://nemares.com/desarrollo-lateralidad/>
- Milanco, R., & Montiel, J. (2017). *Análisis biomecánico de la técnica del golpe de balón en el fútbol*. <https://www.efdeportes.com/efd224/analisis-biomecanico-del-golpe-de-balon-en-futbol.htm>
- Núñez Carvajal, L. D. N. (2019). *Programa de entrenamiento para la mejora de la técnica del pase fundamentado con juegos en espacio reducido, para futbolistas pre-juveniles del club calcio*. 75.
- Osega, C. (2016). *El desarrollo de la lateralidad*. [https://www.bienestarmada.cl/el-desarrollo-de-la-lateralidad/prontus\\_bienestar/2016-09-30/142328.html](https://www.bienestarmada.cl/el-desarrollo-de-la-lateralidad/prontus_bienestar/2016-09-30/142328.html)
- Páez, S. (2020, diciembre 11). La importancia del desarrollo de la lateralidad. *Escuela Las Vocales*. <http://www.escuelalavocales.cl/la-importancia-del-desarrollo-de-la-lateralidad/>
- Pérez, M. (2017). *Lateralidad en el deporte, por Marcial Perez | Cerebro Deportivo | Formando mentes deportivas y deportistas con mentes inteligentes*. <http://www.cerebrodeportivo.com/noticias/neurociencias/lateralidad-deporte.html>
- Rigal, R. (2006). Educación motriz y educación psicomotriz en Preescolar y Primaria: Acciones motrices y primeros aprendizajes. *INDE*. <https://sid.usal.es/18611/8-1>
- Rivas-Martínez, H., & Bailey-Moreno, J. (2021). Aportaciones del fútbol en la formación infantil y juvenil en una comunidad vulnerable (Soccer contributions to child and youth training in a vulnerable community). *Retos*, 39, 276-283. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78491>
- Rodríguez Lorenzo, L., & Acero, R. (2020). *Test de golpeo máximo en fútbol. 1.*

## ANEXOS

### INSTRUMENTOS

#### FICHA DE EVALUACIÓN DEL DESAROLLO DE LA LATERALIDAD

##### Datos generales

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Posición en que juega: portero ( ) defensa ( ) volante ( ) delantero ( )

Edad es que practica el futbol: \_\_\_\_\_

Nº	INDICADORES	DERECHA	IZQUIERDA	OBSERVACIÓN
1	Lateralidad visual (LV)			
2	Lateralidad del hombro (LH)			
3.	Lateralidad de cintura (LC)			
4.	Pierna dinámica (Pdi)			
5.	Pierna estática (PE)			
6.	Pie director (PD)			
7.	Pie no director (PnD)			

##### Descripción

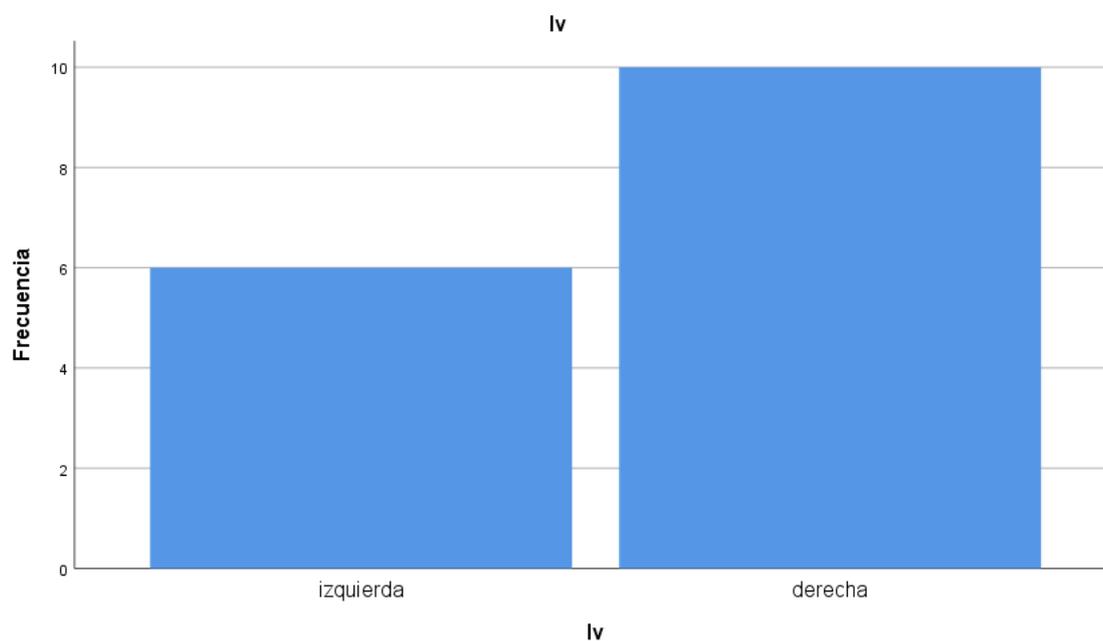
1. Lateralidad visual (LV): al existir dos hemisferios laterales, se incluye las potencialidades del entrenamiento del ojo diestro y el zurdo.
2. Lateralidad del hombro (LH): de supuesta importancia para el marcaje, las fintas y el movimiento integral desde el punto de vista técnico-táctico.
3. Lateralidad de cintura (LC): incluye el sentido de rotación de la cintura, siendo el preferencial el más completo y equilibrado.
4. Pierna dinámica (Pdi): pierna fundamental para realizar los movimientos técnicos de recepción, dominio y colocación del balón.
5. Pierna estática (PE): pierna no fundamental para realizar los movimientos técnicos de recepción, dominio y colocación del balón.
6. Pie director (PD): el pie con que se golpea preferentemente el balón.
7. Pie no director (PnD): el pie con que no se golpea preferentemente el balón.

## Entrevista

1. ¿Usted como entrenador, considera que la lateralidad es una capacidad física determinante para el fútbol?
2. ¿Considera que los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz mantienen buena asistencia y puntualidad a los entrenamientos?
3. ¿Considera usted que para efectuar la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante, la lateralidad juega un papel importante?
4. ¿Considera usted que los ejercicios de golpe de balón con el borde externo del pie no dominante mejoran su potencia?
5. ¿Realiza usted circuitos de ejercicios dinámicos que aportan positivamente en la práctica de la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante?
6. ¿Considera usted que los ejercicios de lateralidad mejoran el golpe de balón con el pie no dominante?
7. ¿Durante los entrenamientos, observa interés de los jugadores del equipo hacia el aprendizaje de la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante?
8. ¿Considera que existe algún o algunos jugadores con escasos conocimientos acerca los aspectos teóricos y técnicos de golpeo al balón con el borde externo del pie?
9. ¿Considera usted que durante su entrenamiento el rendimiento de los jugadores luego de la ejecución de ejercicios de golpeo con el borde externo del pie no dominante es adecuado?
10. ¿Cree usted que mediante la aplicación de ejercicios de lateralidad mejoran la técnica del golpeo de balón con el pie no dominante?

## Tipos de lateralidad

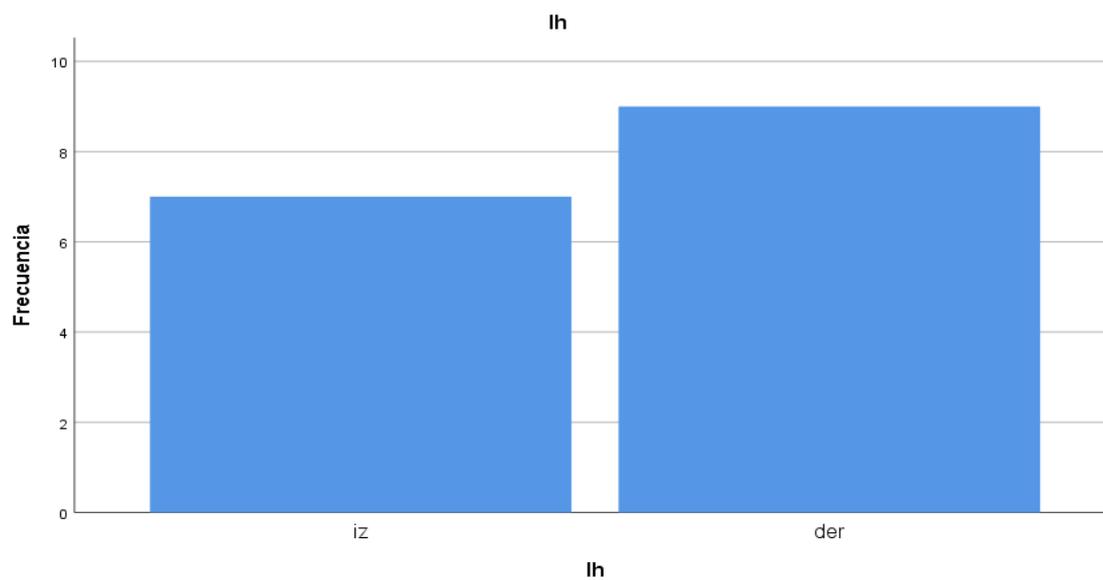
Gráfico 3 Lateralidad visual (LV)



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

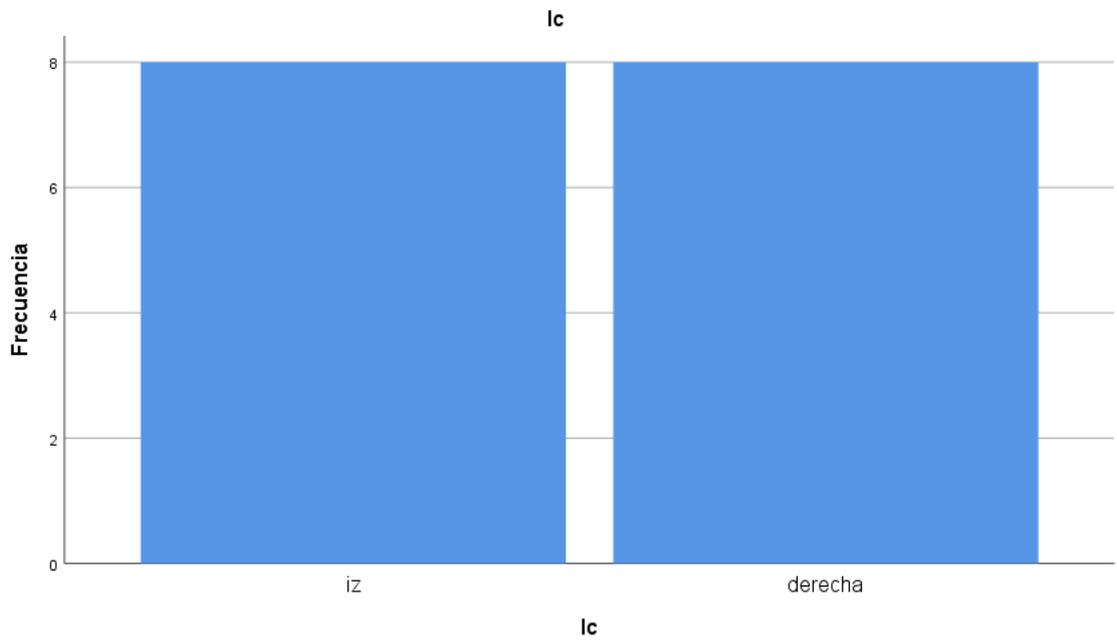
Gráfico 4 Lateralidad del hombro (LH)



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

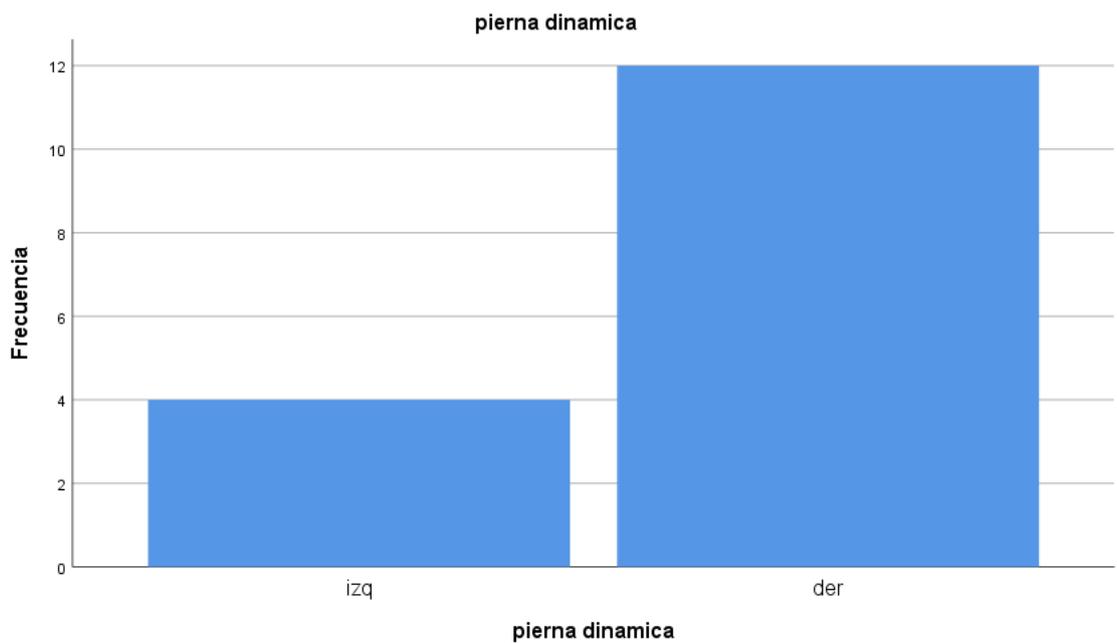
Gráfico 5 Lateralidad de cintura (LC)



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

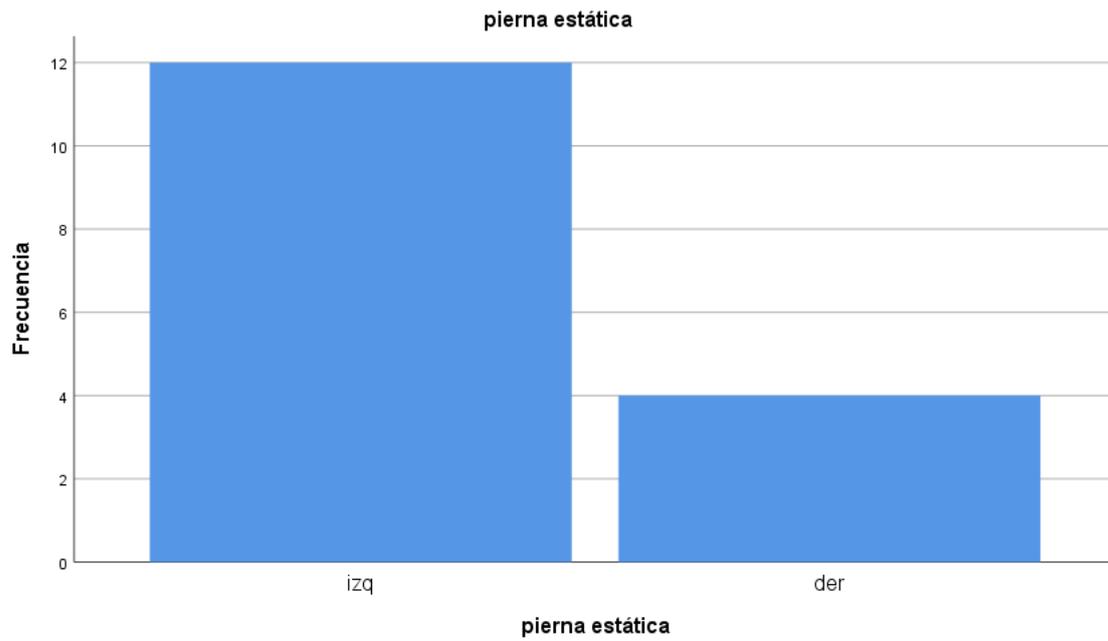
Gráfico 6 Pierna dinámica (Pdi)



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

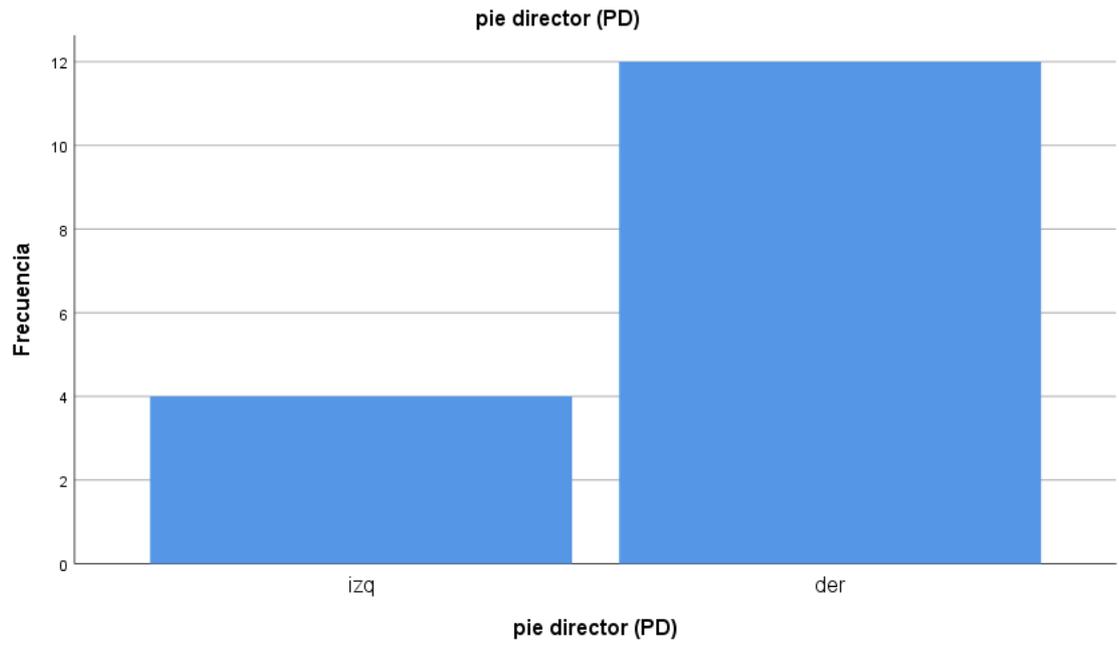
Gráfico 7 Pierna estática (PE)



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

Gráfico 8 Pie director (PD)

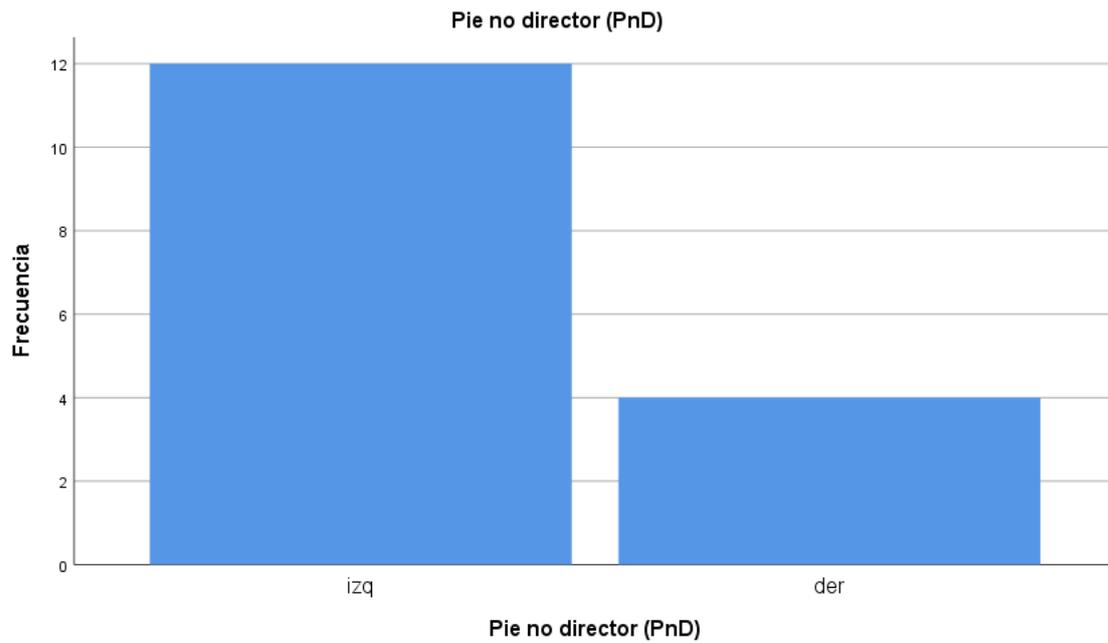


**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

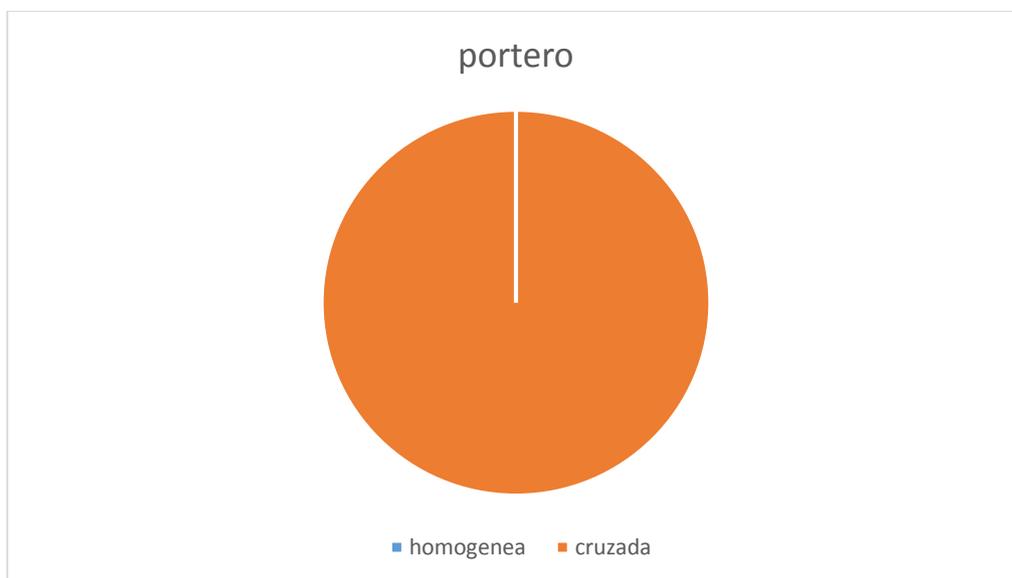
Gráfico 9 Pie no director (PnD)

**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación



**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

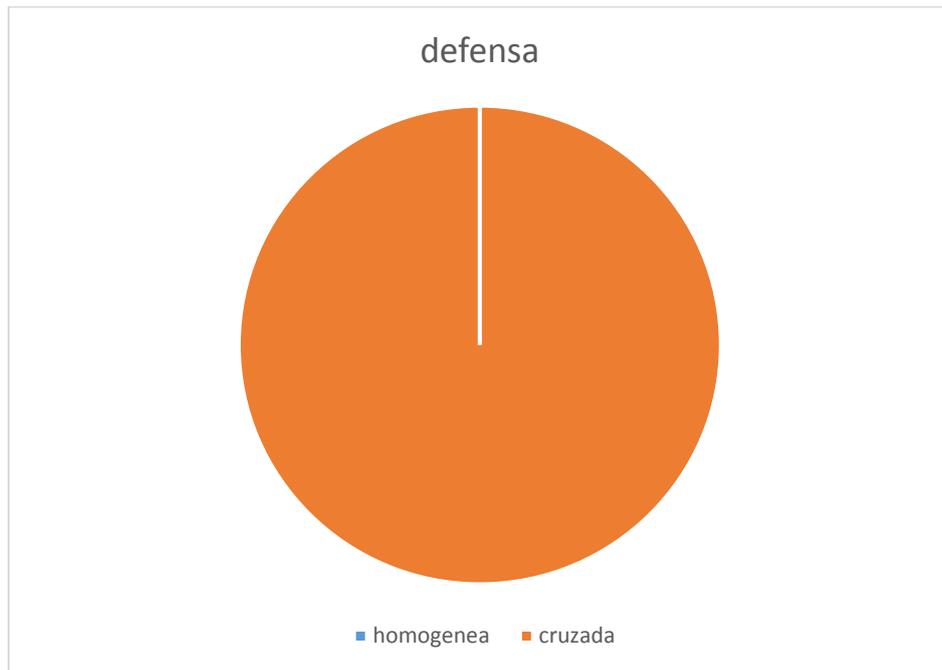
Gráfico 10 Lateralidad del portero



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

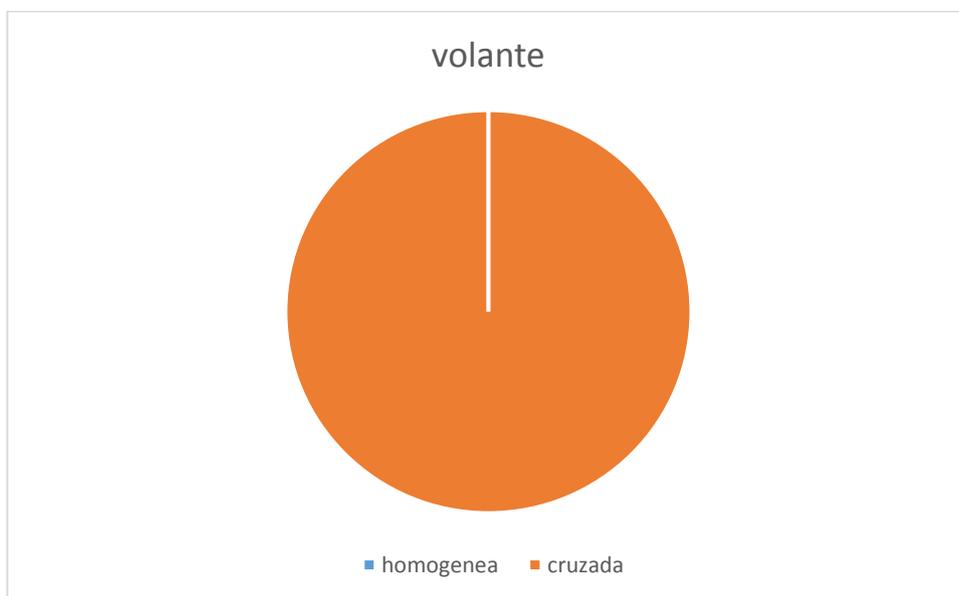
Gráfico 11 Lateralidad de los defensas



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

Gráfico 12 Lateralidad de los volantes



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

Gráfico 13 Lateralidad de los volantes



**Elaborado por:** Autores del proyecto de investigación

**Fuente:** Statistical Package for the Social Sciences SPSS

## FOTOGRAFIAS DE EVIDENCIAS





## Anexos

Matriz N°1

HIPÓTESIS	VARIABLES	INDICADORES	MÉTODOS	TÉCNICAS
El desarrollo de la lateralidad incidirá en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz".	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollo de la lateralidad.</li><li>• Técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante</li></ul>	Lateralidad predominante  Técnica del golpeo	Método científico  Método Inductivo  Método deductivo	Pre test  Post test

Matriz N°2

<b>MATRIZ DE CONSISTENCIA</b>				
<b>Problema General</b>	<b>Objetivo General</b>	<b>Hipótesis General</b>	<b>Variable Independiente</b>	<b>Variable Dependiente</b>
¿Cómo incide el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz"?	Determinar la incidencia que tiene el desarrollo de la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz" Yaguachi, 2022.	El desarrollo de la lateralidad incidirá en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante en los niños de 8 a 12 años del Club Deportivo Especializado Formativo "Dr. José Cevallos Ruiz	Técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante	Desarrollo de la lateralidad
<b>Sub problemas</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Sub hipótesis</b>		
¿Cuáles son los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad que influyen en el rendimiento deportivo?	Conocer los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad que influyen en el rendimiento deportivo	Si se conoce los componentes teóricos del desarrollo de la lateralidad, influirá en el rendimiento deportivo	Componentes teóricos	Rendimiento deportivo
¿Cómo los tipos de lateralidad mejorarán el golpeo exterior?	Identificar los tipos de lateralidad que mejorarán el golpeo exterior	Si se identifican los tipos de lateralidad, se mejorará el golpeo exterior	Tipos de lateralidad	Golpeo exterior
¿Qué ejercicios se pueden proponer para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante?	Proponer una guía de ejercicios para mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante	Mediante una guía de ejercicios se puede mejorar la lateralidad en la técnica del golpeo con el borde externo del pie no dominante	factores de la lateralidad	superficie de contacto