



# Ciencia y Deporte

Volumen 8 número 3; 2023





*Artículo original*

DOI: <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2023.V8.No3.010>

## *Sistema de preparación técnico-táctica para mejorar la ejecución bilateral de los Tokui-Waza*

*[A System of Technical-Tactical Training to Enhance the Bilateral Execution of Tokui-Waza]*

*[Sistema de preparação técnico-tática para melhorar a execução bilateral de Tokui-Waza]*

Joel Bernardo González Guerrero<sup>1\*</sup> , Carlos Alberto Enríquez Muñiz<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Escuela Profesores de Educación Física "Inés Luaces". Camagüey, Cuba

<sup>2</sup>Universidad de Camagüey "Ignacio Agramonte Loynaz", Facultad de Cultura Física, Camagüey, Cuba.

\*Autor para la correspondencia: [joel.gonzalez@nauta.cu](mailto:joel.gonzalez@nauta.cu)

Recibido:04/04/2023

Aceptado:24/05/2023

---

### **RESUMEN**

**Introducción:** el mejoramiento de la calidad técnica y táctica de las competiciones de judo, así como el aumento de la cantidad de competidores y su variedad, hace que el nivel de preparación sea más exigente e integral. Un elemento a tener en cuenta dentro de esta preparación, es la ejecución de las acciones técnico tácticas, permitiendo la posibilidad de ejecutar las mismas por ambos lados del cuerpo, de acuerdo a la situación



presentada y las condiciones del contrario, permitiendo un mayor arsenal competitivo al atleta.

**Objetivo:** diseñar un sistema de preparación técnico-táctica para mejorar la ejecución bilateral de los Tokui-Waza, teniendo como antecedentes las experiencias en la práctica pedagógica y sustentado en aspectos psicofisiológicos que influyen en la lateralidad desde el punto de vista del proceso de entrenamiento.

**Métodos:** la propuesta, se dio a conocer a un grupo de especialistas, los que brindaron su valoración, para su posterior aplicación. Para ello se emplean métodos y técnicas tales como: análisis y síntesis, inducción y deducción, análisis documental, medición, observación, entrevista, enfoque sistémico y el criterio de especialistas.

**Resultado:** el diagnóstico realizado a la población seleccionada, reveló insuficiencias en los conocimientos de los aspectos relacionados con la ejecución bilateral de los Tokui-Waza y su importancia como recurso técnico-táctico.

**Conclusiones:** la preparación técnico-táctica en el judo, específicamente la ejecución de los Tokui-Waza, constituye un elemento esencial para la obtención de buenos resultados.

**Palabras clave:** preparación técnico-táctica, Tokui-Waza y bilateralidad.

---

## *ABSTRACT*

**Introduction:** Improvements in the technical and tactical quality of judo competitions, along with an increase in athlete activities and variety, make training more demanding and comprehensive. One element to consider as part of the training is the execution of technical-tactical actions with the possibility of executing themselves on both sides of the body, depending on the situation faced and the opponent's conditions, with a great competitive arsenal by the athletes.

**Aim:** To design a technical-practical training system that improves bilateral execution of Tokui-Waza, based on the experiences of pedagogic practice, and psychophysiological aspects that influence laterality as a training process.

**Method:** The proposal was presented to a group of specialists who offered their assessment for further implementation. Methods and techniques like analysis-synthesis,



induction-deduction, documentary analysis, measurements, observation, interview, systemic approach, and expert opinion were used.

**Results:** The diagnostic of the population selected revealed the existence of issues in relation to the knowledge of aspects related to the bilateral execution of Tokui-Waza and their importance as a technical-tactical resource.

**Conclusions:** The technical-tactical training in judo, particularly when executing the Tokui-Waza, is an essential element for good results.

**Keywords:** Training Technical-tactical, Tokui-Waza, and two-way.

---

## RESUMO

**Introdução:** a melhoria da qualidade técnica e tática das competições de judô, bem como o aumento do número de competidores e sua variedade, torna o nível de preparação mais exigente e abrangente. Um elemento a ter em conta dentro desta preparação é a execução de ações técnico-táticas, permitindo a possibilidade de as executar em ambos os lados do corpo, de acordo com a situação apresentada e as condições do adversário, permitindo um maior arsenal competitivo. O atleta.

**Objetivo:** desenhar um sistema de preparação técnico-tática para melhorar a execução bilateral de Tokui-Waza, tendo como pano de fundo as experiências na prática pedagógica e apoiado em aspectos psicofisiológicos que influenciam a lateralidade do ponto de vista do processo de treinamento.

**Métodos:** a proposta foi dada a conhecer a um grupo de especialistas, que forneceram a sua avaliação, para posterior aplicação. Para isso, são utilizados métodos e técnicas como: análise e síntese, indução e dedução, análise documental, mensuração, observação, entrevista, abordagem sistêmica e critérios especializados.

**Resultado:** o diagnóstico feito à população selecionada revelou insuficiências no conhecimento de aspectos relacionados à execução bilateral do Tokui-Waza e sua importância como recurso técnico-tático.

**Conclusões:** a preparação técnico-tática no judô, especificamente a execução do Tokui-Waza, constitui um elemento essencial para a obtenção de bons resultados. Palavras-chave: preparação técnico-tática, Tokui-Waza e bilateralidade.



---

**Palavras-chave:** preparação técnico-tática, Tokui-Waza e bilateralidade.

---

## *INTRODUCCIÓN*

La realización de una proyección en judo, exige un alto grado de coordinación motriz inter e intramuscular en estrecha relación con el desarrollo del sistema nervioso central. Aspecto este que no se logra desarrollar hasta tanto no exista un adecuado desarrollo de las habilidades coordinativas. León, L., de la Paz-Ávila, J., Siles, R. (2019).

La investigación que se presenta, tiene como sustento la necesidad de perfeccionar la preparación técnico-táctica de los judocas de la categoría 13-14 años en Camagüey, sobre todo en lo concerniente a la ejecución bilateral de los Tokui-Waza, reconocida como acción técnico-táctica, aspecto este que depende en gran medida de esa coordinación motriz.

Relacionado con el desarrollo de la lateralidad se han realizado diferentes estudios en ámbitos variados, sobre todo durante los primeros años de vida, en niños de diferentes edades. Relacionado con esta temática, se han pronunciado varios autores entre ellos Bilbao (2000), Pérez A.; Sánchez A.; Templado, M. y Verdejo, A. (2003), coincidiendo en la importancia de su desarrollo para el desempeño del ser humano.

En un estudio presentado, Méndez (2010), hace referencia a la lateralidad homogénea, relacionada con la utilización de la mano y el ojo dominante, ya sea diestra o zurda, y la lateralidad cruzada, cuando la mano dominante y el ojo dominante son contrarios.

Autores como Bejarano y Naranjo (2014), son del criterio que la lateralidad puede ser podal, ocular, auditiva, manual, incluso un hombro y una cadera podrían poseer su propia lateralidad. Aseguran, además, que, por lo general, es a la lateralidad podal y manual a las que más atención se presta.

La lateralidad es entendida como una capacidad vital para el desarrollo del ser humano, tanto para realizar actividades corpóreas como para el desarrollo cognitivo, intelectual y social. (Orellana, A., Pomfrett, C. y Peña, D. 2020).



En el ámbito de los deportes de combate, se han realizado estudios que han permitido analizar el comportamiento de la lateralidad en diferentes deportes de este tipo, en este sentido es necesario valorar, en función del resultado competitivo, las lateralidades relacionadas con el hombro y la cadera, importantes por la preferencia de giro, y las que se refieren a la pierna dinámica o hábil y a la de fuerza o de apoyo, imprescindibles en los ataques y saltos en la Esgrima. Sánchez, C., Ríos, A., Nuevo, O., Lastres, A. y Mesa, A. (2021).

Sin embargo, todavía, el tratamiento a la lateralidad y en específico a la bilateralidad en el judo, continúa siendo una problemática a resolver, ya que desde el estudio empírico se han podido observar manifestaciones en la práctica relacionadas con:

- Ejecución de los Tokui waza fundamentalmente por el lado dominante.
- Bajos resultados en la ejecución del Tokui-Waza por el lado no dominante.
- Inseguridad en el momento de aplicar el Tokui-Waza por el lado no dominante.
- Desde el punto de vista metodológico, se observa insuficiente aplicación de métodos para el análisis de los elementos que integran la ejecución de los Tokui-Waza, incluyendo la lateralidad.
- Deficiente planificación y ejecución de ejercicios especiales dirigidos a la ejecución bilateral de los Tokui-Waza.

Por todo lo anteriormente analizado, se propone como objetivo diseñar un sistema de preparación técnico-táctica para mejorar la ejecución bilateral de los Tokui-Waza.

## ***MATERIALES Y MÉTODOS***

Se realizó un estudio descriptivo, con 15 atletas de la categoría 13-14 años, seis del sexo femenino y nueve masculinos, seleccionados de manera intencional, por ser los que integraron el equipo del municipio Camagüey al campeonato provincial de la categoría en el año 2019. Además, se tuvieron en cuenta a 15 entrenadores de la provincia Camagüey, los que laboran con esa categoría.



Durante la investigación se realizó en estudio del proceso de preparación técnico-táctica, con énfasis en la ejecución bilateral de los Tokui-Waza, específicamente en la posición del Tashi-Waza. Se llevó a cabo el análisis de las particularidades del proceso de preparación técnico-táctico y la ejecución bilateral de los Tokui-Waza. Se consultaron los documentos normativos relacionados con las acciones, métodos, procedimientos e indicaciones metodológicas, orientados al proceso de preparación técnico-táctica. En este análisis realizado, se pudo constatar, fundamentalmente en el Programa de Preparación del deportista, que es limitado el tratamiento metodológico que se brinda a la preparación técnico-táctica en cuanto a la ejecución de los Tokui Waza, centrando su análisis solamente en la importancia de su ejecución por ambos lados.

Por medio de una prueba técnica, se diagnosticó la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tashi-Waza, basados en la presentación de situaciones técnico-tácticas como se presenta en la realidad del combate. Como resultado, se pudo constatar las dificultades presentadas en el momento de su ejecución por el lado no dominante, manifestándose en pérdida de los agarres, inestabilidad en la conservación del propio equilibrio y descoordinación de movimientos, además de inseguridad manifestada por la mayoría de los evaluados.

Mediante de una guía de observación, se realizó una valoración de la ejecución bilateral de los Tokui-Waza directamente en los combates efectuados durante la preparación. En este caso, se pudo detectar, sobre todo, la falta de inseguridad en el momento de realizar el ataque por el lado no dominante, lo que trajo como consecuencia, la poca ejecución de estos elementos técnicos por el lado contrario al habitual.

Para determinar el nivel de conocimientos de los aspectos metodológicos del proceso de enseñanza bilateral de los Tokui-Waza, se aplicó a los entrenadores una encuesta, en la que se reflejan aspectos en el orden teórico-metodológico para desarrollar el proceso de preparación técnico-táctica con énfasis en la ejecución bilateral de los Tokui-Waza. Con relación a este aspecto, existe desconocimiento por parte de los profesores, sobre cómo abordar este tema durante la preparación de los atletas, además, en muchos casos desconocen la terminología empleada para a tales fines, así como, cuáles son los aspectos



metodológicos a tener en cuenta para la planificación y orientación de los elementos técnico tácticos con enfoque bilateral.

Se realizó el diseño y ordenamiento de los componentes y la estructura del sistema de preparación para mejorar la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tashi-Waza.

Los especialistas determinados previamente valoraron el sistema de preparación, sus componentes y su utilidad práctica, en correspondencia con los objetivos planteados para la categoría.

Con el objetivo de ofrecer una herramienta metodológica encaminada específicamente al proceso de preparación técnico-táctica, en la categoría 13-14, se elaboró el sistema de preparación, el cual se fundamenta en un objetivo general, encaminado a mejorar la ejecución de los bilateral de los Tokui- Waza en la posición del Tashi-Waza, sobre la base de los objetivos técnico-tácticos para la categoría y los aspectos psicofísicos que intervienen en el desarrollo de la bilateralidad para lo cual se diseñan objetivos, actividades, su dosificación e indicaciones metodológicas, todo sobre la base de situaciones técnico-tácticas lo más cercana posible a como se presentan durante el combate.

Para la elaboración del sistema de preparación, se tuvieron en cuenta los principios del judo, los que constituyen pilar fundamental en la práctica de este deporte. Empleo óptimo de la energía (un máximo de eficiencia combinado con un mínimo de esfuerzo). La ayuda mutua y ventaja recíproca (trabajo de Tori y Uke), principio del adelanto o mejoramiento de la efectividad de realización (perfeccionamiento maestría deportiva). En el sistema se ponen de manifiesto, además, los principios del nivel de dirección con vistas a logros superiores, de la sistematicidad, conciencia y actividad, principio de la unidad entre lo afectivo y lo cognitivo.



El sistema de preparación técnico-táctico, se sustenta en el empleo del método sistémico estructural funcional, a partir del análisis del objeto investigado y las relaciones de interdependencia que se establecen entre los subsistemas y sus componentes, que los lleva a conformar una unidad estructurada que sirve como base para el desarrollo de dicho proceso en la categoría 13-14 años.

Desde la perspectiva sistémica, el sistema de preparación, declara los siguientes subsistemas:

*Subsistema: estudio de los fundamentos técnico-tácticos que sustentan la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tashi-Waza*

Este subsistema representa la entrada al proceso de preparación técnico-táctica, teniendo como función principal el análisis de los fundamentos técnico-tácticos, que intervienen en la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tokui-Waza, como parte de los aspectos de la preparación técnico-táctica, destacándose aspectos tales como: importancia de la ejecución bilateral como recurso técnico-táctico, Tokui Waza, su importancia y posibles variantes de ejecución atendiendo a las diferentes situaciones tácticas como se presentan en el combate.

*El componente creación de las bases cognitivas y motrices de las acciones técnico-tácticas que intervienen en la ejecución bilateral de los Tokui-Waza:*

Está dirigido a crear en el judoca las bases teóricas que garantizan la comprensión de los aspectos que intervienen en la ejecución bilateral de los Tokui-Waza, por medio de la formación de conceptos, criterios y opiniones sobre las particularidades de esta acción técnico-táctica y sus particularidades en la posición del Tashi-Waza, desde la cual se realizan las técnicas de proyección.

Subsistema: ejecución bilateral de los Tokui-Waza la posición del Tashi-Waza. En la concepción del sistema, el mismo tiene en cuenta la esencia del proceso de preparación técnico-táctica para la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tashi-Waza.



Componente técnico: en este componente, se pone de manifiesto el desarrollo de aquellos factores que en este orden intervienen en la ejecución bilateral de los Tokui-Waza, siguiendo las fases en que se estructura el movimiento.

Componente táctico: en este componente, se ponen de manifiesto las posibles situaciones tácticas que se materializan en el combate y que se consideran las idóneas para la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tashi-Waza, entendiéndose como ataque directo, combinado o contraataque.

En estos componentes, se manifiestan la etapa de diferenciación y apropiación de las partes de las técnicas y comienza además la integración progresiva de estas con las diferentes situaciones tácticas, hasta conformar un ataque combinado como se presenta en el combate.

*Posibles situaciones tácticas que se tienen en cuenta para el diseño del sistema de preparación técnico-táctica:*

Como ataque directo (Según la posición de Uke)

- Uke próximo y de espalda al Jogai y próximo de frente al Jogai.
- Atendiendo a los movimientos de Uke: cuando inicia el desplazamiento, durante su desplazamiento, y al culminar el desplazamiento.
- Según la postura adoptada por Uke: alta (derecha o izquierda), media (defensiva) (derecha o izquierda) o baja (extremadamente defensiva) (derecha o izquierda).
- Según el agarre: derecho o izquierdo. Defensivo u ofensivo.

Como ataque combinado

Atendiendo al: ataque inicial, a la técnica de enlace, a la técnica de salida

Como técnica de contraataque

- Atendiendo al tipo de contraataque: de pierna, cadera, brazos y sacrificio
- Atendiendo a la acción que se realiza y que caracteriza el gesto técnico



- Técnicas con giro y ambos puntos de apoyo, sin giro y con un solo punto de apoyo y técnicas de sacrificio con caída al vacío.

Subsistema: proceder didáctico, este define el accionar del profesor como responsable del proceso de preparación del atleta y principal facilitador.

Para lograr que los judocas ejecuten de forma bilateral los Tokui-Waza, el profesor debe tener especial atención en la explicación de la acción técnica, la que se realiza sobre la base de un lenguaje claro, acorde a las características de los alumnos en estas edades; asumiendo que las demostraciones deben ser sin errores, con la mayor limpieza y elegancia, así como en la corrección de errores, centrado en el estímulo a las buenas ejecuciones y sin resaltar los aspectos negativos.

Componente determinación de los objetivos: en él se evidencia la planificación de los objetivos atendiendo a la necesidad de la ejecución bilateral de los Tokui-Waza siguiendo la lógica del proceso, lo que posibilita el análisis de su cumplimiento, permitiendo su corrección.

Componente selección, planificación y aplicación de medios especiales: se fundamenta en la utilización de los medios especiales que brinda el judo para la preparación técnico-táctica del judoca, atendiendo la concepción de su ejecución según las diferentes situaciones que se presentan el combate, teniendo en cuenta su aplicación por ambos lados del cuerpo, es decir por ambos lados sea el dominante o no, para ello se precisa de métodos que propicien además de la ejecución del elemento técnico correctamente.

## ***RESULTADOS Y DISCUSIÓN***

Como parte del diagnóstico, se aplicó una encuesta a atletas con el objetivo de conocer el valor que para ellos representa la ejecución de los Tokui-Waza, nivel de preferencia en cuanto a las técnicas a aplicar como Tokui-Waza y autovaloración de la ejecución bilateral de dicho recurso técnico-táctico, reconociendo la importancia que tienen este tipo de ejecución técnica para el desarrollo del combate y el logro de los éxitos. Como



Tokui-Waza, la mayoría refiere utilizar el Ushi-Mata, Harai-Goshi, Seoi-Nage y Osoto Gari, lo que denota una mayor preferencia por las técnicas de cadera y piernas, elemento este a tener en cuenta en el momento de su ejecución bilateral, ya que estas técnicas implican giros en algunos casos y mantenerse en un solo punto de apoyo en otros.

Referido a la encuesta a entrenadores, se pudo constatar que existen falencias en cuanto al dominio de ejercicios especiales que potencien en los atletas la ejecución bilateral de los Tokui-Waza, la orientación de la ejecución de los Tokui-Waza, solo por el lado dominante, dejando como una opción su ejecución por el lado contrario. Además, en la planificación de los ejercicios no se tienen en cuenta su diseño a partir de situaciones tácticas que se pudieran presentar en el combate y que necesitan del dominio de su ejecución por cualquiera de los lados del judoca.

Como resultado de la prueba técnica aplicada, se observaron fundamentalmente, pérdida del equilibrio al iniciar el ataque, durante y al finalizar el mismo, pérdida de los agarres durante la culminación de los movimientos. Ejecución de movimientos lentos e inseguros, en el caso de los Tokui-Waza como parte de los ataques combinados, se observó dificultades al culminar la acción.

Se observaron un total de 64 combates como parte de la preparación del equipo, durante los cuales se pudieron definir como acciones positivas 92, distribuidas en ataques directos, combinados y como contraataques, al lograr con ellos algún marcaje. Se pudo observar, además, que en el caso de los combates donde se enfrentaron atletas posiciones de Kenka-Yotsu (Diestro contra zurdo), las ejecuciones técnicas se tornaban en su mayoría deficientes al tener agarres cruzados que impedían la correcta ejecución de los movimientos, sobre todo de giros por el lado no dominante.

Estos resultados se ven reflejados en los criterios abordados por Prado y González (2017), al referir que conjuntamente con la lateralidad existen dos conceptos a tener en cuenta. Estos se ponen de manifiesto en los resultados anteriormente descritos:

- La dominancia: preferencia evidenciada por el uso de un segmento u órgano corporal respecto a su simétrico.



- La lateralización: proceso a través del cual el niño va a ser uso preferente de un lado de su cuerpo sobre el otro y a través del cual definirá su lateralidad.

Barcelay (2020), elabora una metodología dirigida a mejorar la efectividad del Ashi-Waza en los judocas, en ella se reflejan un grupo de acciones, que si bien se encuentran perfectamente estructuradas no se refleja en ellas la intención marcada de un trabajo bilateral, sin embargo, el autor si considera el trabajo de los bloqueos con ambos pies (derecho e izquierdo). Estas técnicas de Ashi-Waza (pierna), constituyen en muchas ocasiones, elementos técnicos considerados Tokui-Waza, de ahí que el atleta desarrolle en su accionar técnico, la habilidad de poderlos ejecutar por ambos lados.

Siguiendo la lógica anteriormente expuesta, en el sistema de preparación elaborado se tiene en cuenta el criterio abordado por Sánchez, A., Tipan, J., Alomoto, A. y Romero, E. (2021), cuando reconocen dentro de las capacidades perceptivo-motrices a tener en consideración la lateralidad dentro del componente espacial, afirmando, además, que por medio de los agarres (Kumikata), se desarrolla la lateralidad.

#### *Valoración teórica del sistema de preparación mediante el criterio de especialistas*

Para la valoración teórica del sistema de preparación, se seleccionaron a 16 especialistas, todos con más de diez años de experiencia y cinturones negros 2do. Dan como mínimo. Para evaluar los aspectos del sistema descritos se utilizan cinco categorías: muy adecuado, bastante adecuado, adecuado, poco adecuado y no adecuado. Se utiliza la metodología Delphi, se empleó una sola ronda partiendo de los resultados obtenidos en la encuesta, según los criterios de los especialistas, expresados en un nivel alto de satisfacción, lo que corrobora que los especialistas consideran a partir de su valoración que el sistema de preparación es muy adecuado y presenta todas las condiciones para su aplicación.

Se calcula además el coeficiente de concordancia de Kendall W para medir el grado de concordancia de los especialistas en las respuestas emitidas. Al respecto se puede apreciar que existe concordancia entre las respuestas brindadas con respecto a los indicadores de evaluación pues W alcanza un valor de 0,9 y su significación de  $0,00 <$



0,01 lo que garantiza que esa concordancia no es casual, considerando el sistema de preparación elaborado para mejorar la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en el Tashi-Waza como válido para su aplicación (Figura 1).

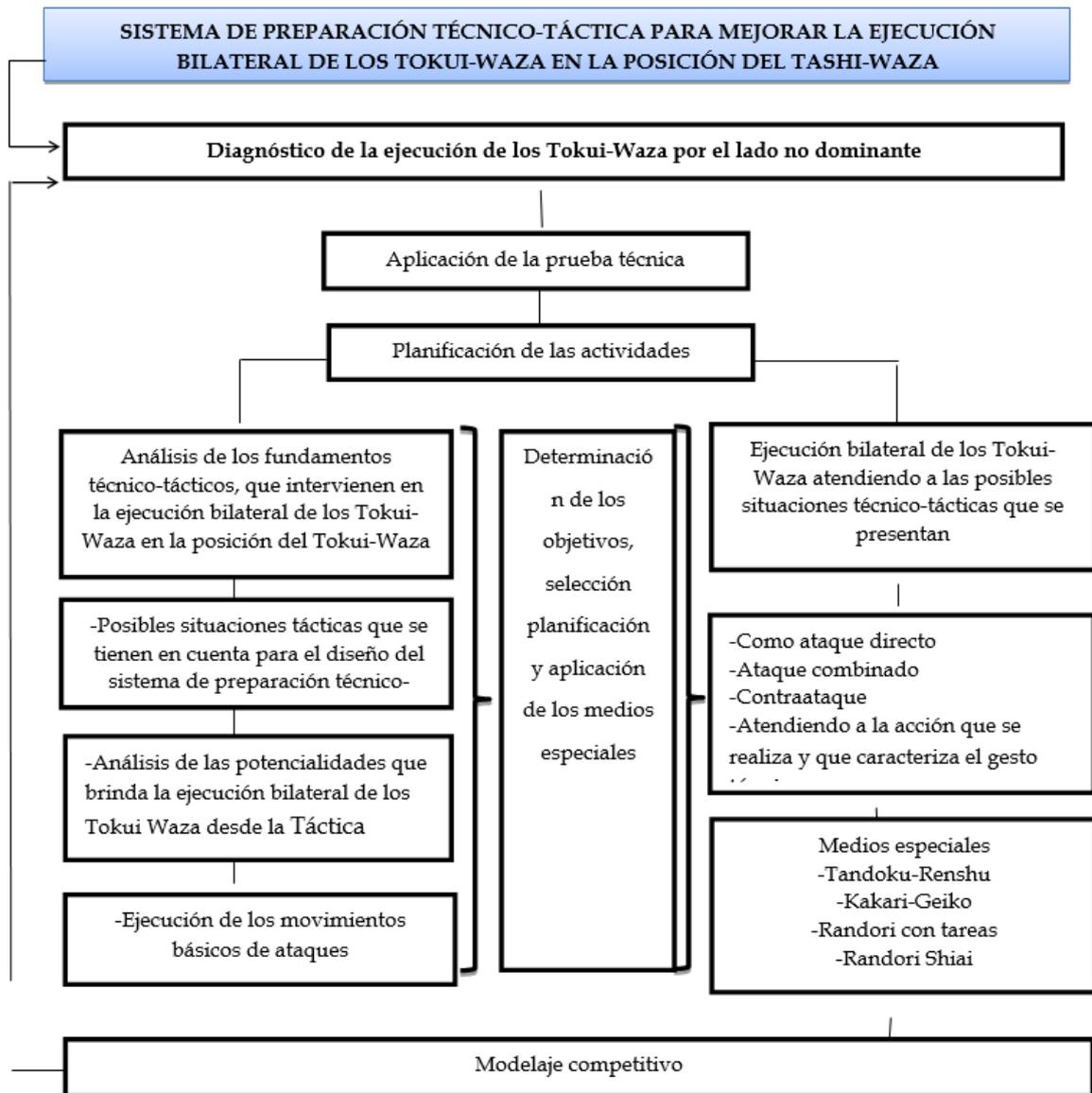


Fig. 1. - Sistema de preparación técnico-táctica para el mejoramiento de la ejecución bilateral de los Tokui-Waza en la posición del Tashi-Waza

Leyenda: P: Promedio; N-P: Promedio general menos específico de cada aspecto.



---

## CONCLUSIONES

El análisis de los presupuestos teóricos, permitió concluir, que la preparación técnico-táctica en el judo, específicamente la ejecución de los Tokui-Waza, constituye un elemento esencial para la obtención de buenos resultados.

El diagnóstico realizado a la población seleccionada, reveló insuficiencias en los conocimientos de los aspectos relacionados con la ejecución bilateral de los Tokui-Waza y su importancia como recurso técnico-táctico.

Para la elaboración del sistema de preparación, se tuvieron en cuenta los aspectos que distinguen el entrenamiento deportivo actual, las características de la enseñanza deportiva contemporánea, las particularidades de la competición del judo en la actualidad y los aspectos psicofísicos que intervienen en el tratamiento a la bilateralidad.

La consulta a especialistas, permitió conocer los resultados valorativos acerca del sistema de preparación, el cual fue considerado como muy adecuado atendiendo a los objetivos propuestos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barcelay-Sayú, A. (2020). Acciones metodológicas para mejorar la efectividad del Ashi-waza en los judocas categoría 11-12 años. *Cultura Física Y Deportes De Guantánamo*, 10(19).  
<https://famadeportes.cug.co.cu:443/index.php/Deportes/article/view/379>
- Bejarano, M. y Naranjo, J. (2014). Lateralidad y rendimiento deportivo. *Archivos de medicina del deporte: revista de la Federación Española de Medicina del Deporte y de la Confederación Iberoamericana de Medicina del Deporte*, ISSN 0212-8799, 31(161) pp. 200-204.  
[http://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/16\\_rev01\\_161.pdf](http://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/16_rev01_161.pdf)



- Bilbao (2000). La lateralidad motora como habilidad entrenable. Efectos del aprendizaje sobre cambio de tendencia lateral. *European Journal of Human Movement*, ISSN 0214-0071, ISSN-e 2386-4095, N°. 6, 2000, pp. 7-27.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2278290>
- Vázquez, L., de la Paz-Ávila, Joel Ernesto., Siles-Denis. Raúl Ramón. (2019). Consideraciones teóricas para la enseñanza-aprendizaje de los elementos básicos del judo al Tashi waza. *Revista Pedagogía y Sociedad*. ISSN: 1608-3784.  
<https://www.semanticscholar.org/paper/CONSIDERACIONES-TE%3%93RICAS-PARA-LA-DE-LOS-ELEMENTOS-V%3%A1zquez-Paz-%3%81vila/695688c6430264c426e2f7ded5c87eb09ef73f25>
- Méndez, M. R. (2010). La lateralidad influye en los problemas de aprendizaje. *Revista digital Temas para la Educación*. ISSN 1989-4023.  
<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7428.pdf>
- Orellana, A., Pomfrett, C. y Peña, D. (2020). Estudios de la Lateralidad. *REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES-REEFD*ISSN: ISSN: 2387-161X. 73 (429). <https://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/900>
- Pérez A.; Sánchez A.; Templado, M. y Verdejo, A. (2003). Lateralidad y práctica deportiva: Gimnasia Rítmica. COI.
- Prado, J. J. y González, Y. (2017). Un enfoque teórico práctico contemporáneo de la lateralidad en edades tempranas. *Olimpia: Publicación científica de la facultad de cultura física de la Universidad de Granma*, ISSN-e 1817-9088, 14 (Extra 45). (Ejemplar dedicado a: Edición especial), pp. 113-127.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210525>
- Sánchez, A., Tipan, J., Alomoto Mera, M. de los Ángeles, & Romero, E. (2021). Metodología de enseñanza para la iniciación deportiva en el judo. *Revista Cognosis*. ISSN 2588-0578, 6(EE-I-), 57-64.  
<https://doi.org/10.33936/cognosis.v6i0.3397>



Sánchez Córdova, B., Ríos Fuentes, A., Nuevo Reyes, O., Lastres Madrigal, A., & Mesa Anoceto, M. (2021). Caracterización de patrones de lateralidad de esgrimistas cubanos de élite. *Acción*, 17(s/n).  
<https://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/156>

*Conflicto de intereses:*

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

*Contribución de los autores:*

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons (CC) 4.0. (CC BY-NC-SA 4.0)

Atribución-No Comercial-Compartir Igual 4.0 Internacional

Copyright (c) 2023 Joel Bernardo González Guerrero, Carlos Alberto Enríquez Muñiz