



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
CARRERA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA



**INCORPORACIÓN DE UN PROGRAMA DE PRE
SELECCIÓN A LA INICIACIÓN DEPORTIVA PARA UN
MEJOR RENDIMIENTO DEPORTIVO CON EL SERVICIO
DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA EN LA ESCUELA
DE FÚTBOL ARANJUEZ - CLUB LA CANTERA,
CATEGORIA SUB 9 DURANTE LA GESTIÓN IV/2017**

**TRABAJO DIRIGIDO PARA OPTAR AL
TÍTULO DE LICENCIATURA EN
FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA**

**AUTOR: Alba Agullar Joselin
TUTOR: Mgr. Caero Acha Jimena**

Cochabamba - Bolivia

2018



**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
CARRERA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA**



**INCORPORACIÓN DE UN PROGRAMA DE PRE
SELECCIÓN A LA INICIACIÓN DEPORTIVA PARA UN
MEJOR RENDIMIENTO DEPORTIVO CON EL SERVICIO
DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA EN LA ESCUELA DE
FÚTBOL ARANJUEZ - CLUB LA CANTERA, CATEGORIA
SUB 9 DURANTE LA GESTIÓN II/2017**

TRABAJO DIRIGIDO PARA OPTAR AL
TITULO DE LICENCIATURA EN
FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA

AUTOR: Alba Aguilar joselin
TUTOR: Mgr. Caero Achá Jimena

Cochabamba – Bolivia

2018

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACION	
1.1 Antecedentes generales	2
1.2. Descripción de la situación problemática	3
1.2.1. Identificación y descripción del problema	3
1.2.2. Formulación de la pregunta de investigación.....	4
1.2.3. Hipótesis.....	4
1.3. Objetivos	4
1.3.1. Objetivos generales	4
1.3.2. Objetivos específicos.....	4
1.4. Justificación.....	5
CAPITULO II: MARCO TEORICO REFERENCIAL	
2.1 Marco teórico conceptual.....	7
2.1.2 Iniciación deportiva.....	7
2.1.3 Edad seleccionada	8
2.1.4 Finalidades de la evaluación de la condición física.....	8
2.1.5 Definición de las condiciones físicas básicas.....	9
2.1.6 Velocidad.....	9
2.1.7 Fuerza	12
2.1.8 Resistencia.....	16
2.1.9 Finalidades de la evaluación de la condición física.....	20
2.1.10 Indicaciones generales.....	20
2.1.11 Factores que impiden la realización deportiva	21
2.1.12. Lesión deportiva	25
2.1.13. Prevención de lesiones	26
2.1.14 Lesiones musculares.....	29
2.1.15 Tratamiento y Rehabilitación	29
2.2. Marco contextual.....	36
CAPITULO III: MARCO METODOLOGICO	
3.1. Método o enfoque de investigación	38

3.2 Tipo de investigación	38
3.3 Diseño de investigación	38
3.4 Unidad, muestra y población de estudio	38
3.5 Identificación de variables	38
3.6. Métodos y técnicas de recopilación de datos	39
3.7 Procesamiento de datos	39
CAPITULO IV: DIAGNOSTICO	
4.1 Identificación de la situación encontrada.....	40
4.2 Identificación de la causa y los efectos	40
CAPITULO V: PROPUESTA DE INTERVENCION	
5.1 Problema a resolver.....	42
5.2 Actividades y tareas	42
5.3 Objetivos y metas.....	43
5.4 Recursos y presupuesto.....	44
5.5 cronograma.....	44
5.6 Análisis de la factibilidad.....	45
CAPITULO VI: IMPLEMENTACION Y RESULTADOS	
6.1 Generalidades.....	46
6.2 Actividades realizadas por etapas	46
6.3 Impactos logrados	50
6.4 Seguimiento y conformidad	50
BIBLIOGRAFÍA	51
ANEXOS	53