



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**MODALIDAD SEMIPRESENCIAL**

**Informe final del trabajo de Graduación o Titulación previo a la  
obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación,  
Mención: Cultura Física**

**TEMA:**

---

**“EL CONOCIMIENTO DE LAS TÉCNICAS BÁSICAS DEL JUDO Y SU  
INFLUENCIA EN EL PROCESO DE INTERAPRENDIZAJE, EN LOS  
DOCENTES DE CULTURA FÍSICA EN EL COLEGIO COMANDANTE  
GENERAL ATAHUALPA DEL CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE  
PICHINCHA”**

---

**AUTOR: Hugo Ramiro Rosales**

**TUTOR: LCDO. MG. WALTER GEOVANNY AGUILAR CHASIPANTA**

**AMBATO-ECUADOR**

**2013**

**APROBACIÓN DEL TUTOR  
DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN  
CERTIFICA:**

Yo, Lcdo. Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta. C.C. 1801697796, en mi calidad de tutor del trabajo de Graduación o titulación, sobre el tema: **“El conocimiento de las técnicas básicas del judo y su influencia en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de cultura física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha”**, desarrollado por el egresado Hugo Ramiro Rosales, considero que dicho informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

---

Lcdo. Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta.

**TUTOR**

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en los estudios realizados durante la carrera, investigación científica, revisión documental y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios vertidos en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor

---

Hugo Ramiro Rosales

C.C.1704206836

**AUTOR**

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Cedo los derechos en línea patrimoniales de este trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema **“El conocimiento de las técnicas básicas del judo y su influencia en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de cultura física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha”**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

---

Hugo Ramiro Rosales

C.C.1704206836

**AUTOR**

## **AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

La Comisión de estudio y calificación del informe de Trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: **“El conocimiento de las técnicas básicas del judo y su influencia en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de cultura física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha”**, presentado por el Sr. HUGO RAMIRO ROSALES egresado de la Carrera de Cultura Física, promoción septiembre 2011 – febrero 2012, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios. Por lo tanto se autoriza la presentación ante los Organismos pertinentes.

Ambato, 12 de Septiembre de 2013

### **LA COMISION**

---

Dra. Mg. Rosa Marlene Barquín Yuque  
PRESIDENTA DEL TRIBUNAL

---

Lcdo. Mg. Juan Neptalí Martínez Martínez  
MIEMBRO

---

Ing. Mg. Ibeth Aracely Manzano Gallardo  
MIEMBRO

## **DEDICATORIA**

Agradecer a DIOS, por permitirme llegar a ser un profesional, ya que sin su ayuda no lo hubiera logrado y que siempre este protegido de su santas bendiciones.

Agradezco a mis padres, por darme la ayuda incondicional para que llegue a ser profesional; A mis hijos que será el mejor legado que un padre puede dejarles, que nada es imposible en la vida y este es un ejemplo de ello.

Agradezco a todos mis maestros que me guiaron en el camino del conocimiento.

Agradezco a mis amigos y compañeros de estudio que siempre me acompañaron en el transcurso de este viaje lleno de diversión, trabajo, experiencias nuevas y todo por llegar a concluir el objetivo propuesto, ser profesional.

A todos ustedes, mil gracias...

Hugo Rosales

## **AGRADECIMIENTO**

A todas las autoridades de la **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**, por su apoyo y colaboración para la realización de esta investigación.

A la **FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**, de manera especial al **CENTRO DE POSGRADO**, por el apoyo institucional para la realización de este trabajo.

A mis amigos y compañeros, que por medio de foros, discusiones y preguntas he crecido en mi conocimiento.

Y a todas las personas que de una u otra forma, me colaboraron o participaron en la realización de esta investigación, mi más sincero agradecimiento.

Hugo Rosales

<b>ÍNDICE DE CONTENIDOS</b>	<b>Pág.</b>
Aprobación del tutor	ii
Autoría de la Investigación	iii
Cesión de derechos de Autor	iv
Al Consejo de Directivo de la Universidad Técnica de Ambato	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice de contenidos	viii
Índice de tablas	xi
Índice de Gráficos	xiv
Resumen ejecutivo	xvi
Introducción	1
<b>CAPÍTULO I</b>	<b>3</b>
<b>1. EL PROBLEMA</b>	<b>3</b>
1.1. Tema	3
1.2. Planteamiento del problema	3
1.2.1. Contextualización	3
1.2.2. Análisis Crítico	5
1.2.3. Prognosis	9
1.2.4. Formulación del problema	9
1.2.5. Preguntas Directrices	9
1.2.6. Delimitación del objeto de estudio	10
1.3. Justificación	10
1.4. Objetivos	12
1.4.1. General	12
1.4.2. Específicos	12
<b>CAPÍTULO II</b>	<b>13</b>
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>13</b>
2.1. Antecedentes Investigativos	13
2.2. Fundamentación filosófica	14



2.3 Fundamentación Legal	15
2.4. Fundamentación Axiológica	15
2.5. Categorías Fundamentales	17
2.5.1. Gráfico de categorías fundamentales	17
2.5.2. Gráfico de constelación de ideas de variable independiente	18
2.5.3. Gráfico de constelación de ideas de variable dependiente	18
2.5.4. Desarrollo de conceptualizaciones	20
2.6. Hipótesis	41
2.7. Señalamiento de variables	42
<b>CAPÍTULO III</b>	42
<b>3. METODOLOGÍA</b>	42
3.1. Enfoque de la investigación	42
3.2. Modalidad de la Investigación	42
3.3. Nivel o tipo de Investigación	43
3.4. Población y muestra	43
3.5. Operacionalidad	45
3.6. Plan de recolección de información	47
3.7. Plan de procesamiento de la información	49
<b>CAPÍTULO IV</b>	50
<b>4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b>	50
4.1. Análisis de los resultados	50
4.1.1. Tabulación de las encuestas a los estudiantes	50
4.1.2. Tabulación de las encuestas a los docentes	60
4.1.3. Tabulación de las encuestas a las autoridades	70
4.3. Verificación de la hipótesis	80
4.3.1. Combinación de frecuencias	80
4.3.2. Planteamiento de la hipótesis	82
4.3.3. Selección del nivel de significación	82
4.3.4. Descripción de la población	82
4.3.5. Especificaciones del estadístico	83
4.3.6. Especificación de las regiones de aceptación y rechazo	83

4.3.7. Recolección de Datos y cálculo en los datos estadísticos	84
4.3.8. Decisión final	85
<b>CAPÍTULO V</b>	<b>86</b>
<b>5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	<b>86</b>
5.1. Conclusiones	86
5.2. Recomendaciones	87
<b>CAPÍTULO VI</b>	<b>88</b>
<b>6. PROPUESTA</b>	<b>88</b>
6.1. Datos Informativos	88
6.2. Antecedentes de la propuesta	90
6.3. Justificación	92
6.4. Objetivos	93
6.5. Análisis de Factibilidad	94
6.6. Fundamentación	95
6.7. Metodología	153
6.8. Administración de la propuesta	154
6.9. Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta	155
Bibliografía	156
Anexos	159
Anexo 1	159
Anexo 2	160
Anexo 3	161
Anexo 4	163
Anexo 5	164
Anexo 6	165
Anexo 7	166
Anexo 8	168

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla IV. 1. Datos obtenidos de la primera pregunta de la encuesta a los estudiantes	50
Tabla IV. 2. Datos obtenidos de la segunda pregunta de la encuesta a los estudiantes	51
Tabla IV. 3. Datos obtenidos de la tercera pregunta de la encuesta a los estudiantes	52
Tabla IV. 4. Datos obtenidos de la cuarta pregunta de la encuesta a los estudiantes	53
Tabla IV. 5. Datos obtenidos de la quinta pregunta de la encuesta a los estudiantes	54
Tabla IV. 6. Datos obtenidos de la sexta pregunta de la encuesta a los estudiantes	55
Tabla IV. 7. Datos obtenidos de la séptima pregunta de la encuesta a los estudiantes	56
Tabla IV. 8. Datos obtenidos de la octava pregunta de la encuesta a los estudiantes	57
Tabla IV. 9. Datos obtenidos de la novena pregunta de la encuesta a los estudiantes	58
Tabla IV. 10. Datos obtenidos de la décima pregunta de la encuesta a los estudiantes	59
Tabla IV. 11. Datos obtenidos de la primera pregunta de la encuesta a los docentes	60
Tabla IV. 12. Datos obtenidos de la segunda pregunta de la encuesta a los docentes	61
Tabla IV. 13. Datos obtenidos de la tercera pregunta de la encuesta a los docentes	62
Tabla IV. 14. Datos obtenidos de la cuarta pregunta de la encuesta a los docentes	63

Tabla IV. 15. Datos obtenidos de la quinta pregunta de la encuesta a los docentes	64
Tabla IV. 16. Datos obtenidos de la sexta pregunta de la encuesta a los docentes	65
Tabla IV. 17. Datos obtenidos de la séptima pregunta de la encuesta a los docentes	66
Tabla IV. 18. Datos obtenidos de la octava pregunta de la encuesta a los docentes	67
Tabla IV. 19. Datos obtenidos de la novena pregunta de la encuesta a los docentes	68
Tabla IV. 20. Datos obtenidos de la décima pregunta de la encuesta a los docentes	69
Tabla IV. 21. Datos obtenidos de la primera pregunta de la encuesta a las autoridades	70
Tabla IV.22. Datos obtenidos de la segunda pregunta de la encuesta a las autoridades	71
Tabla IV. 23. Datos obtenidos de la tercera pregunta de la encuesta a las autoridades	72
Tabla IV. 24. Datos obtenidos de la cuarta pregunta de la encuesta a las autoridades	73
Tabla IV. 25. Datos obtenidos de la quinta pregunta de la encuesta a las autoridades	74
Tabla IV. 26. Datos obtenidos de la sexta pregunta de la encuesta a las autoridades	75
Tabla IV. 27. Datos obtenidos de la séptima pregunta de la encuesta a las autoridades	76
Tabla IV. 28. Datos obtenidos de la octava pregunta de la encuesta a las autoridades	77
Tabla IV. 29. Datos obtenidos de la novena pregunta de la encuesta a las autoridades	78
Tabla IV. 30. Datos obtenidos de la décima pregunta a las autoridades	79

Tabla 31. Descripción de la población	82
Tabla 32. Frecuencias observadas	84
Tabla 33. Frecuencias esperadas	84
Tabla 34. Cálculo del chi cuadrado	85
Tabla 35. Metodología	153
Tabla 36. Administración de la propuesta	154
Tabla 37. Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta	155

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Árbol de Problemas	7
Gráfico 2 Categorías Fundamentales	17
Gráfico 3 Constelación de ideas Variable Independiente	18
Gráfico 4 Constelación de ideas Variable Dependiente	19
Gráfico IV.1. Porcentaje de frecuencia en el conocimiento de las técnicas básicas del judo.	50
Gráfico IV.2. Porcentaje sobre los conocimientos de alguna de las técnicas básicas del judo	51
Gráfico IV.3. Porcentaje de las técnicas básicas del judo mejorarían la creatividad, espontaneidad y realización personal	52
Gráfico IV.4. Porcentaje de conocimiento sobre alguna estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	53
Gráfico IV.5. Le gustaría que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	54
Gráfico IV.6. Porcentaje del objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	55
Gráfico IV.7. Porcentaje del saber en qué momento se utiliza una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	56
Gráfico IV.8. Porcentaje de la teoría de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	57
Gráfico IV.9. Porcentaje para mejorar su estado físico si tiene conocimiento de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	58
Gráfico IV.10. Porcentaje de que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo	59
Gráfico IV.11. Porcentaje de frecuencia para saber si los docentes pueden enseñar las técnicas básicas del judo	60
Gráfico IV.12. Porcentaje de si están capacitados para enseñar las técnicas básicas del judo	61

Gráfico IV.13. Porcentaje de si conocen los fundamentos de las técnicas básicas del judo.	62
Gráfico IV.14. Si conocen la filosofía de las Artes Marciales	63
Gráfico IV.15. Les gustaría que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo	64
Gráfico IV.16. Porcentaje de que Los docentes de Cultura Física tienen que ser especializados en cada deporte.	65
Gráfico IV.17. Porcentaje del saber que al realizar una práctica deportiva los estudiantes realizan un calentamiento específico en cada deporte.	66
Gráfico IV.18. Porcentaje del conocimiento en pedagogía deportiva	67
Gráfico IV.19. Porcentaje para saber si el colegio capacita a los docentes de Cultura Física en judo o Artes Marciales	68
Gráfico IV.20. Porcentaje de que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo	69
Gráfico IV.21. Porcentaje de frecuencia para saber si las autoridades revisan las planificaciones de Cultura Física	70
Gráfico IV.22. Porcentaje de si están Controlando los planes de clase de los docentes de Cultura Física	71
Gráfico IV.23. Porcentaje de que si evalúan las planificaciones	72
Gráfico IV.24. Porcentaje de si exigen las planificaciones actualizadas a los docentes de Cultura Física	73
Gráfico IV.25. De si conocen, o no de planificación deportiva	74
Gráfico IV.26. Porcentaje de frecuencia para saber si Los docentes de Cultura Física saben de Artes Marciales	75
Gráfico IV.27. Porcentaje de si tienen docentes especializados en cada deporte	76
Gráfico IV.28. Los docentes de Cultura Física saben de judo	77
Gráfico IV.29. Porcentaje de si tienen una planificación con relación a una estrategia metodológica	78
Gráfico IV.30. De si desean tener una estrategia metodológica	79

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE: CULTURA FÍSICA**  
**MODALIDAD: SEMIPRESENCIAL**

**RESUMEN EJECUTIVO**

**TEMA:** “El conocimiento de las técnicas básicas del judo y su influencia en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de cultura física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha”

**AUTOR:** Hugo Ramiro Rosales

**TUTOR:** Lcdo. Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta.

**Resumen:**

Este trabajo de investigación pretende. La elaboración de una estrategia metodológica para el interaprendizaje, que sea un material didáctico para los docentes y de estímulo para los estudiantes ya que en la actualidad la práctica deportiva es escasa en la mayoría de los estudiantes. Una de las dificultades es que no tienen profesionales en el área del judo, la infraestructura no es la adecuada para la práctica de la misma, además, no se tiene el apoyo económico de las autoridades del colegio, ni de los padres de familia para que sus hijos aprendan deportes nuevos como es el judo, el mismo que por su auto - disciplina ayudara a formar el cuerpo el carácter y la moral.

El Ministerio de Educación, incluye en la malla curricular la cátedra de educación física, dentro de la misma esta la “Defensa Personal.

**Palabras claves:** Técnicas, básicas, judo, Interaprendizaje, deporte, docentes, profesionales, económico, autodisciplina, defensa, personal.



## INTRODUCCIÓN

Este estudio pretende dedicar sus esfuerzos en investigar como es el interaprendizaje del judo de los docentes de Cultura Física, en el colegio Comandante general Atahualpa de la ciudad de Quito, para esto se utilizaran técnicas modernas y estrategias metodológicas adecuadas que permitan desarrollar la investigación propuesta. De manera particular al sur de la ciudad son muy pocos los establecimientos educativos que tienen una infraestructura adecuada para realizar deportes de combate como son: Judo, karate, lucha, box, taekwondo o deportes afines; el judo por ser un deporte de origen oriental está básicamente orientado a la educación, con principios morales y éticos como son: Primero la niñez, respeto al anciano y vivir en paz.

La Universidad técnica de Ambato, al considerarse una Institución Educativa que pretende alcanzar altos niveles de desarrollo, mediante la vinculación activa con la sociedad. En lo deportivo cumple una función importante al tratar de mejorar el conocimiento, de los docentes de Cultura Física, mediante investigaciones que den respuestas a problemas planteados, en este caso un estudio para mejorar el interaprendizaje del judo y que los docentes de Cultura Física, tengan una herramienta educativa, y con la utilización de una estrategia metodológica desarrollen de mejor manera la enseñanza del judo y todos los deportes en general. Cada deporte tiene su particularidad, el judo tiene tres componentes fundamentales que son:

Educación del conocimiento (comprende el progreso del conocimiento).

La educación de la moral (responsabilidad de sus actos), y

Educación física (entrenamiento del cuerpo).

Por todo esto a continuación se desarrollara; **en el CAPÍTULO I**, EL problema de investigación; la contextualización, análisis crítico, formulación, delimitación en espacio y tiempo, justificación, y planteamiento de objetivos el general y los específicos.

**EL CAPÍTULO II;** Corresponde al Marco Teórico de la Investigación, en donde se señalan los antecedentes de estudio y su sustento filosófico, legal, axiológico, ontológico y epistemológico, además se recoge la fundamentación teórica, a manera de enunciados en relación con el interaprendizaje del judo y sus aplicaciones en la práctica diaria, para lograr mejores resultados en los docentes del colegio Comandante General Atahualpa. También se encuentra la hipótesis del trabajo y el señalamiento de las variables.

**En el CAPÍTULO III;** Se presenta la metodología de la investigación y su forma de llevar el estudio, se muestran temas que sustentan el tipo y el nivel de la misma, las técnicas e instrumentos, población y muestra, correspondiendo a la Operacionalización de las variables.

**En el CAPÍTULO IV;** El análisis e interpretación de datos se realizó en el colegio Comandante General Atahualpa de Quito, encuestas a los estudiantes, así como entrevistas a las autoridades y a los docentes, pudiéndose determinar que lo que más necesitan los docentes de Cultura Física es una buena estrategia metodológica.

**En el CAPÍTULO V;** Luego de concluida la investigación, se pudo comprobar que el interaprendizaje del judo orientada a los docentes de Cultura Física en el colegio Comandante General Atahualpa de Quito, es fundamental para que los estudiantes tengan los conocimientos básicos del judo.

**En el CAPÍTULO VI;** Se utilizó la metodología del Marco Lógico, como una herramienta de planificación, para organizar todas las actividades y conseguir de manera eficaz resultados positivos. Aplicando esta técnica, se desarrolla cada una de las actividades y tenemos las respuesta al árbol de objetivos planteado, para de esta manera conseguir que todas las actividades se cumplan, y que los docentes del colegio Comandante General Atahualpa de Quito, estén mejor capacitados para el interaprendizaje del judo.

## **CAPÍTULO I**

### **1. EL PROBLEMA**

#### **1.1. Tema**

“El conocimiento de las técnicas básicas del judo y su influencia en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha”

#### **1.2. Planteamiento del problema**

##### **1.2.1. Contextualización**

Todas las personas tienen necesidades y deseos básicos para un adecuado crecimiento físico, mental, emocional y social. Estimular el desarrollo personal y la superación deportiva en los niños es algunos de los objetivos principales de este proyecto que, junto con fomentar la sana convivencia y el espíritu de amistad entre los niños, permite detectar habilidades deportivas de acuerdo a las aptitudes físicas de los niños.

Que el deporte es el fenómeno social más importante de fin de siglo, no es discutido por nadie, y la sociedad debe brindar esta oportunidad en cada uno de los rincones de nuestra patria, para que la sociedad cuando vea a un niño haciendo judo lo aplauda, y a los profesores de judo nos comprometa a desarrollar más guías metodológicas, para que los docentes en Cultura Física puedan utilizarlo como una herramienta de trabajo.

Desde entonces y hasta nuestros días, la práctica deportiva ha sido continua y ha servido para demostrar la estrecha relación que tiene el deporte con nuestra sociedad. La intención de esta investigación no es crear deportistas de elite, sino que la práctica del judo sirva de aporte

para un mejor equilibrio orgánico, una mejor funcionalidad fisiológica y a un equilibrio psicológico permanente.

El judo no es un cumulo de movimientos, ya que el mismo tiene sus fundamentos técnicos y pedagógicos a raíz de los cuales se establecen los objetivos propios de la actividad, y a través de la motivación que el mismo desencadena se realizan esfuerzos que muchas veces superan aquellos que se realizan durante una sesión individual de trabajo físico.

La importancia que se tiene que dar al judo, como disciplina en la asignatura de Cultura Física, tiene que ser en todos los establecimientos educativos sean estos fiscales o particulares, a nivel nacional, o provincial; El interaprendizaje del Judo como actividad física, en el Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito, tiene que ser permanente por todos los beneficios que adquieren.

Cuando hablamos de deporte nos referimos a los agentes de la Educación Física como la gimnasia, la recreación y la vida en la naturaleza. El judo tiene el respaldo pedagógico que le brinda a la Educación Física todos los instrumentos didácticos (Fundamentación, expectativas de logro, metodología, recursos y evaluación).

El judo en general representa una real importancia en el desarrollo personal y social del individuo, más aun de quien lo practica, ya que fortalecerá su psiquis (afectividad, emotividad, control, percepción, cognición). Pero lo que es más importante es que el judo crea un campo adecuado y sencillo para la auto-superación que, busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse día a día y luego a partir de ellos otros objetivos buscando un reajuste permanente. Uno de los beneficios a tener en cuenta es de índole física, psicológica y social.

El ser humano en general está hecho para toda actividad física, ya que posee una estructura ósea y muscular fuerte, articulaciones flexibles, coordinación exacta, grandes reservas de energía y un mecanismo sensible para mantener el equilibrio en condiciones variables; en la infancia es el juego, con alegría y espontaneidad. El juego contribuye al

crecimiento y desarrollo del niño, es un medio de aprendizaje y auto expresión requisito indispensable del normal desarrollo físico, mental y social. Durante la juventud, el deporte es el sucesor natural del juego infantil. En sus formas normales se caracteriza por el disfrute y la espontaneidad y muchos fines en común como: Auto expresión, aprendizaje social, desarrollo físico y mental.

### **1.2.2. Análisis crítico.**

Las Naciones Unidas (1972) plantean: “Las sociedades tienen la obligación de hacer que su medio ambiente físico en general, sus servicios sociales y de salud, sus oportunidades educativas y laborales, así como su vida cultural y social, incluidos los deportes, sean totalmente accesibles a todas las personas, a la sociedad en su conjunto, sin exclusión de género, raza o credo, y que todos deben formar parte integrante de la política y la planificación general encada sector de la sociedad”.

En nuestro país el desarrollo de los recursos humanos en salud, en educación, en deportes, se lo debe realizar de una forma integral en todo el sistema social. Con políticas bien definidas al tipo de sociedad a la que se quiere atender y educar; Los beneficios Psicológicos del judo se pueden dar, a través de la Deportividad, que nos lleva a:

Aceptar tácitamente para someterse a las reglas, a actuar de acuerdo a lo justo y respetar las tradiciones del deporte como lo es el judo.

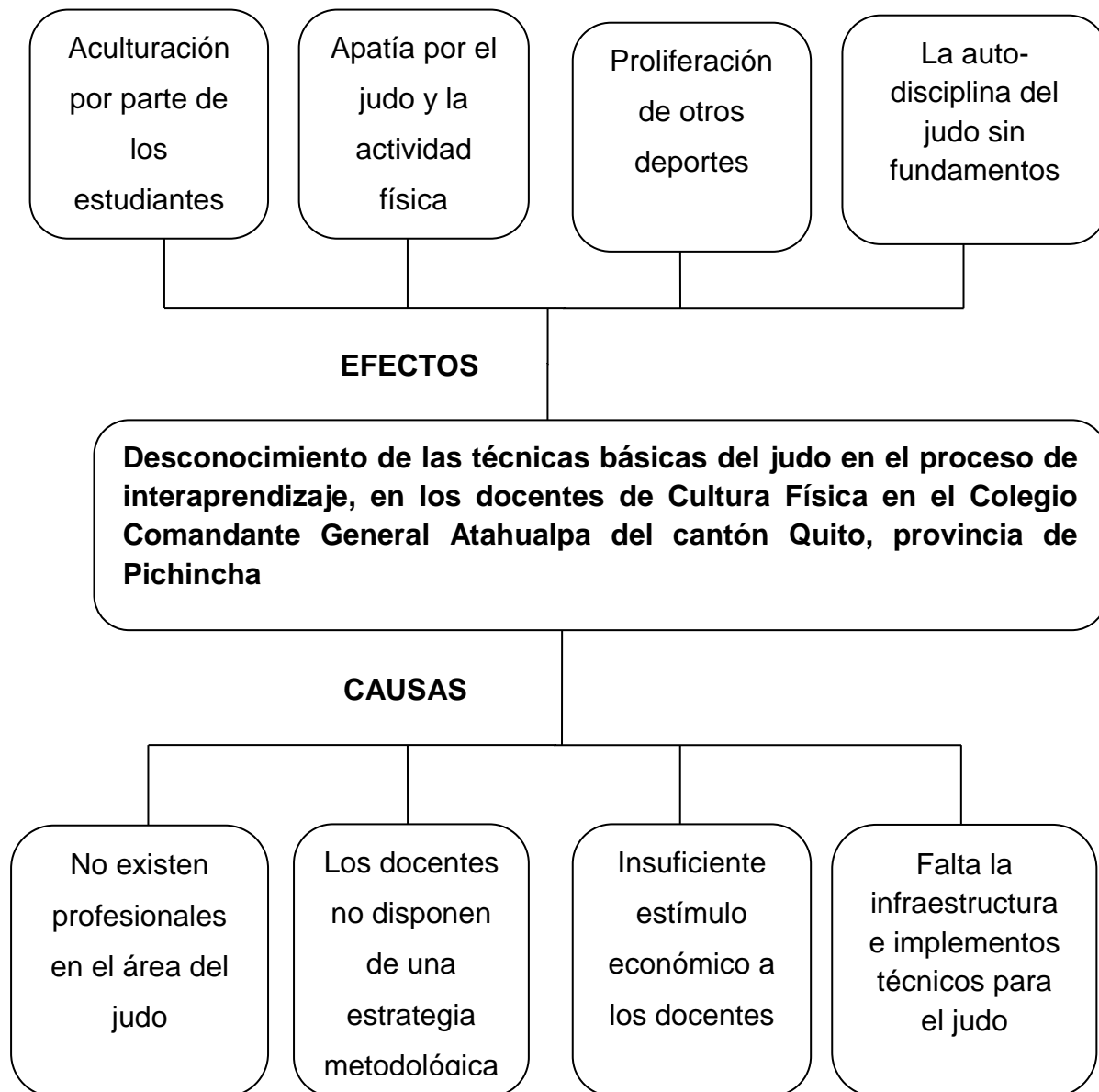
Otro de los beneficios del judo está dado por el Entrenamiento, porque es un conjunto de actividades que tienden a desarrollar las cualidades mentales y físicas con el objetivo de alcanzar al máximo una mejor calidad de vida.

El Comité Olímpico Ecuatoriano, es el órgano rector que maneja a todos y cada uno de los deportes en los cuales el judo es conducido todavía de una manera política, por tratarse de un deporte que no genera utilidad económica.

En la provincia de Pichincha, tenemos la “Concentración Deportiva de Pichincha”, en donde se trata de masificar todos los deportes; en el caso del judo existe la Asociación de Judo de Pichincha en donde es un semillero para todos los niños de la provincia y los futuros deportistas de élite, esto se da porque tienen a los mejores entrenadores del país, con estabilidad económica y todos los beneficios de ley.

En el Colegio Comandante General Atahualpa, no se practica este deporte, porque no han existido los entrenadores o los Docentes adecuados que permitan fortalecer esta actividad deportiva, y muchos estudiantes evitan practicarlo, pues desconocen las ventajas y habilidades que desarrolla este deporte.

**Gráfico 1 Árbol de Problemas**



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Investigador

La falta de profesionales en el área del judo, es una de las razones por las que, los estudiantes busquen otros deportes, y el área de Cultura Física como no tiene el material pedagógico de una estrategia metodológica no se podrá dar solución a este problema, por lo que es importante tener profesionales en cada deporte.

Los estudiantes, como los docentes de Cultura Física, no tienen una estrategia metodológica, esto es un problema que se tiene que solucionar, Lo primero es comprometer a las autoridades de la importancia de trabajar con materiales técnicos en beneficio de los estudiantes, segundo mejorar el aspecto económico a los docentes en Cultura Física para que el interaprendizaje sea mutuo y los estudiantes terminen por la apatía por el judo y todos los deportes en general.

También la falta de una infraestructura adecuada es motivo para que los estudiantes solamente se dediquen a los deportes que las instalaciones disponen, al mejorar las instalaciones con diseños específicos para cada deporte y enfocados a que los beneficiarios directos son los estudiantes.

Cada deporte tiene implementos técnicos especializados los mismos que brindan seguridad y confianza, para quienes lo utilizan, en el caso del judo se utiliza colchonetas llamadas (tatamis), y son utilizados para la práctica del judo, en donde se aprende los principios fundamentales y la auto-disciplina del mismo.



### **1.2.3. Prognosis**

Un niño de cualquier condición social es ante todo una persona con toda una vida por delante, la responsabilidad de los padres, de la comunidad en la que habitan, consiste en facilitarles un entorno social deportivo y educativo, adecuado a sus demandas; Y que a través del deporte integral que practique el niño, se extraiga lo mejor de sus cualidades. Aquí es importante la participación de toda la familia quienes son los principales elementos promotores de la deportividad, de todos y cada uno de sus hijos/as; Es decir toma como ejemplo todo lo que le rodea, ya que el niño imita a todo lo que está en su entorno, a sus padres, hermanos, amigos y tendrá normas de comportamiento social bien claros.

Hacerle saber al niño los beneficios del deporte, que por todo lo que hace, lo aprecian, lo estiman, lo quieren es muy importante para su auto-estima, la misma que siempre será positiva.

E iniciarlo en la formación deportiva inicial, que a futuro tendremos a un grande del deporte, para que sean ante todo un ciudadano productivo para nuestra sociedad. Que sean entes participativos en lo social, en lo cultural, y en lo deportivo.

### **1.2.4. Formulación del problema.**

- ¿Cómo influye el conocimiento de las técnicas básicas del judo en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha?

### **1.2.5. Preguntas Directrices.**

- ¿Conocen los docentes de Cultura Física del colegio de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo como actividad física en el colegio?
- ¿De qué manera afecta la falta de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo como actividad física en el colegio?

- ¿Cómo lograr que los docentes de Cultura Física apliquen la estrategia metodológica del judo como actividad física con los estudiantes del colegio?

### **1.2.6. Delimitación**

El presente trabajo se realiza con los docentes de Cultura Física del colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, Provincia de Pichincha.

#### **Delimitación temporal**

El problema será estudiado en el periodo septiembre 2012 – febrero 2013

#### **Delimitación espacial**

La presente investigación se realiza con los docentes de Cultura Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, Provincia de Pichincha.

#### **Delimitación del contenido**

CAMPO: Educativo

ÁREA: Educación Física

ASPECTO: Estrategia Metodológica

### **1.3. Justificación**

En esta perspectiva, la investigación que se pretende desarrollar, tiene su importancia en el sentido de profundizar los conocimientos teórico – práctico, de los docentes de Cultura Física, con estrategias metodológicas del judo como actividad física, para motivar a los docentes en Cultura Física, estudiantes, padres de familia, personal docente y administrativo de la institución educativa. Al igual que el impacto que estas tienen sobre el mejoramiento en el área física y académica.

Además es factible de aplicar porque existe el recurso humano y material para que esta realidad se pueda plasmar de manera inmediata.

La utilidad práctica del judo propicia salud. Previene enfermedades, resguarda de las adicciones, fomenta la disciplina, desarrolla las

capacidades físicas, los hábitos y destrezas en el individuo, forja el carácter al elevar el auto estima, motiva la superación personal, inhiben conductas violentas, por esta razón nuestros esfuerzos deben estar dirigidos a la práctica del judo como actividad física, el estudio y la superación.

Es importante tener en cuenta que los resultados obtenidos no solo deben quedar en teoría, si no hay que llevarlo a la práctica mediante conferencias, promociones, competencias y sobre todo la concientización en padres de familia, docentes, directivos de la institución ya que los mismos influyen directamente en los hábitos de la Cultura Física.

Con el aporte del judo, se podrá lograr un beneficio en el proceso educativo, ya que tanto los alumnos como el docente serán receptores de nuevas habilidades y destrezas cognitivas, ya sea en el campo de la práctica deportiva como en el ámbito del desempeño del educando.

Es importante puesto que esta investigación diseñara instrumentos para los procesos del interaprendizaje, utilizados por el docente de Cultura Física para un mejor desempeño en la práctica deportiva del judo; Basados fundamentalmente en actividades que tengan en cuenta el nivel de partida de cada sujeto y su tolerancia al ejercicio físico. Deportivamente es un momento cumbre, es la edad del deporte que exige una guía metodológica del mismo y un interés altamente competitivo para llegar a ser una estrella del judo.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

Determinar el conocimiento de las técnicas básicas de judo para fortalecer el proceso de interaprendizaje en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Identificar las técnicas básicas del judo para mejorar el interaprendizaje.
- Analizar el proceso de interaprendizaje para fortalecer mediante la aplicación de la actividad física.
- Diseñar estrategias metodológicas para aplicar las técnicas del judo y mejorar el proceso de interaprendizaje en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, Provincia de Pichincha”

## CAPÍTULO II

### 2. MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes investigativos

De la investigación realizada en las Universidades, Uniandes, Indoamericana, Pontificia Universidad Católica sede Ambato, (se ha podido llegar a la conclusión que no existen departamentos de Cultura Física), Universidad Central del Ecuador, Politécnica Nacional, (tienen departamentos de cultura física, pero no consta en la malla curricular la materia de judo), por lo tanto no existe ni proyectos ni tesis semejantes al tema y problema planteado, al igual que no existe ninguna en la que se pueda dar una similitud con las dos variables en este problema.

En consecuencia el tema de investigación garantiza el investigador que no se trata de un plagio, por el contrario se garantiza la originalidad de la investigación.

Como antecedentes de este estudio, se han de señalar trabajos que poseen aspectos relevantes para esta investigación, entre ellos se puede citar:

Jigoro Kano (1860-1938), fundador del judo moderno llamado KODOKAN, introdujo como base a la educación, y las dividió en tres componentes:

- 1-. Educación del conocimiento (comprende el progreso del conocimiento).
- 2-. La educación de la moral (responsabilidad de sus actos) y
- 3-. Educación física (entrenamiento del cuerpo).

Conforme la historia y el adelanto de la ciencia, la tecnología y la técnica el hombre ha buscado perfeccionar sus habilidades de defensa personal, con disciplinas variadas que han nacido en regiones de mayor incidencia para lograr la subsistencia, así tenemos los países

orientales tales como Japón, China Corea, desde donde se han proyectado a la humanidad la habilidad de las diferentes disciplinas específicas de defensa personal como: JUDO, TAE KWON DO, KARATE, KUNG FU, entre otros.

En consecuencia el tema de investigación garantiza el investigador que no se trata de un plagio, por el contrario se garantiza la originalidad de la investigación.

La idea a defender es admitida al aportar con una guía metodológica para el desarrollo de las técnicas básicas que son:

Judo de pie (Tachi - Waza) y

Judo en el suelo (Ne - Waza)

## **2.2. Fundamentación Filosófica**

Esta investigación está basada en el paradigma crítico – propositivo, ya que busca interpretar una realidad social, netamente humana en la que están en interacción diversos actores: los directivos, docentes, y estudiantes del Colegio Particular Comandante General Atahualpa

La educación es la práctica de la filosofía, la que tiene finalidad la perfección del SER HUMANO, considerando las etapas que conforman su personalidad, el desarrollo armónico, la madures de todas sus facultades para que actúen en forma libre, consiente y responsable (Dewey 1969)

El hombre se identifica con el lugar que lo vio nacer, con el lugar que lo vio crecer, con el lugar en donde le tendieron la mano, donde trabaja, donde se forja, construye y edifica; en ese lugar quedan sus huellas profundas, silenciosas y eficaces con vocación de servicio. Por eso, la humildad, y la sencillez del hombre que domina el judo le ha permitido ubicarse en cualquier lugar del mundo demostrando ser hombre ilustre de proyecciones infinitas.

### **2.3. Fundamentación Legal**

La Constitución de la República del Ecuador

#### **2. Antecedentes**

La Constitución Política del Ecuador prescribe en la sección sexta, Cultura física y tiempo libre, en el artículo 381:

El artículo primero sostiene lo siguiente:

La práctica de la educación física y el deporte es un derecho fundamental para todos

Por otro lado, el Ministerio del Deporte, a través de la Dirección de Educación Física, en el año 2008 realizó la evaluación del currículo del área de Cultura Física de 1996, de la cual se obtienen datos interesantes para poder emprender la actualización y fortalecimiento curricular de la Educación General Básica ecuatoriana en Educación Física.

Estructura curricular de sexto y séptimo año de EGB

En sexto y séptimo año de EGB, se sobreentiende que el estudiante ha adquirido un cierto grado de madurez biosicosocial y está en capacidad de realizar procesos de pensamiento y actividad física más complejos. La propuesta curricular en cada uno de estos años está centrada en un desarrollo más estructurado de las destrezas con criterios de desempeño, con reglas más complicadas o casi definidas, con fundamentos y técnicas que tengan una clara orientación hacia una o varias disciplinas deportivas.

Planificación por bloques curriculares de octavo año de EGB

**DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO**

**MOVIMIENTOS NATURALES**

Demostrar adecuadamente los fundamentos básicos de la defensa personal.

### **2.4. Fundamentación Axiológica**

Cuando el objeto de estudio son otras personas, se tiene que investigar con reglas morales y éticas, ya que la investigación está llena de juicios de valor; Al hablar de judo por si solo se define como: Disciplina, respeto,

lealtad, compañerismo y además, considerada como la base de todas las artes marciales conocidas en el mundo.

Aquí es cuando los educadores en cultura física deben no sólo tratar de encontrar la respuesta del valor de los programas de recreación y Educación Física o de la práctica deportiva para con la sociedad.

### **Fundamentación Ontológica**

La Ontología es la disciplina de la filosofía más importante. El resto de disciplinas dependen de un modo u otro de ella. Etimológicamente la ontología se puede definir como el logos o conocimiento del ente. Ente es todo aquello que tiene ser; del mismo modo que se le llama estudiante a todo persona que estudia, o amante al que ama, ente es el término que se puede utilizar para referirse a las cosas en la medida en que éstas poseen ser. Además la Ontología es la parte de la metafísica que estudia al ser en general y sus propiedades trascendentales. Puede nombrarse como el estudio del ser en tanto lo qué es y cómo es. La Ontología define al ser y establece las categorías fundamentales de las cosas a partir del estudio de sus prioridades, sistemas y estructuras.

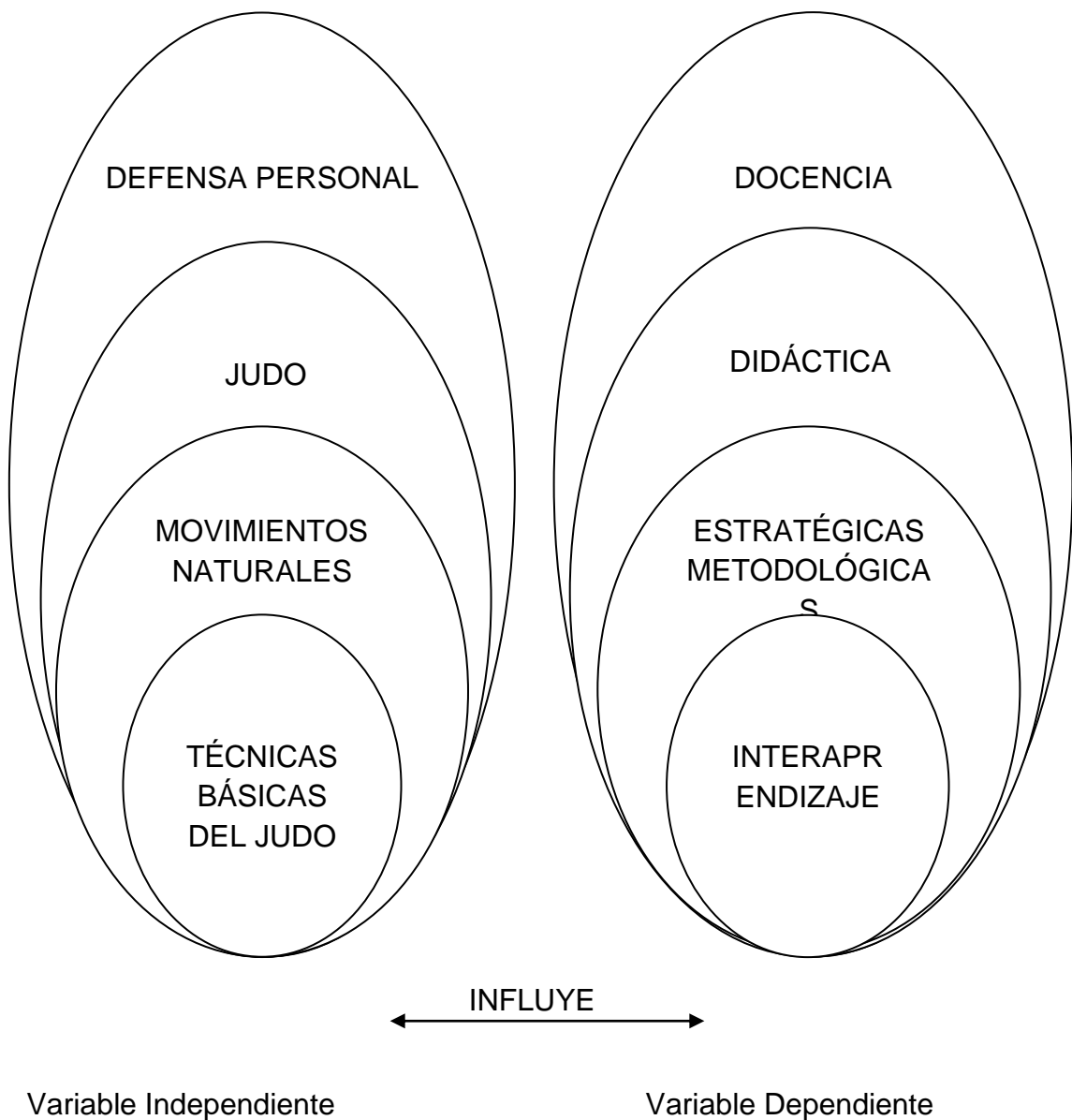
### **Fundamentación Epistemológica**

El ser humano desde sus inicios ha tratado de defenderse de sus enemigos naturales, a los que ha dominado; o que lo ha convertido en un combatiente nato, de allí nacen todas los sistema de combate y/o defensa, la moral individual y la misma estética en todas sus acciones laborales; empleando para esto los principios, métodos y medios más idóneos, valiéndose de una actitud justa y respetuosa para con el contingente que laboran, y dejándose ver como un digno ejemplo a seguir hasta en su indumentaria y postura corporal.



## 2.5. Categorías Fundamentales

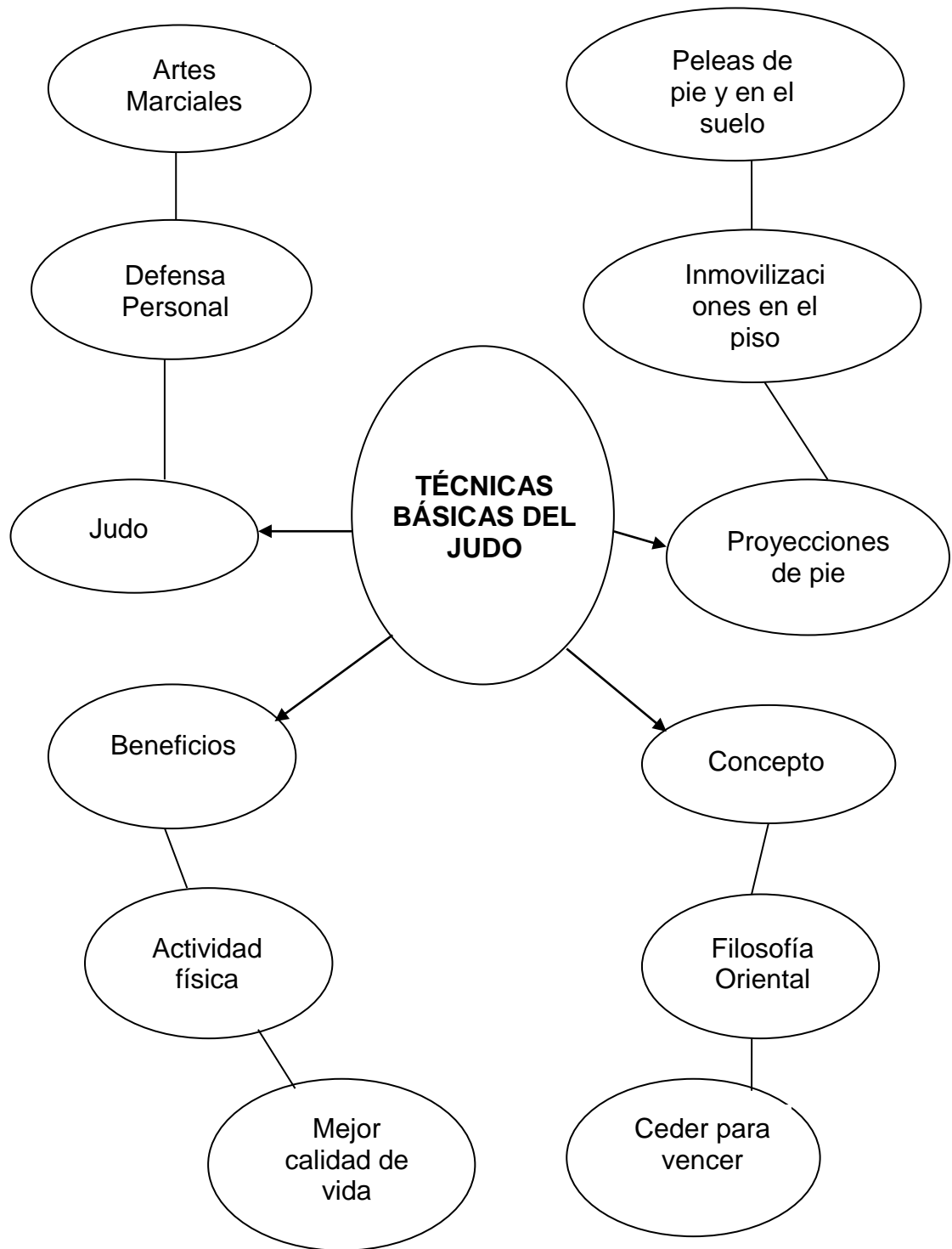
### 2.5.1. Gráfico de Categorías Fundamentales



**Gráfico 2** Categorías Fundamentales

Elaborado por: Hugo Rosales

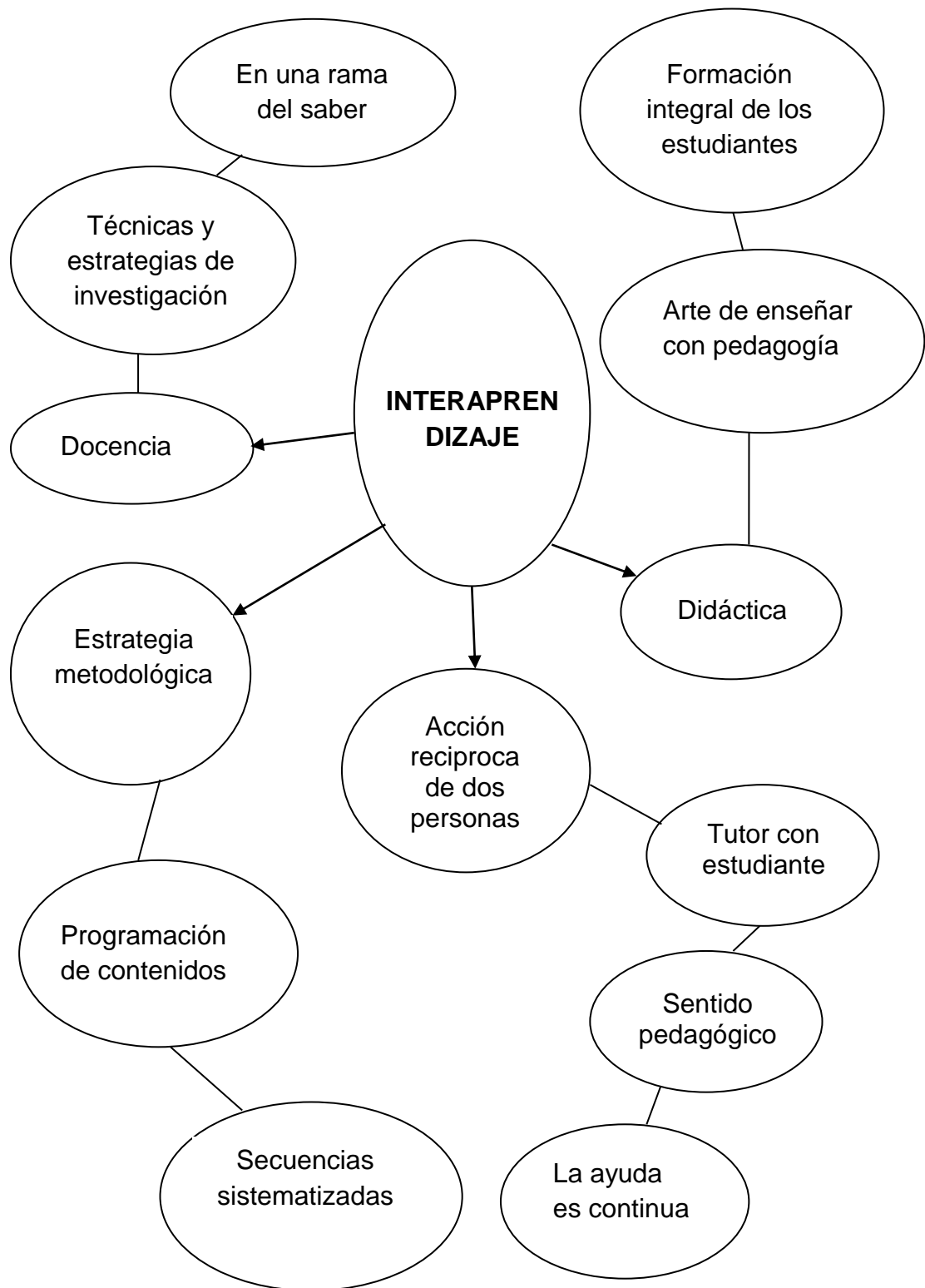
### 2.5.2. Gráfico de Constelación de ideas Variable Independiente



**Gráfico 3** Constelación de ideas Variable Independiente

Elaborado por: Hugo Rosales

### 2.5.3. Gráfico de Constelación de ideas Variable Dependiente



**Gráfico 4** Constelación de ideas Variable Dependiente

Elaborado por: Hugo Rosales

## **2.5.4. Desarrollo de Conceptualizaciones**

### **Variable Independiente**

#### **Defensa Personal**

La defensa personal del judo cuenta con todas las técnicas de defensa y ataque, bloqueos, patadas, golpes de mano y puño, agarre, estrangulaciones, palancas en las articulaciones, control e inmovilización de la persona, formas de rotura y escape de los agarres, defensas contra ataques con elementos, desarme del atacante, control de la situación, reducción, conducción, etc. Resultando entonces toda una batería técnica altamente efectiva. Por tales razones se la utiliza en la preparación y capacitación de las fuerzas de seguridad, armadas, policiales, comandos y grupos especiales de alrededor del mundo. Sin embargo la experiencia ha demostrado muchas veces, que es prácticamente imposible protegerse de un agresor si ciertos principios y reflejos no son desarrollados óptimamente, debido a que aun contando con un perfecto conocimiento técnico y precisos movimientos será muy difícil defenderse efectivamente debido principalmente al factor sorpresa sumado de parte del atacante, al mismo tiempo que su ofensiva. En el arte de la defensa personal, uno de los elementos más importantes, incluso más aún que los movimientos defensivos en algunos casos es la noción y el apropiado de la distancia. Por ejemplo, en un encuentro cuerpo a cuerpo, el agarre del oponente (Kumi-kata) y la distancia establecida entre ambos jugaran sus roles de manera singular y vital.

Los fundamentos de la defensa personal se basan en algunos deportes o artes marciales. Es por ello, que técnicas básicas como los golpes únicos (aquellos que se realizan contra el oponente en una zona específica de nuestro cuerpo), pasando además por técnicas más profesionales como diferentes tipos de patadas, y ya, aún más avanzadas como desequilibrios o inmovilizaciones (las cuales se suelen usar en defensa personal policial

o en modalidades deportivas como el kárate) son las aplicaciones en las que comprende la defensa personal.

También existen elementos como los bastones de electrochoques y los conocidos "gas pimienta" que entran a formar parte de los elementos permitidos por la ley para salvaguardar vidas humanas.

#### **La defensa personal desde el punto de vista civil:**

En el ámbito civil se intenta reducir al adversario de manera segura y sin provocar daños desmedidos dada la responsabilidad civil de la acción defensiva cuando se exceden los límites de la legítima defensa. La defensa personal se basa en los fundamentos de algunos deportes o artes marciales. Es por ello, que técnicas básicas como los golpes únicos (aquellos que se realizan contra el oponente con una zona específica de nuestro cuerpo) como el uso de la palma de la mano, los nudillos y los dedos en zonas blandas o rodillazos, pasando además por técnicas más profesionales como diferentes tipos de patadas, y ya, aún más avanzadas como desequilibrios o inmovilizaciones (las cuales se suelen usar en defensa personal policial o en modalidades deportivas como el AIKIDO) son las aplicaciones en las que comprende la defensa personal.

También existen elementos como los bastones de electrochoques y los conocidos "gas pimienta" que entran a formar parte de los elementos permitidos por la ley para salvaguardar vidas humanas.

#### **Legítima defensa:**

La legítima defensa o defensa propia es, en Derecho penal, una causa que justifica la realización de una conducta sancionada penalmente, eximiendo de responsabilidad a su autor, y que en caso de no cumplirse todos sus requisitos, permite reducir la pena aplicable a este último. En otras palabras, es una situación que permite eximir, o eventualmente reducir, la sanción ante la realización de una conducta generalmente prohibida.

Una definición más concreta revela que la defensa propia es: el contraataque o repulsa de una agresión actual, inminente e inmediata con el fin de proteger bienes jurídicos propios o ajenos.

Siguiendo el esquema de la teoría del delito, la legítima defensa es una causa de justificación de una acción típica que impide que la conducta sea calificada como antijurídica, de manera que se aplica la eximente completa o la eximente incompleta, que supondrá la ausencia de pena en el primer caso (eximente completa), y su reducción en el segundo (eximente incompleta).

## **Judo**

El judo (柔道,じゅうどう), es un deporte olímpico de origen japonés.

El término japonés puede traducirse como «el camino de la suavidad». Este arte marcial fue creado por el maestro Jigoro Kano en 1882. El maestro Kano recopiló la esencia técnica y táctica de dos de las antiguas escuelas de combate cuerpo a cuerpo japonés o jiu-jitsu, estas fueron la Tenjin Shin'yō-ryū, y la Kitō-ryū, que se basaban en la lucha cuerpo a cuerpo y que eran practicadas por los guerreros medievales en armadura o samurái en el campo de batalla, hasta el inicio del siglo XIX en el Japón. Logrando reunir las en una sola; el Judo; dentro de su escuela, el Kodokan.

Actualmente el Judo se ha convertido en un deporte de combate olímpico más y se ha ido especializando en los lanzamientos, las sumisiones, y las estrangulaciones; dejando a un lado los golpes, los desarmes, varias luxaciones articulares, el uso de los puntos de presión y los métodos de reanimación, para hacerse más competitivo en su faceta deportiva.

El Judo es uno de los cuatro estilos principales de lucha deportiva más practicados hoy en día en todo el mundo, junto con la Lucha libre

olímpica, el jiu-jitsu brasileño y la lucha rusa o sambo. Los practicantes de este arte son denominados «judocas».

La UNESCO declaró el Judo como el mejor deporte inicial formativo para niños y jóvenes de 4 a 21 años, ya que permite una educación física integral, potenciando, por medio del conocimiento de este deporte, todas sus posibilidades psicomotrices (ubicación espacial, lateralidad, lanzar, halar, empujar, arrastrarse, saltar, rodar, caer, coordinación conjunta e independiente de ambas manos y pies, etc.) y de relación con las demás personas, haciendo uso del juego y la lucha como elemento integrador-dinamizador e introduciendo la iniciación técnico- táctico deportiva de forma adaptada; además de buscar un acondicionamiento físico general, idóneo. Asimismo el COI (Comité Olímpico Internacional) lo considera el deporte más completo y que promueve valores como la amistad, la participación, el respeto y el esfuerzo por mejorar, A similitud de la natación, y la gimnasia artística.

En infinidad de veces me han preguntado que es el judo, pregunta que a mí también me costaba definir, ya que después de 40 años de práctica en este Arte podía hablar mucho lo que es el judo pero quizás repitiendo lo aprendido o investigado, o lo que es mejor, la experiencia personal vivida durante todo este tiempo , respondiendo entonces que judo es el mejor camino para, una filosofía de vida, pero considero que no hay palabras mejores que las que transcribo a continuación para definir lo que es el judo ya que fue dicho por su creador el Maestro Jigoro Kano. Y tan memorables palabras fueron expresadas durante su conferencia en el Parnasos Socierty, Atenas Grecia el 5 de junio de 1934, que dice:

“Cualquiera sea el objetivo, la mejor manera de lograrlo será el máximo o más alto eficiente uso de la energía mental y física dirigida hacia tal logro”.

Si tratamos de establecer una definición de Judo, encontramos que se puede orientar en varios aspectos:

Puede decirse que es una disciplina deportiva, porque el practicante está sometido a una actividad constante y rigurosa para fortalecer los músculos, mejorar los movimientos que debe realizar y mantener una sana disposición mental.

También está considerado como un arte marcial, pues puede ser un medio eficaz de defensa y ataque, en el que la jerarquía alcanzada por el practicante tiene que ser respetada por atletas de grados inferiores.

El nivel o grado está dado por el color de la cinta (cinturón), que se lleva alrededor de la cintura.

### **Movimientos Naturales**

Los movimientos naturales tienen su base motriz en las actividades innatas del ser humano, tales como gatear, caminar, correr, saltar, lanzar, luchar, nadar, etc., actividades que, a su vez, tienen una proyección hacia disciplinas deportivas como el atletismo, la natación y los deportes de contacto. Los movimientos naturales se refieren a las acciones que realizan las personas y que son necesarias para su supervivencia, manifestación deportiva y relaciones sociales. Como actividad natural, como método de supervivencia y como seguridad personal, este gran conocimiento de los movimientos naturales permitirá medir las posibilidades que tiene cada uno de los estudiantes no como un medio de agresividad o daño a los compañeros, sino como experiencia propia para aprender a defenderse de ataques. La posibilidad que tiene el docente de enseñar este tipo de actividad dependerá de su conocimiento sobre el judo, tomando siempre en cuenta la capacidad física de sus estudiantes, la ejecución de juegos motivacionales, el interaprendizaje de las técnicas básicas del judo y su aplicación en competencias, estableciendo reglas para no dañar al oponente ni cometer infracciones. Cuidar la integridad, dar seguridad, participar con voluntad y confianza son objetivos de esta actividad. El docente podrá enseñar artes marciales como judo, karate, taekwondo, etc. El objetivo de la Educación Física es ofrecer un abanico



de posibilidades sicomotoras que no fijen esquemas prematuros en los estudiantes o que limiten su posibilidad de desarrollo motor en el futuro; estas habilidades motrices básicas (como correr, saltar o lanzar) son consideradas preparatorias y lo conducen al estudiante a especializaciones motrices de mayor complejidad mediante los procesos de interaprendizaje, por lo que se las puede considerar de transferencia.

Las capacidades motrices determinan la condición física del individuo se dividen en dos bloques: capacidades coordinativas y las capacidades físicas o condicionales. El rendimiento motor de cualquier persona dependerá del nivel de desarrollo y adaptación de dichas cualidades.

Las capacidades coordinativas dependen del sistema nervioso y tienen la capacidad de organizar, controlar y regular todas las acciones motrices.

Las 23 capacidades coordinativas básicas son las que se desarrollan sobre todo entre los 6 y los 12 años y hacen referencia a la capacidad de aprendizaje de habilidades motrices, el nivel de control de los movimientos y ejercicios, y la capacidad de adaptación e improvisación ante una situación presentada. Las capacidades coordinativas específicas determinan un contexto motor más concreto y son las siguientes: equilibrio, la combinación motora, la orientación y la relación espacio-tiempo, etc.

## **Técnicas básicas del judo**

Nage-waza (técnicas de proyección): son aquellas técnicas en las cuales se busca desplazar el centro de gravedad del oponente para que este pierda el equilibrio y luego derribado.

Osae-komi-waza (técnicas de inmovilización): son aquellas técnicas que ejercen un control por encima y de forma aproximadamente opuesta al oponente, evitando que se ponga de pie. Algunas de estas son: "kesa gatame"(control en bandolera, triangular) y kami shiho gatame (control por cuatro puntos).

Shime-waza (técnicas de estrangulación): son aquellas técnicas que controlan al oponente estrangulando su cuello mediante la/s mano/s, pierna/s o solapa/s. solo se pueden realizar con cierta edad. (Cadete o sub 17 y superiores).

Kansetsu-waza (técnicas de luxación): son aquellas técnicas que con ayuda y control de la/s mano/s, brazo/s, pierna/s, axila o abdomen, se efectúan en lo deportivo solo sobre la articulación del codo, exclusivamente mediante acciones de extenderlo o torcerlo; para inmovilizar al oponente. Solo son reglamentarias a partir de cierta edad Sin embargo el judo como arte marcial las desarrolla de manera similar al jiu jitsu tradicional, en varias de las articulaciones, en solitario y de manera conjunta.

Atemi waza: técnicas de golpeo a los puntos vitales, similares a las del karate con manos, rodillas, cabeza, pies y codos, usadas en la defensa personal como paso previo o posterior a una proyección, derribo o luxación (solo usadas en el judo kodokan).

Kuatsu: técnicas de reanimación aplicadas tras una estrangulación o golpe; primeros auxilios basados en masaje, manipulación y uso de puntos de presión.

Kappo waza: técnicas de primeros auxilios tras una lesión articular, basadas en comparación segmentaria, tracciones, manipulación corporal, masaje y/o uso de puntos de presión.

Las técnicas básicas de judo se agrupan en:

Técnicas de hombro (Te waza)

Técnicas de cadera (Koshi-waza)

Técnicas de pie

Proyecciones de pie (Nage-waza).

Gran siega por el exterior (O-soto-gari)

Agarre por la cintura (O-goshi)

Agarre al cuello (Koshi-goshi)

Agarre clásico pecho-brazo (Tsurikomi-goshi)

Rodada por el hombro (Ippon-seoi-nage)

Similar a kochi-goshi pero tiro de brazos (Morote-seoi-nage)

Proyección del cuerpo (Tae-otoshi)

Técnicas de control en el suelo (Katame-waza).

Control fundamental (Kesa-gatame)

La bufanda variante del control fundamental (Hon-kesa-gatame)

La antena (Kata gatame)

A caballo (Tate-shiho-gatame)

La pala escavadora (Kami-shiho-gatame)

Variante de Kami-shiho-gatame (Kuzure-kami-shiho-gatame)

Control lateral por cuatro puntos (Yoko-shiho-gatame)

Luxación con control en cruz. (Ude-hishigi-juji-gatame)

Luxación con brazos enroscados. (Ude-garami).

Técnicas de golpeo (atemi-waza), siendo estas últimas no permitidas en la competición deportiva y solo de uso si una excepcional situación lo requiere como defensa personal.

## **Interaprendizaje**

### **La enseñanza.**

Es el proceso mediante el cual se comunican o transmiten conocimientos especiales o generales sobre una materia. Este concepto es más restringido que el de educación, ya que ésta tiene por objeto la formación integral de la persona humana, mientras que la enseñanza se limita a transmitir, por medios diversos, determinados conocimientos. En este sentido la educación comprende la enseñanza propiamente dicha.

Los métodos de enseñanza descansan sobre las teorías del proceso de aprendizaje y una de las grandes tareas de la pedagogía moderna ha sido estudiar de manera experimental la eficacia de dichos métodos, al mismo tiempo que intenta su formulación teórica. En este campo sobresale la teoría psicológica: la base fundamental de todo proceso de enseñanza-aprendizaje se halla representada por un reflejo condicionado, es decir, por la relación asociada que existe entre la respuesta y el estímulo que la provoca. El sujeto que enseña es el encargado de provocar dicho estímulo, con el fin de obtener la respuesta en el individuo que aprende. Esta teoría da lugar a la formulación del principio de la motivación, principio básico de todo proceso de enseñanza que consiste en estimular a un sujeto para que éste ponga en actividad sus facultades, el estudio de la motivación comprende el de los factores orgánicos de toda conducta, así como el de las condiciones que lo determinan. De aquí la importancia que en la enseñanza tiene el incentivo, no tangible, sino de acción, destinado a producir, mediante un estímulo en el sujeto que aprende (Arredondo, 1989). También, es necesario conocer las condiciones en las que se encuentra el individuo que aprende, es decir, su nivel de captación, de madurez y de cultura, entre otros.

El hombre es un ser eminentemente sociable, no crece aislado, sino bajo el influjo de los demás y está en constante reacción a esa influencia. La Enseñanza resulta así, no solo un deber, sino un efecto de la condición

humana, ya que es el medio con que la sociedad perpetúa su existencia. Por tanto, como existe el deber de la enseñanza, también, existe el derecho de que se faciliten los medios para adquirirla, para facilitar estos medios se encuentran como principales protagonistas el Estado, que es quien facilita los medios, y los individuos, que son quienes ponen de su parte para adquirir todos los conocimientos necesarios en pos de su logro personal y el engrandecimiento de la sociedad.

La tendencia actual de la enseñanza se dirige hacia la disminución de la teoría, o complementarla con la práctica. En este campo, existen varios métodos, uno es los medios audiovisuales que normalmente son más accesibles de obtener económicamente y con los que se pretende suprimir las clásicas salas de clase, todo con el fin de lograr un beneficio en la autonomía del aprendizaje del individuo. Otra forma, un tanto más moderno, es la utilización de los multimedios, pero que económicamente por su infraestructura, no es tan fácil de adquirir en nuestro medio, pero que brinda grandes ventajas para los actuales procesos de enseñanza – aprendizaje.

### **El Aprendizaje.**

Este concepto es parte de la estructura de la educación, por tanto, la educación comprende el sistema de aprendizaje. Es la acción de instruirse y el tiempo que dicha acción demora. También, es el proceso por el cual una persona es entrenada para dar una solución a situaciones; tal mecanismo va desde la adquisición de datos hasta la forma más compleja de recopilar y organizar la información.

El aprendizaje tiene una importancia fundamental para el hombre, ya que, cuando nace, se halla desprovisto de medios de adaptación intelectuales y motores. En consecuencia, durante los primeros años de vida, el aprendizaje es un proceso automático con poca participación de la voluntad, después el componente voluntario adquiere mayor importancia (aprender a leer, aprender conceptos, etc.), dándose un reflejo

condicionado, es decir, una relación asociativa entre respuesta y estímulo. A veces, el aprendizaje es la consecuencia de pruebas y errores, hasta el logro de una solución válida. De acuerdo con Pérez Gómez (1992) el aprendizaje se produce también, por intuición, o sea, a través del repentino descubrimiento de la manera de resolver problemas.

Existe un factor determinante a la hora que un individuo aprende y es el hecho de que hay algunos alumnos que aprenden ciertos temas con más facilidad que otros, para entender esto, se debe trasladar el análisis del mecanismo de aprendizaje a los factores que influyen, los cuales se pueden dividir en dos grupos : los que dependen del sujeto que aprende ( la inteligencia, la motivación, la participación activa, la edad y las experiencias previas ) y los inherentes a las modalidades de presentación de los estímulos, es decir, se tienen modalidades favorables para el aprendizaje cuando la respuesta al estímulo va seguida de un premio o castigo, o cuando el individuo tiene conocimiento del resultado de su actividad y se siente guiado y controlado por una mano experta.

En el judo, es la metodología que se aplica en la iniciación de los deportes de contacto como: caídas, desplazamientos agarres, desequilibrios y proyecciones de las técnicas, para que los niños aprendan el control de las caídas y técnicas del judo en una forma sistematizada.

Por interaprendizaje se define la acción recíproca que mantienen, al menos, dos personas, empleando cualquier medio de comunicación, con el propósito de influirse positivamente y mejorar sus procesos y productos de aprendizaje.

La interacción dinámica que sostiene un tutor con el estudiante o un grupo de estudiantes desencadena una relación de intercambio existencial.

La interacción entre pares, en el sentido pedagógico, favorece la óptima relación de los estudiantes entre sí, dando lugar a:

El protagonismo compartido.

La implicación permanente.

La ayuda continua.

La expresión de la máxima capacidad de la autonomía personal.

La corresponsabilidad.

La cooperación participativa y creativa.

La verdadera comunicación

<http://www.psicopedagogia.com/definicion/didactica>

## **Estrategia**

Según Nisbet Schuckermith (1987), estas estrategias son procesos ejecutivos mediante los cuales se eligen, coordinan y aplican las habilidades. Se vinculan con el aprendizaje significativo y con el aprender a aprender. La aproximación de los estilos de enseñanza al estilo de aprendizaje requiere como señala Bernal (1990) que los profesores comprendan la gramática mental de sus alumnos derivada de los conocimientos previos y del conjunto de estrategias, guiones o planes Utilizados por los sujetos de las tareas.

El conocimiento de las estrategias de aprendizaje empleadas y la medida en que favorecen el rendimiento de las diferentes disciplinas permitirá también el entendimiento de las estrategias en aquellos sujetos que no las desarrollen o que no las aplican de forma efectiva, mejorando así sus posibilidades de trabajo y estudio. Pero es de gran importancia que los educadores y educadoras tengan presente que ellos son los responsables de facilitar los procesos de enseñanza y aprendizaje, dinamizando la actividad de los y las estudiantes, los padres, las madres y los miembros de la comunidad.

Es de su responsabilidad compartir con los niños y niñas que atienden, así como con las familias y personas de la comunidad que se involucren.

Educadoras y educadores deben organizar propósitos, estrategias y actividades para aportar sus saberes, experiencias, concesiones y emociones que son las que determinan su acción en el nivel inicial y que constituyen su intervención educativa intencionada. Parten de los intereses de los niños y niñas, identifican y respetan las diferencias y

ritmos individuales e integran los elementos del medio que favorecen la experimentación, la invención y la libre expresión. En esta tarea diferenciadora los niños y niñas reclaman desde lo que sienten y conocen, motivados y motivadas por firma de la libertad que se les ofrece. Por su parte, intervienen con sus emociones, saberes y expresiones culturales y comunitarias específicas en el proceso educativo. Los niños y las niñas construyen conocimientos haciendo, jugando, experimentando; estas estrategias implican actuar sobre su entorno, apropiarse de ellos; conquistarlos en un proceso de inter relación con los demás.

### **Metodológica**

Consideramos que una metodología activa es la forma o manera como los docentes y alumnos organizan aprendizajes significativos desde la programación de contenidos, la ejecución y la evaluación hasta la organización de los ambientes de aprendizaje, estructuración y utilización de materiales educativos y uso óptimo de los espacios y tiempos del aprendizaje manejando capacidades. Asumimos que las estrategias metodológicas son activas cuando se evidencian el manejo de procesos, las capacidades lo son por excelencia en situaciones de aprendizaje. Estos procesos son secuencias sistematizadas de eventos dialécticos implicados en el acto de aprender y enseñar de parte de los estudiantes y maestros como: La observación, identificación, discriminación, establecimiento de relaciones, organización, análisis, inferencia, evaluación, abstracción, conceptualización, las que integradas a la atención, memoria retentiva, comprensión, adquisición, memoria evocativa, reproducción y transferencia mediante comunicación integral que permiten el logro del aprendizaje de las Ciencias Sociales.

En la medida en que docentes y alumnos están involucrados en el proceso enseñanza- aprendizaje es que sustentamos que las estrategias de metodología activa abarcan: Estrategias de enseñanza y estrategias



de aprendizaje: Las primeras inherentes a los maestros y las segundas inherentes a los alumnos.

Las metodológicas permiten identificar principios, criterios y procedimientos que configuran la forma de actuar del docente en relación con la programación, implementación y evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje.

En el nivel inicial, la responsabilidad educativa del educador o la educadora es compartida con los niños y las niñas que atienden, así con las familias y persona de la comunidad que se involucren en la experiencia educativa.

La participación de las educadoras y los educadores se expresa en la cotidianidad de la expresión al organizar propósitos, estrategias y actividades.

Las educadoras y educadores aportan sus saberes, experiencia, concesiones y emociones que son los que determinan su accionar en el nivel y que constituyen su intervención educativa.

Concepto y definición de las estrategias metodológicas de la enseñanza aprendizaje.

Estas estrategias constituyen la secuencia de actividades planificadas y organizadas sistemáticamente, permitiendo la construcción de un conocimiento escolar y, en particular se articulan con las comunidades.

Se refiere a las intervenciones pedagógicas realizadas con la intención de potenciar y mejorar los procesos espontáneos de aprendizaje y de enseñanza, como un medio para contribuir a un mejor desarrollo de la inteligencia, la afectividad, la conciencia y las competencias para actuar socialmente en la experiencia educativa.

<http://www.buenastareas.com/ensayos/Hacia-Un-Concepto-De-Estrategias-Metodol%C3%B3gicas/492378.html>

## **Didáctica**

La didáctica es el arte de enseñar o dirección técnica del aprendizaje. Es parte de la pedagogía que describe, explica y fundamenta los métodos más adecuados y eficaces para conducir al educando a la progresiva adquisición de hábitos, técnicas e integral formación. La didáctica es la acción que el docente ejerce sobre la dirección del educando, para que éste llegue a alcanzar los objetivos de la educación. Este proceso implica la utilización de una serie de recursos técnicos para dirigir y facilitar el aprendizaje. (Cecilia A. Morgado Pérez.)

La Didáctica es el campo disciplinar de la pedagogía que se ocupa de la sistematización e integración de los aspectos teóricos metodológicos del proceso de comunicación que tiene como propósito el enriquecimiento en la evolución del sujeto implicado en este proceso. (Dra. Novia Álvarez Aguilar)

Es el proceso de interacción comunicativa entre sujetos y actores educativos implicados en el quehacer pedagógico, que posibilita a través de la investigación, el desarrollo de acciones transformadoras para la construcción de un saber pedagógico como aporte al conocimiento. (Hermes de Jesús Henríquez Algarín)

El arte de saber explicar y enseñar con un mayor número de recursos para que el alumno entienda y aprenda. Se explica para que el alumno entienda (primer contacto con el conocimiento), se ensaña para que el alumno aprenda (Que asimile, que lo haga suyo). (Javier Ramírez)

Es una disciplina de la enseñanza del conocimiento cuyo objetivo es el entendimiento, mediante unos principios pedagógicos encaminada a una mejor comprensión de las ciencias. (Jaime Eugenio Toro Gaviria)

Es una ciencia y un arte que contribuye en el proceso enseñanza aprendizaje aportando estrategias educativas que permiten facilitar el aprendizaje.

<http://www.psicopedagogia.com/definicion/didactica>

## **Docencia**

La meta primordial de la docencia en forma de investigación procura realizar un hábil desarrollo de aquella conciencia de la manera de aprender; no se orientaría, por lo tanto, en primer término hacia el abordaje de determinados objetos de estudio, sino hacia el desarrollo de la habilidad de enseñar a aprender. Este es, quizá, el mayor reto que enfrenta el docente tanto en su proceso formativo como en su práctica concreta. La actitud del docente será, en todo momento, la de hacer que el estudiante actúe siempre por sí mismo: que vuestro alumno, decía Rousseau, no sepa algo porque se lo habéis dicho, sino porque lo haya comprendido por sí mismo; que no aprenda la ciencia, sino que la cree, que viva su proceso y devenir.

En toda experiencia de enseñanza-aprendizaje que busque comprender y explicar la tarea docente, no pueden interesar solamente los resultados, sino el proceso que lleva a ellos. Si bien son importantes las evidencias de aprendizaje, lo verdaderamente formativo es la posibilidad de recrear las experiencias significativas en las nuevas situaciones de aprendizaje.

El maestro debe hacer que todo lo que diga surja, en la medida de lo posible, delante de los oyentes; no debe contar lo que sabe, sino reproducir su propio acto de conocer, para que ellos no acumulen solamente conocimientos y ejerciten la especulación haciendo gimnasia intelectual, sino que pongan en juego, siempre, en forma inmediata, la actividad de la razón en la producción del conocimiento y, al ejercitarla, la recreen.

En este mismo orden de ideas, cabe preguntarse: ¿cómo impartir la enseñanza universitaria científica, que tan esencial e indispensable es para toda formación académica profesional? Podemos contestar esta pregunta con una sencilla sentencia y de sentido muy evidente: tenemos

que impartir los conocimientos científicos reconstruyendo el proceso histórico de su adquisición.

Según lo expuesto, profesores y estudiantes trabajan conjuntamente, y sin esta conjunción de metas y esfuerzos, donde se compartan responsabilidades, la tarea docente no podrá promover una formación académica que satisfaga demandas y expectativas de los estudiantes y de la sociedad.

Así, en la propuesta de docencia en forma de investigación, el profesor requiere estar fundamentado en un marco teórico congruente con una metodología de la investigación, una sólida formación disciplinaria y tener como marco una sólida cultura general. Su misión es además de compleja, ambiciosa: desarrollar las habilidades auto formativas latentes en el estudiante, así como alentar su poder creador.

Una tarea docente con estas características ha de poner cimientos firmes para poder edificar sobre ellos nuevos conocimientos, promover formas de pensar y de problematizar sin precedentes y hacer que hasta lo que se transmite se redimensione y adquiera rasgos de recreación.

La docencia, desde esta perspectiva, conlleva a la construcción y/o recreación del conocimiento, tiene su manifestación principal en una visión renovada y crítica del proceso de enseñanza-aprendizaje. En este proceso, si bien se requiere un encuadre institucional, una propuesta plasmada en el currículum y una conducción ejercida por el profesor, lo verdaderamente importante es propiciar un espacio en el que el profesor aprenda a la vez que enseñe y el alumno enseñe a la vez que aprenda.

El aprendizaje del alumno consiste en la aprehensión del conocimiento en la lógica de la construcción del mismo; el aprendizaje del profesor consiste en descubrir el proceso de construcción del conocimiento por los alumnos con el fin de transformar su propia estrategia docente y propiciar las condiciones para que ésta se lleve a cabo.

Formar significa de este modo descubrir, desentrañar, explicitar los alcances, aptitudes y posibilidades que tiene el estudiante con el fin de

desarrollarlas, promoverlas y estimularlas, y, que, de esta manera, se conviertan en herramientas e instrumentos para su propio desarrollo personal.

Este punto de vista es importante en cuanto a la naturaleza del aprendizaje y su transferencia, éste será más real si se aprende en forma apropiada, es decir, de acuerdo con las condiciones favorables que prevalezcan en este proceso. Para ciertas teorías psicológicas esto es cierto a tal grado que el aprender adecuadamente, en condiciones óptimas, lleva a aprender el modo de aprender. Bruner afirma que el primer objetivo de cualquier acto de aprendizaje, además del placer que pueda causar, es que nos sirva en el futuro. El aprendizaje no sólo debe conducirnos a alguna parte, sino permitirnos seguir todavía más allá con mayor facilidad, y si fuera posible, con satisfacción.

El dominio de las ideas fundamentales de un campo de conocimiento abarca no sólo la comprensión de los principios generales, sino también el desarrollo de una actitud hacia el aprendizaje y la indagación, hacia la conjetura y las corazonadas, específicamente, hacia la posibilidad de resolver problemas, que es la esencia misma de toda tarea de investigación.

Los que hemos trabajado en planes y programas de estudio de ciencias exactas y naturales, consideramos que es posible presentar la estructura fundamental de una disciplina, en tal forma que se conserven algunas de las secuencias estimulantes que conduzcan al estudiante a descubrir, por sí mismo, tanto el objeto como la senda y los resultados del conocimiento investigado.

Así, el contenido de una disciplina cualquiera debe determinarse por el entendimiento fundamental que pueda lograrse de las ideas básicas o principios subyacentes que dan estructura y significado a dicha disciplina. El enseñar tópicos o habilidades específicos sin poner en claro su contexto en la más amplia estructura de un conocimiento, es cosa antieconómica en varios sentidos profundos:

Tal enseñanza hace excesivamente difícil para el estudiante generalizar a partir de lo aprendido con anterioridad. El aprendizaje que no ha propiciado captar las ideas esenciales es poco proclive a fomentar un estímulo intelectual.

El verdadero aprendizaje no únicamente incide en el aspecto intelectual, en el uso del raciocinio, como suele ser postulado por muchas de las teorías psicológicas que permean el debate educativo. Aprender, desde la perspectiva de la psicología social, específicamente, desde la perspectiva de Bleger, significa un cambio y una transformación en las pautas de conducta. Es decir, en las formas de pensar, de sentir y de actuar del individuo, lo que involucra al ser humano en su totalidad. Esto le da una dimensión más comprensiva y profunda al acto de aprendizaje y, más aun, un reconocimiento a la complejidad del proceso educativo.

La intención de la docencia en forma de investigación consiste en que en la práctica docente universitaria todo se someta a cuestionamiento y reflexión, que se comuniquen y se discutan proyectos, se analicen resultados, se prueben y comprueben hechos; en una palabra, que se introduzca rigor teórico y metodológico.

En lo que respecta al papel activo del alumno en su proceso de aprendizaje, se busca la constancia en el trabajo, la agudeza en la observación, la inventiva creadora, la claridad de planteamientos, el rigor en la búsqueda, la concisión expositiva, la interpretación de resultados y la solución de problemas.

Con esta propuesta se busca que el estudiante cobre conciencia y asuma su responsabilidad como sujeto de su propio aprendizaje y que no espere, pasiva y únicamente, a ser enseñado y evaluado por un docente o una institución, esta actitud paternalista y dependiente del proceso educativo desdice mucho acerca del compromiso que el estudiante necesita asumir en su proceso formativo. Es indudable que esta caracterización de un alumno consciente, responsable, crítico y creativo sólo se conseguirá a través de un proyecto educativo sólidamente fundamentado, de una

planta docente que reúna las condiciones de contratación, de promoción, de superación académica, de remuneración digna y de una política institucional clara de formación de profesores y de profesionalización de la docencia. Por ello, la mejor docencia para la formación de universitarios (profesores, investigadores y técnicos) capaces de enfrentar con solvencia académica los problemas que entraña una práctica profesional cada vez más incierta y competitiva, es la que proponemos con el nombre de docencia en forma de investigación, misma que se requiere sustituir en la universidad de hoy por la anquilosada docencia en forma de repetición, aunque se encubra a ésta con el atuendo de nuevos métodos y complejos recursos tecnológicos para enseñar a repetir mejor lo repetido. La docencia, fundamentalmente, se basa en utilizar las técnicas y estrategias de investigación y en practicar las habilidades intelectuales del investigador en la búsqueda del conocimiento y de los métodos básicos para allegarse la información necesaria dentro de una rama del saber. Si bien la investigación pura o básica no es tarea a la que se dedicarán todos los estudiantes, sí es posible usar numerosos recursos, procedimientos, planteamientos, sistemas de trabajo, etcétera, en la tarea docente y ejercitar al estudiante común y corriente en esas técnicas y modalidades de la investigación para que él desarrolle sus capacidades en la tarea de encontrar él mismo, por sí mismo, el conocimiento.

Esta práctica educativa cotidiana de apropiarse de los instrumentos metodológicos y técnicos de la investigación, transferirá los hábitos forjados en la docencia en forma de investigación, a otros campos del ejercicio profesional, de la enseñanza, la ciencia aplicada o la misma investigación pura, si ese fuera el caso. Es decir, se trata de propiciar propedéuticamente un proceso formativo desde los primeros años de estudio. Naturalmente, en esta forma de búsqueda el estudiante no transita solo. Va en primer lugar dirigido y orientado por el propio docente, y, además, tiene la colaboración de sus demás compañeros de clase

(esto si en la estrategia pedagógica al grupo se le toma en cuenta en el acto de aprender) y él mismo interactúa con sus compañeros.

En este planteamiento pedagógico está presente una noción de aprendizaje grupal, cuya estrategia metodológica implica reconocer la necesidad de apoyarse en una teoría de grupo, que conciba a éste, como decíamos antes, no únicamente como objeto de enseñanza, sino, esencialmente, como sujeto de aprendizaje.

<http://bibliotecadigital.conevyt.org.mx/servicios/hemeroteca/reencuentro/no26/Docencia/invest.htm>



## **2.6. Hipótesis.**

**H1:** La elaboración de una “Estrategia metodológica influye en el interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha.

**Ho:** La elaboración de una “Estrategia metodológica no influye en el interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha.

## **2.7. Señalamiento de Variables.**

**Variable Independiente:** Técnicas básicas del Judo

**Variable dependiente:** Interaprendizaje

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Enfoque investigativo**

La investigación se ubicó en el paradigma crítico-propositivo; crítico porque analizó la realidad en el lugar de los hechos, y propositiva porque busca plantear alguna solución al problema.

Es cualitativa porque se va a valorar la capacitación de los docentes de Cultura Física lo que influye en el conocimiento de las técnicas básicas del judo en el proceso de interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha.

Es cuantitativa debido a que se utilizan procesos matemáticos (datos estadísticos) para interpretar los datos que arrojaran las encuestas de la investigación.

#### **3.2.- Modalidad Básica de la Investigación**

##### **Investigación Bibliográfica Documental**

El presente trabajo de investigación es bibliográfico y documental, debido a que ha permitido revisar, analizar, sintetizar, ampliar, profundizar y comparar diferentes puntos de vista de varios autores, teorías, criterios y temas referentes a: “Estrategias metodológicas para el interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha.

##### **Investigación de Campo**

Según Víctor Hugo abril Porras (2003:55). La investigación de campo es la actividad en el lugar en que se producen los acontecimientos. En esta

modalidad el investigador toma contacto en forma directa con la realidad, para obtener información de acuerdo con los objetivos del proyecto.

El presente trabajo de investigación se realizó en: El Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, en base a encuestas y entrevistas con las autoridades del colegio, los docentes y estudiantes.

### **3.3.-Nivel o tipo de Investigación**

En el presente trabajo investigativo se utilizó los siguientes niveles

**Exploratorio:** Esta nivel es importante en la investigación por ser un tema que no se ha investigado anteriormente, fue necesario identificar el problema para ponerlo en un contexto en particular y de esta manera dar una solución óptima.

**Descriptivo:** Es necesario describir, y especificar a los niños que ellos serán los beneficiarios implícitos para utilizar una estrategia metodológica adecuada para el interaprendizaje del judo en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha. Que fueron verificadas a través de las encuestas a los docentes de Cultura Física, Y las autoridades del mismo, producto de una investigación cualitativa y cuantitativa para cumplir con los objetivos propuestos.

### **3.4.- Población y Muestra**

La muestra, es una parte o subconjunto representativo de la población, y se procedió a aplicar un muestreo probabilístico, utilizando el método aleatorio simple en donde son tomadas al azar, de entre la totalidad del universo sin consideraciones de ninguna clase, obteniendo los mejores resultados y los más óptimos. En esta investigación se empleara entrevistas y se diseñara las respectivas encuestas. La aplicación de la encuesta se la realiza a las autoridades del Colegio, a los docentes en Cultura Física, y estudiantes del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito.

La población está conformada por:

POBLACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Autoridades del Colegio	2	1.6%
Docentes	23	18.4%
Estudiantes	75	80%
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Investigador

Datos:

n = Tamaño de la muestra

N = Población

P = Probabilidad de ocurrencia 0,5

q = Probabilidad de no ocurrencia 0,5

E = El error admitido será 5% = 0,05

K = 2

FORMULA: Aleatoria simple

$$n = \frac{N \times p \times q}{(N-1) \times (E/K)^2 + p \times q}$$

$$n = \frac{180 \times 0,5 \times 0,5}{(159-1) \times (0,05/2)^2 + 0,5 \times 0,5}$$

$$n = \frac{45}{0,45} \quad n = 100$$

$$n = \frac{45}{0,45} \quad n = 100$$

$$n = \frac{45}{0,45} \quad n = 100$$

**Respuesta:** La muestra con la que se trabajo es de 100 personas, autoridades, docentes y estudiantes del Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito

### 3.5.- Operacionalizacion de las Variables

<b>Variable Independiente:</b> Técnicas Básicas del Judo				
<b>CONCEPTO</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ÍTEMS</b>	<b>TÉCNICAS</b>
Técnicas básicas del judo, es todo el procedimiento para el interaprendizaje del judo, en una forma sistematizada, la que busca mejorar la actitud, el conocimiento, sus habilidades y las conductas de los niños.	<p>Técnicas Básicas</p> <p>Forma sistematizada</p> <p>Conocimiento de las habilidades</p>	<p>Fundamentos básicos del judo.</p> <p>Saludos: De pie y sentados.</p> <p>Caídas: Atrás adelante. Costados.</p>	<p>¿El conocimiento de una estrategia metodológica ayuda en la enseñanza del judo?</p> <p>¿Los docentes de Cultura Física aplican estrategias metodológicas adecuadas para la enseñanza del judo?</p> <p>¿El conocimiento de los fundamentos en el interaprendizaje del judo es necesario en los docentes de Cultura Física?</p> <p>¿A usted le explican el objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?</p> <p>¿Usted sabe en qué momento se utiliza una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?</p>	<p>Entrevista.</p> <p>Guía de preguntas</p> <p>Fichas de Observación.</p>

<b>Variable dependiente: Interaprendizaje</b>				
<b>CONCEPTO</b>	<b>CATEGORÍA</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ÍTEMS BÁSICOS</b>	<b>TÉCNICAS INSTRUMENTOS</b>
Interaprendizaje del judo, es la metodología que se aplica en la iniciación de los deportes de contacto como: caídas, desplazamientos agarres, desequilibrios y proyecciones de las técnicas, para que los niños aprendan el control de las caídas y técnicas en el judo en una forma sistematizada.	Fases  Motivación de logro  Configuración del interaprendizaje del judo.	Caídas y técnicas básicas del judo.  Ejecución de las técnicas básicas.  Definir las recompensas premios y castigos	¿Cómo ayudan las fases en la enseñanza del judo? ¿De qué forma en el entrenamiento del judo se motivan los niños? ¿Las recompensas son una buena opción para mejorar el interaprendizaje del judo? ¿Puede usted enseñar las técnicas básicas del judo? ¿Está capacitado para enseñar las técnicas básicas del judo?	Entrevista Encuesta Guía de preguntas Cuestionarios. Fichas de Observación.

### 3.6.- Plan de recolección de la Información.

<b>PREGUNTAS</b>	<b>EXPLICACIÓN</b>
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos propuestos en la presente investigación
¿A qué personas está dirigido?	Autoridades, docentes y estudiantes
¿Sobre qué aspectos?	Sobre las estrategias metodológicas.
¿Quién investiga?	Investigador: Hugo Rosales
¿Cuándo?	Septiembre 2012 – Junio 2013
¿En dónde?	Colegio Comandante General Atahualpa
¿Cuántas veces?	Una
¿Qué técnica de recolección?	Encuestas- entrevistas
¿Con qué?	Cuestionarios
¿En qué institución?	En el Colegio Particular General Comandante Atahualpa porque existió la colaboración de parte de los involucrados

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Investigador

Para dar solución a este tema de investigación, es de vital importancia establecer ciertas estrategias metodológicas que permitirán de manera clara y precisa orientar el desarrollo del tema planteado.

La base de este proceso de investigación se sustentará en la utilización de dos técnicas: la bibliográfica y la del trabajo, la primera dedicada a

escoger información conceptual localizada en libros, periódicos, revistas, folletos, internet y documentos varios; la segunda nos brinda información de primera fuente mediante la observación, la encuesta etc.

Estos datos nos permitirán tener una visión general del hecho o fenómeno a investigarse para lo cual utilizaremos investigación aplicada en virtud de poder alcanzar la interpretación cualitativa de las causas y consecuencias del fenómeno en estudios apoyados en los métodos inductivo y deductivo, los mismos que nos permitirán comprobar o modificar el hecho investigado.

El universo de esta investigación serán las autoridades del colegio, docentes y estudiantes.

El tipo de muestreo que se utilizó fue no probabilístico decisonal en donde para seleccionar los elementos de la muestra se tuvo el criterio del investigador, quien decidió en forma justificada, quienes conforman la muestra. Se realizó a hombres como mujeres de los diferentes grados del Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito.



### **3.7. Plan de Procesamiento de la Información**

Se revisará y analizará la información recogida es decir se implementará la limpieza de la información defectuosa, contradictoria, incompleta y en algunos casos no pertinentes.

Se tabularán los cuadros según las variables y según la hipótesis que se propuso y se representará gráficamente.

Se analizará los resultados estadísticos de acuerdo a los objetivos e hipótesis planteada.

Se interpretará los resultados con el apoyo del marco teórico.

Se comprobará y se verificará la hipótesis.

Se establecerán las respectivas conclusiones y recomendaciones

## CAPÍTULO IV

### 4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Análisis de los resultados

##### 4.1.1. Tabulación de las encuestas realizadas a los estudiantes

1.- ¿Cree usted importante que los estudiantes aprendan las técnicas básicas del judo?

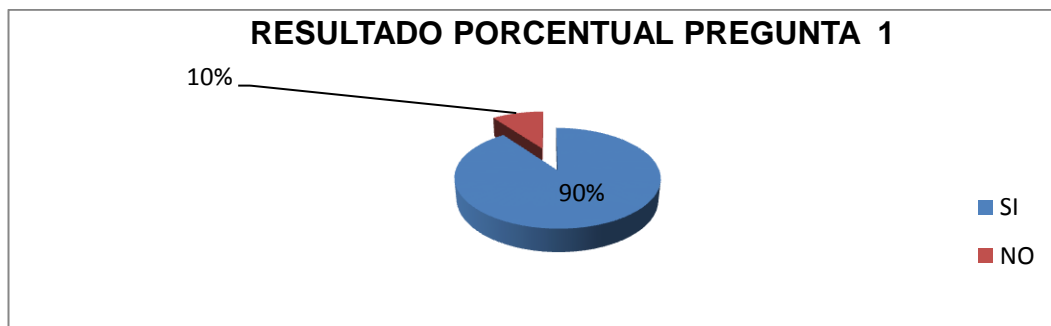
Tabla IV - 1. Técnicas básicas del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	90	90%
No	10	10%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

Gráfico IV - 1. Técnicas básicas del judo.



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

#### Análisis e Interpretación:

De los 90 estudiantes encuestados que corresponde al 90%, considero, que es importante que los estudiantes conozcan las técnicas básicas del judo, el 10% manifestó que no, por lo tanto se necesita una propuesta para el interaprendizaje del judo

## 2.- ¿Conoce usted alguna de las técnicas básicas del judo?

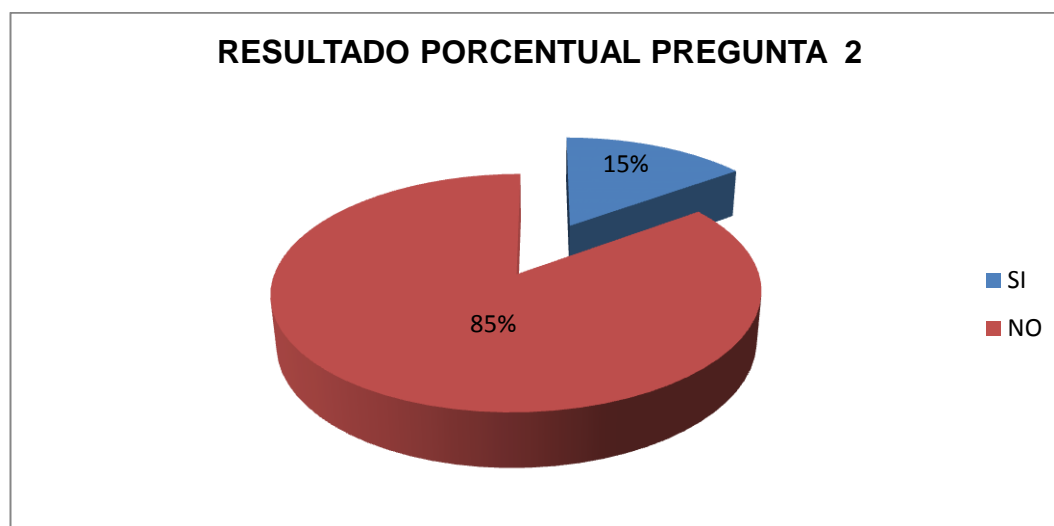
**Tabla IV – 2** Técnicas básicas del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	15	15%
No	85	85%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 2** Técnicas básicas del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

### **Análisis e Interpretación:**

De los 100 estudiantes encuestados 15 representan al 15% consideraron que si conocen los las técnicas básicas del judo, mientras que los 85 estudiantes que corresponde al 85 % respondieron que no conocen alguna de las técnicas básicas del judo. Este resultado es una clara muestra de la ausencia de conocimientos que es la base para la iniciación del judo

**3.- ¿Sabe usted que las técnicas básicas del judo mejorarían la creatividad, espontaneidad y realización personal?**

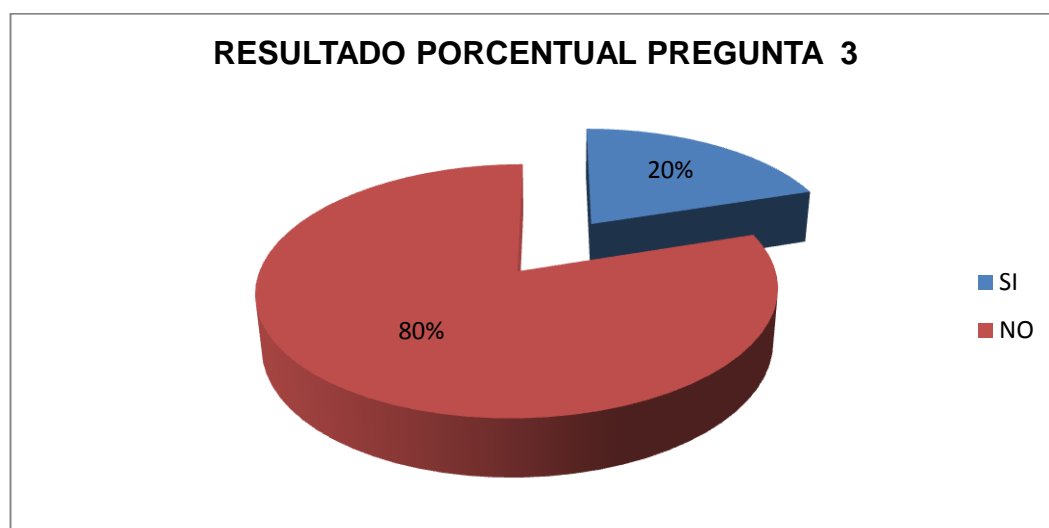
**Tabla IV – 3** Técnicas básicas del judo mejorarían la creatividad, espontaneidad y realización personal

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	20	20%
No	80	80%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV -3** Técnicas básicas del judo mejorarían la creatividad, espontaneidad y realización personal



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Análisis e Interpretación**

De los 100 encuestados el 20% corresponde a 20 estudiantes contestaron que si conocen el beneficio de hacer un deporte como es el judo, mientras que los 80 niños que representan el 80% de los encuestados manifestaron que no conocen claramente los beneficios del judo.

#### 4.- ¿Conoce usted en el colegio de alguna estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?

**Tabla IV – 4** Estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	100	100%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 4** Estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

#### **Análisis e Interpretación**

De los 100 encuestados, el 100%, contestaron que no tienen conocimiento de una estrategia metodológica. Por lo tanto se requiere de una estrategia metodológica constante para los docentes de Cultura Física para el interaprendizaje del judo.

## 5.- ¿Le gustaría que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?

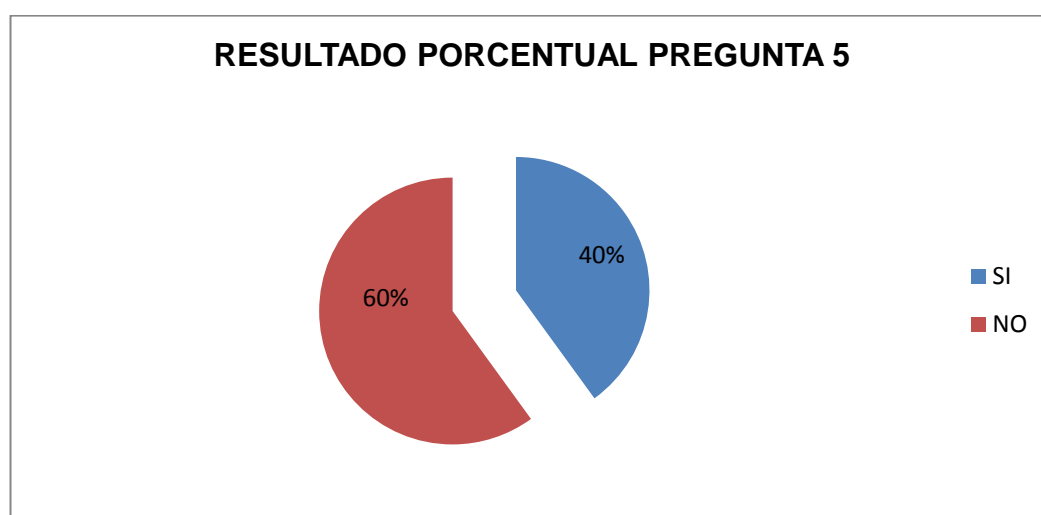
**Tabla IV – 5** Estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	40	40%
No	60	60%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 5** Estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

### **Análisis e Interpretación**

El 60% corresponde a los 60 estudiantes los que consideraron que quieren conocer sobre una estrategia metodológica, para aprender judo, mientras que el 40% que son 40 estudiantes respondieron, que no tienen el conocimiento adecuado para el interaprendizaje del judo. Es evidente que se necesita de una propuesta para dar solución a este problema

**6.- ¿A usted le explican el objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

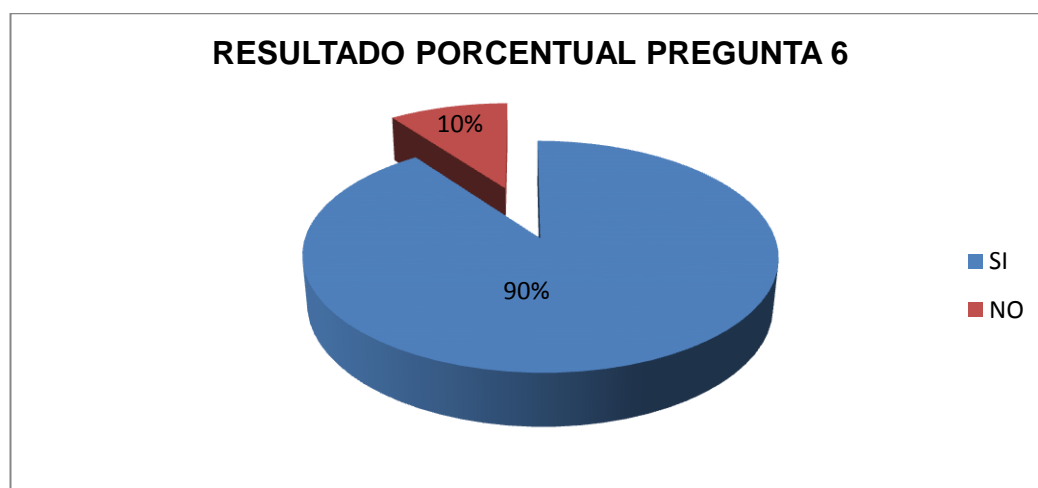
**Tabla IV – 6** Objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	90	90%
No	10	10%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 6** Objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Análisis e Interpretación**

De los 100 encuestados, 90 corresponden al 90%, manifestaron que es necesario saber el objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo, 10 encuestados que es el 10% consideraron que no, de forma categórica, por lo que es indispensable el interaprendizaje del judo a los estudiantes.

**7.- ¿Usted sabe en qué momento se utiliza una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

**Tabla IV – 7** En qué momento se utiliza una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	0	0%
NO	100	100%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 7** En qué momento se utiliza una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Análisis e Interpretación**

De los 100 encuestados, 100 corresponden al 100%, manifestaron que es necesaria una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo a los estudiantes.



**8.- ¿Le enseñan a usted la teoría de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

**Tabla IV – 8** Teoría de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	0	0%
NO	100	100%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 8** Teoría de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Análisis e Interpretación**

Los 100 encuestados, corresponden al 100%, manifestaron que desconocen de la teoría de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo a los estudiantes.

**9.- ¿Le ayudaría a mejorar su estado físico si tiene conocimiento de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

**Tabla IV –9** Conocimiento de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	100	100%
NO	0	0%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 9** Conocimiento de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Análisis e Interpretación**

Los 100 encuestados, corresponden al 100%, manifestaron que mejoraría su estado físico si tiene conocimiento de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

**10.- ¿Le parece que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo?**

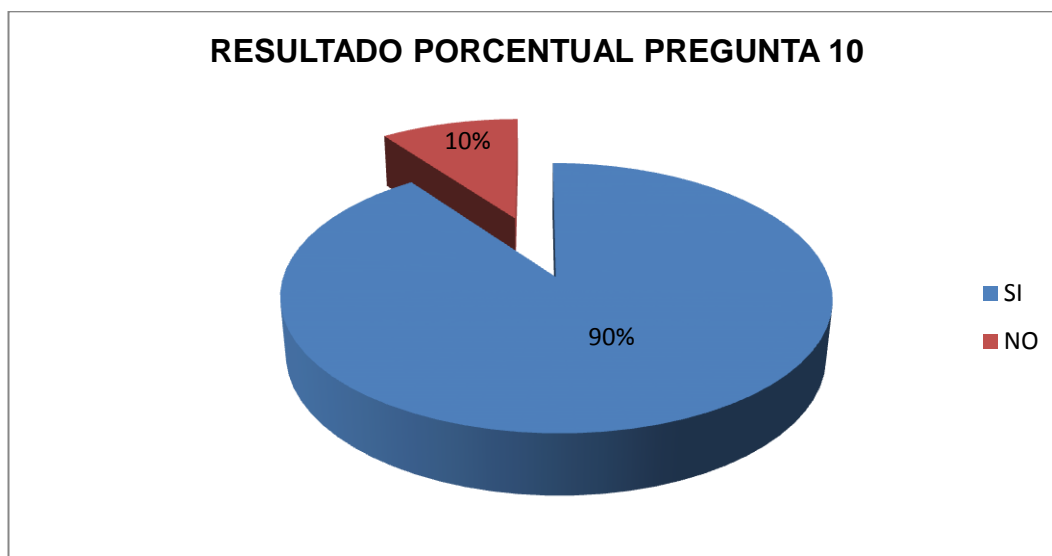
**Tabla IV – 10** Una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	90	90%
NO	10	10%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Gráfico IV – 10** Una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

**Análisis e Interpretación**

Los 90 estudiantes corresponden al 90%, manifestaron que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo, los 10 estudiantes que son el 10% desconocen de que sea buena una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo a los estudiantes.

**4.1.2. Tabulación de las encuestas realizadas a los docentes del Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito, provincia de Pichincha**

**.1- ¿Puede usted enseñar las técnicas básicas del judo?**

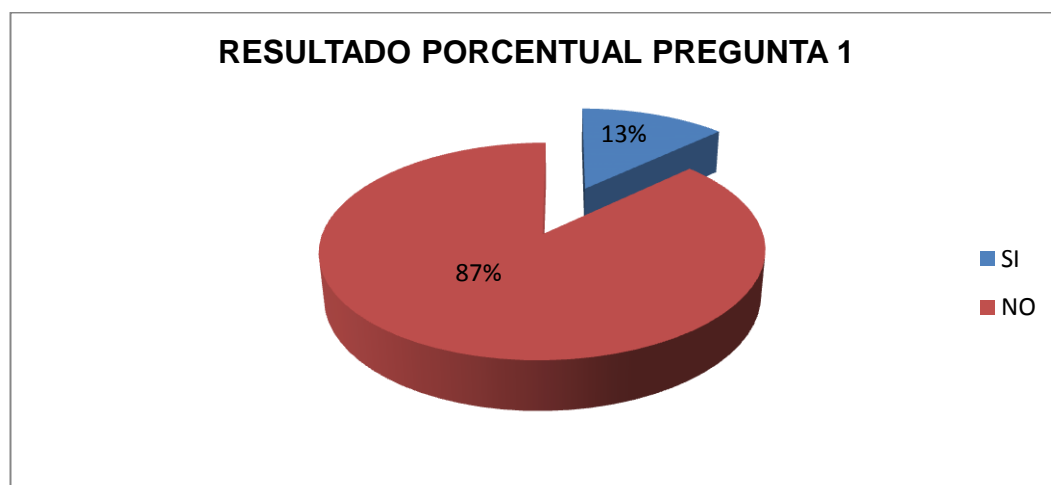
**Tabla IV – 11 Enseñar las técnicas básicas del judo**

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	3	13%
No	20	87%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 11 Enseñar las técnicas básicas del judo**



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Análisis e Interpretación**

De los 23 docentes encuestados, 3 dicen que si (13%), los otros 20 dicen que no (87%), por lo que considero importante que los docentes conozcan las técnicas básicas del judo, para el interaprendizaje.

## 2.- ¿Está capacitado para enseñar las técnicas básicas del judo?

**Tabla IV – 12** Capacitado para enseñar las técnicas básicas del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	23	100%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 12** Capacitado para enseñar las técnicas básicas del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

### **Análisis e Interpretación:**

De los 23 docentes encuestados que son el 100%, ninguno está capacitado para enseñar las técnicas básicas del judo.

### 3.- ¿Conoce usted los fundamentos de las técnicas básicas del judo?

**Tabla IV – 13** Fundamentos de las técnicas básicas del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	23	100%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 13** Fundamentos de las técnicas básicas del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

#### **Análisis e Interpretación:**

De los 23 docentes encuestados que son el 100%, ninguno tiene conocimiento de los fundamentos del judo, por consiguiente el interaprendizaje es cero.

#### 4.- ¿Sabe usted de la filosofía de las Artes Marciales?

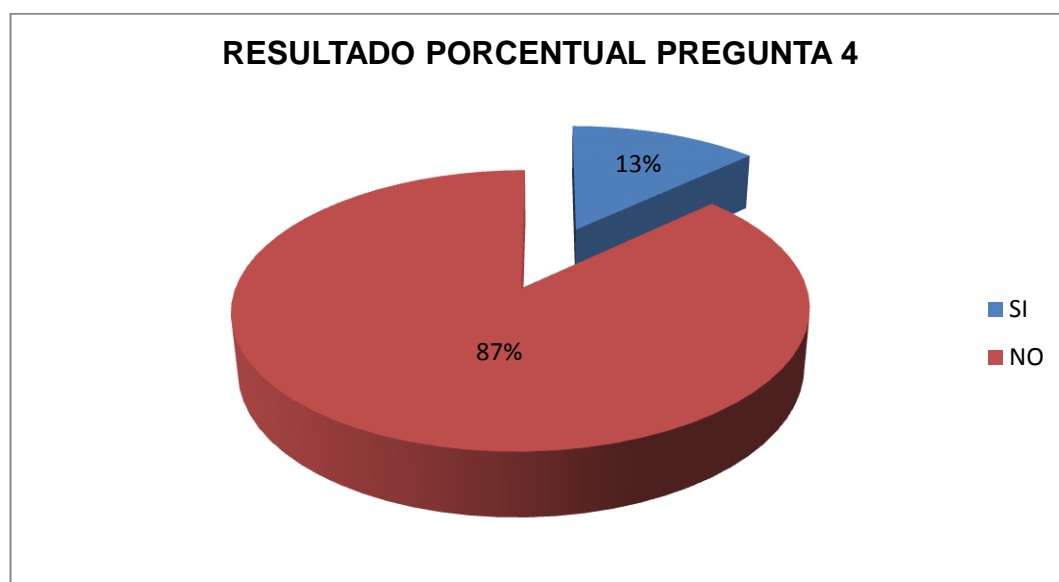
Tabla IV – 14 Filosofía de las Artes Marciales

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	3	13%
No	20	87%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

Gráfico IV -14 Filosofía de las Artes Marciales



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

#### Análisis e Interpretación:

De los 23 docentes encuestados, 3 (13%), dicen que si conocen la filosofía de las Artes Marciales (13%), los otros 20 dicen que no (87%), es importante que los docentes conozcan la filosofía del judo, para el interaprendizaje..

**5.- ¿Les gustaría que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

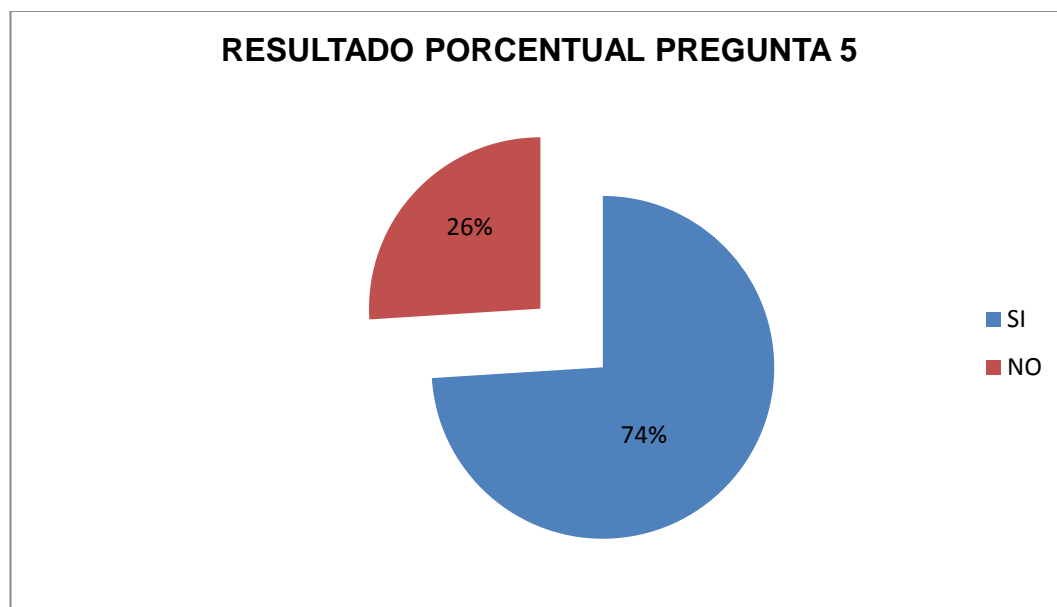
**Tabla IV – 15** Estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	17	74%
No	6	26%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 15** Estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Análisis e Interpretación:**

El 74% corresponde a 17 docentes, el 26% que son 6 docentes no lo cree necesario la mayoría están de acuerdo en que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo, Es evidente que se necesita de una propuesta para dar solución a este problema



## 6.- ¿Los docentes de Cultura Física tienen que ser especializados en cada deporte?

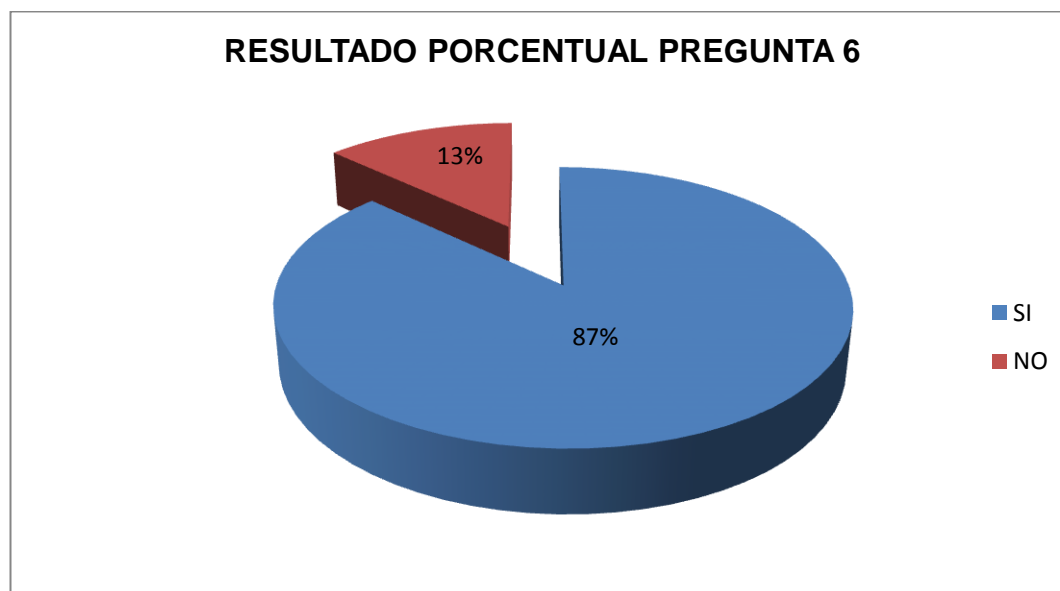
**Tabla IV – 16** Especializados en cada deporte

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	20	87%
No	3	13%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 16** Especializados en cada deporte.



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

### **Análisis e Interpretación**

De los 23 docentes encuestados el 20 (87%),3 (13%), opinan que no es necesario, pero la mayoría están de acuerdo en que Los docentes de Cultura Física tienen que ser especializados en cada deporte. Y.

**7.- ¿Al realizar una práctica deportiva los estudiantes realizan un calentamiento específico en cada deporte?**

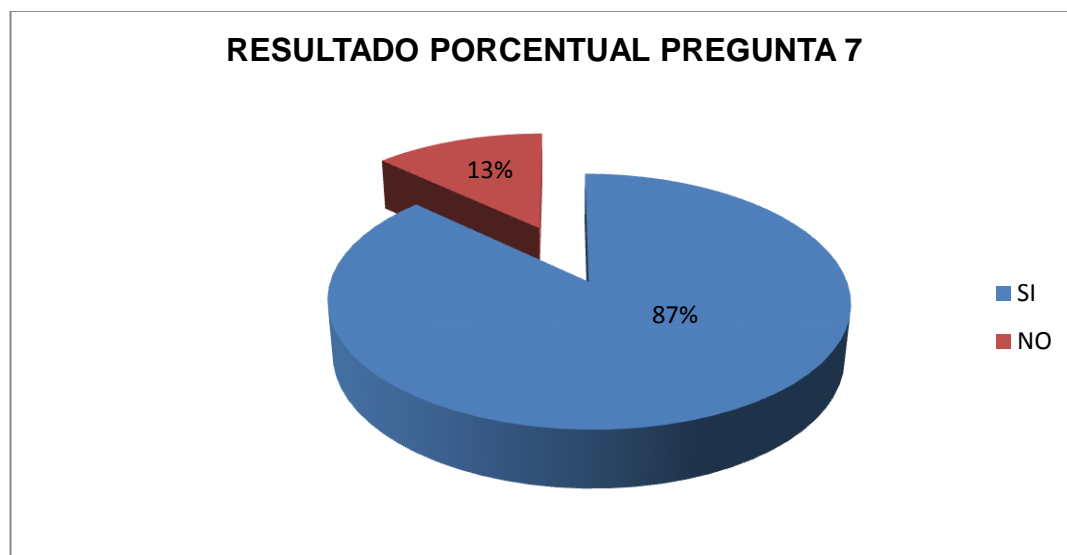
**Tabla IV – 17** Calentamiento específico en cada deporte

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	20	87%
NO	3	13%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 17** Calentamiento específico en cada deporte.



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Análisis e Interpretación**

El 20 (87%) están de acuerdo, 3 (13%), opinan que el calentamiento es general. Y que Los docentes de Cultura Física al realizar una práctica deportiva deben realizar un calentamiento específico para cada deporte.

## 8.- ¿Conoce usted sobre pedagogía deportiva?

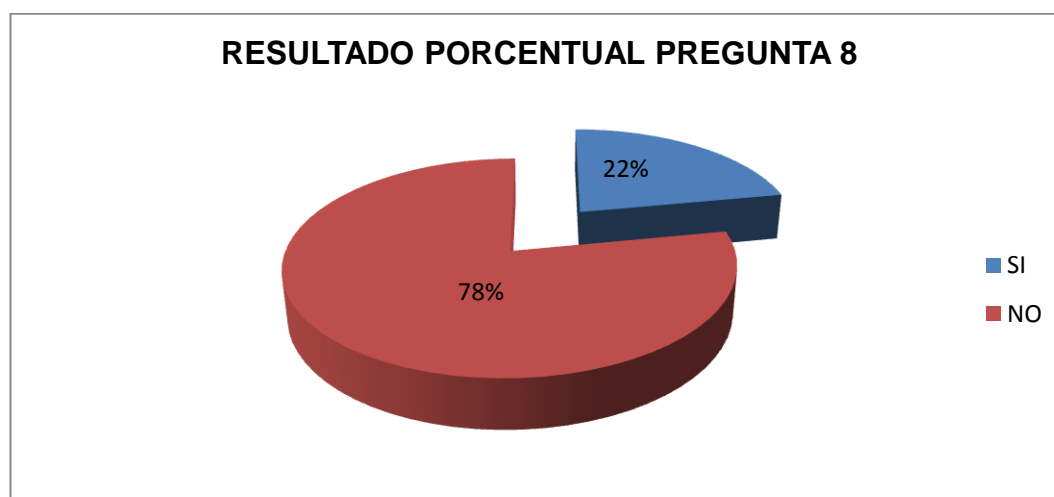
**Tabla IV – 18** Conocimiento en Pedagogía deportiva

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	5	22%
NO	18	78%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 18** Conocimiento en pedagogía deportiva



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

### **Análisis e Interpretación**

Solo 5 docentes (22%) tienen conocimiento de lo que es la pedagogía deportiva, los 18 (78%) restantes no tienen conocimiento de la pedagogía deportiva.

### 9.- ¿El colegio capacita a los docentes de Cultura Física en judo o Artes Marciales?

**Tabla IV – 19** Docentes de Cultura Física en judo o Artes Marciales

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	0	0%
NO	23	100%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 19** Docentes de Cultura Física en judo o Artes Marciales



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

### **Análisis e Interpretación**

Son 23 docentes (100%), a ninguno el colegio les ha capacitado en artes Marciales. Por lo que es necesario crear una estrategia metodológica para que tengan una orientación del mismo.

**10.- ¿Le parece que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo?**

**Tabla IV – 20** Una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	23	100%
NO	0	0%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Gráfico IV – 20** Una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

**Análisis e Interpretación**

Los 23 que son el (100%), están de acuerdo en que una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo a los docentes es de gran ayuda.

#### 4.1.4. Tabulación de las encuestas realizadas a las Autoridades del Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito.

##### 1.- ¿Revisa usted las planificaciones de Cultura Física?

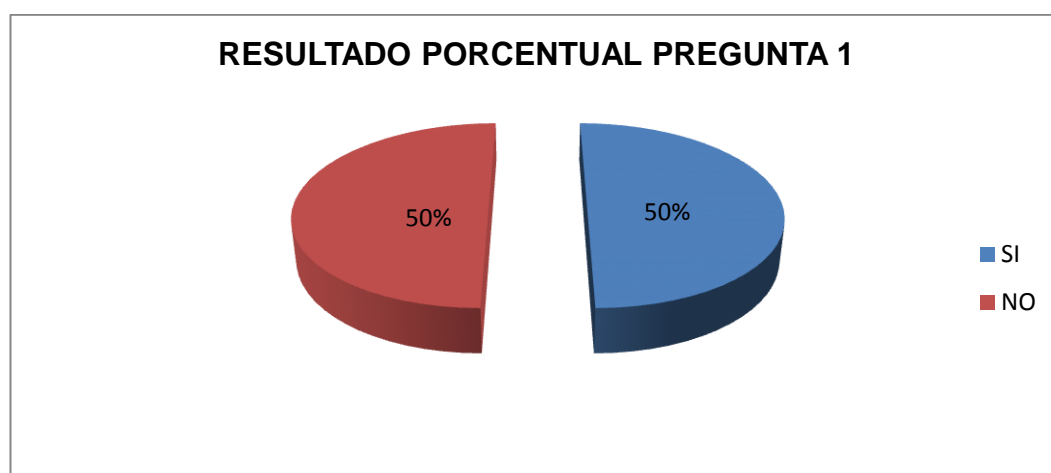
**Tabla IV – 21** Planificaciones de Cultura Física

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	1	50%
No	1	50%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 21** Planificaciones de Cultura Física



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

#### **Análisis e Interpretación**

Los dos encuestados, el uno dice que si (50%), el otro que no (50%), por lo que considero, importante que las autoridades de la institución pongan más empeño en la dualidad de sus funciones.

## 2.- ¿Controla usted los planes de clase de los docentes de Cultura Física?

**Tabla IV – 22** Planes de clase de los docentes de Cultura Física

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	2	100%
No	0	0%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 22** Planes de clase de los docentes de Cultura Física



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### **Análisis e Interpretación**

De los 2 encuestados, (100%), están de acuerdo en que si controlan los planes de clase de los docentes de Cultura Física

### 3.- ¿Usted evalúa las planificaciones?

**Tabla IV – 23** Evalúa las planificaciones

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	2	100%
No	0	0%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 23** Evalúan las planificaciones



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### **Análisis e Interpretación**

De los 2 encuestados, (100%), están de acuerdo en que si evalúan las planificaciones.



#### 4.- ¿Exige las planificaciones actualizadas a los docentes de Cultura Física?

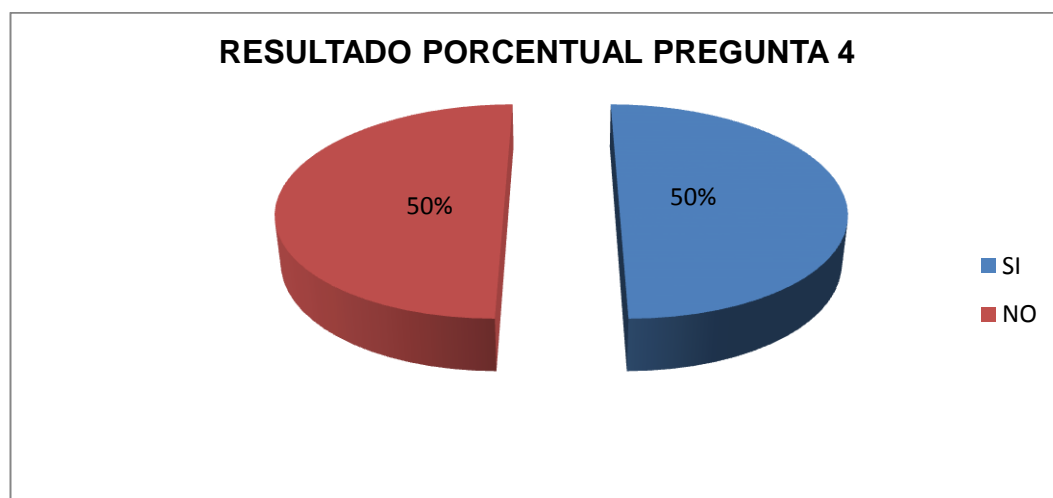
**Tabla IV- -24** Planificaciones actualizadas a los docentes de Cultura Física

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	1	50%
No	1	50%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 24** Planificaciones actualizadas a los docentes de Cultura Física



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

#### **Análisis e Interpretación**

1 (50%) que si, el otro (50%) que no, de las dos autoridades encuestadas, los valores nos indican que no tienen coordinación en sus funciones

## 5.- ¿Conoce usted de planificación deportiva?

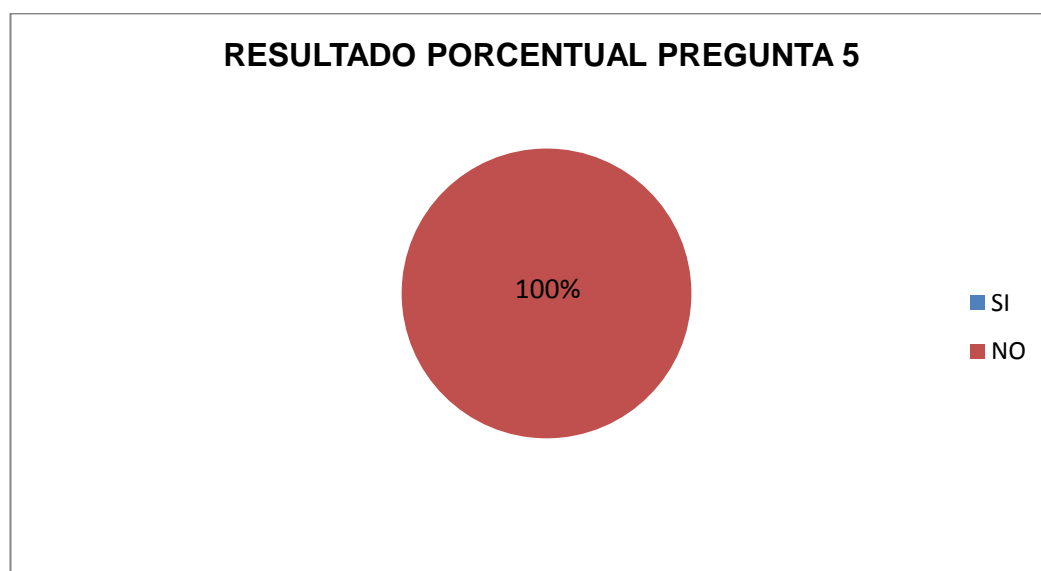
Tabla IV – 25 Planificación deportiva

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	2	100%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

Gráfico IV – 25 Planificación deportiva



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### Análisis e Interpretación

Los encuestados (100%), están de acuerdo en que no conocen de planificación deportiva. Necesitan urgente de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo a los docentes de Cultura Física.

## 6.- ¿Los docentes de Cultura Física saben de Artes Marciales?

**Tabla IV – 26** Los docentes de Cultura Física saben de Artes Marciales

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	2	100%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 26** Los docentes de Cultura Física saben de Artes Marciales



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### **Análisis e Interpretación**

Las 2 autoridades, que equivale al (100%), dicen que ninguno de los docentes tiene conocimiento de las artes marciales, es hora de que las autoridades pongan más empeño en la elaboración de una estrategia metodológica

## 7.- ¿Tiene usted docentes especializados en cada deporte?

**Tabla IV –27** Docentes especializados en cada deporte

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	2	100%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV –27** Docentes especializados en cada deporte



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### **Análisis e Interpretación**

De los 2 encuestados, (100%), están de acuerdo en que no tienen docentes especializados en cada deporte lo que dificulta el interaprendizaje de todos los deportes.

## 8. ¿Los docentes de Cultura Física saben de judo?

**Tabla IV – 28** Docentes de Cultura Física saben de judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	2	100%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 28** Docentes de Cultura Física saben de judo.



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### **Análisis e Interpretación**

De los 2 encuestados (100%), indican que los docentes de Cultura Física no saben de judo, por lo que es necesario tener una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo.

### 9. ¿Tiene usted una planificación de una estrategia metodológica?

**Tabla IV – 29** Planificación de una estrategia metodológica

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	0	0%
No	2	100%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

**Gráfico IV – 29** Planificación de una estrategia metodológica.



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### **Análisis e Interpretación**

Las 2 autoridades encuestadas (100%), manifiestan que no tiene una planificación de una estrategia metodológica, por consiguiente el interaprendizaje del judo no se puede dar en la institución.

### 10. ¿Desea tener usted una estrategia metodológica?

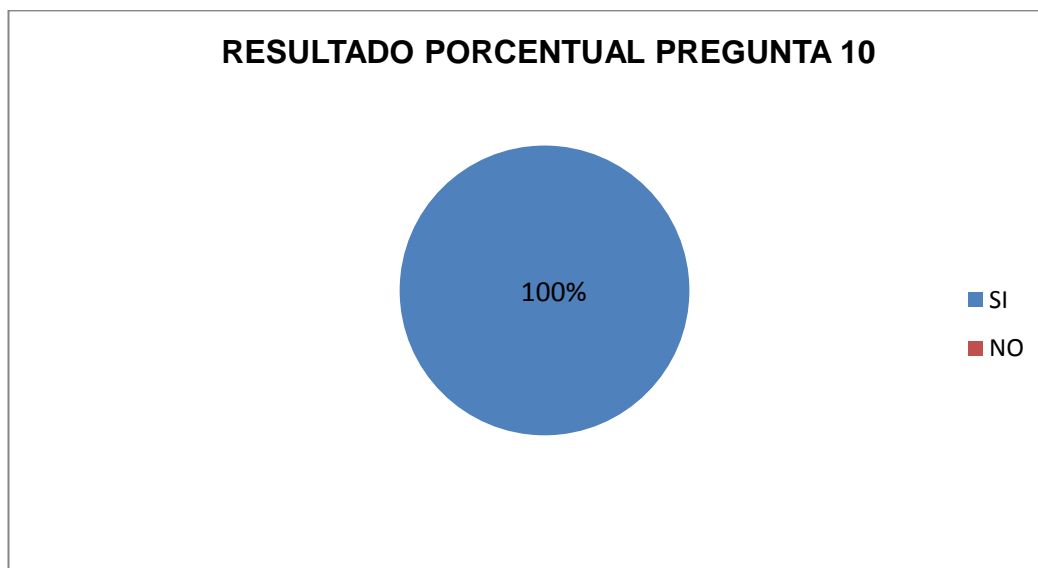
Tabla IV – 30 Estrategia metodológica

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	2	100%
No	0	0%
TOTAL	2	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

Gráfico IV – 30 Estrategia metodológica



Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a las autoridades

### Análisis e Interpretación

Los 2 encuestados (100%), están de acuerdo en que desean tener una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo, en beneficio de todos los docentes y de manera especial a todos los estudiantes.

### 4.3. VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS

Se utilizará el Chi cuadrado, el mismo que nos permitira obtener la información pertinente para aceptar o rechazar la hipótesis.

#### 4.3.1.-Combinación de Frecuencias

Para establecer la correspondencia de las variables se eligió cuatro preguntas, de las encuestas, dos por cada variable de estudio, lo que permitió efectuar el proceso de combinación.

#### ESTUDIANTES

Se eligió estas dos preguntas por cuanto hacen referencia a la variable independiente que dice: “Técnicas básicas del judo”, tema de relación de estudio.

1.- ¿Cree usted importante que los estudiantes aprendan las técnicas básicas del judo?

Tabla IV - 1 Técnicas básicas del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	90	90%
No	10	10%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes



2.- ¿Conoce usted alguna de las técnicas básicas del judo?

Tabla IV - 2 Técnicas básicas del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	15	15%
No	85	85%
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a estudiantes

## DOCENTES

Se eligió estas dos preguntas por cuanto hacen referencia a la variable dependiente que dice: “Interaprendizaje”, tema de relación de estudio.

6.- ¿Los docentes de Cultura Física tienen que ser especializados en cada deporte?

Tabla IV - 16 Especializados en cada deporte

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
Si	20	87%
No	3	13%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

10.- ¿Le parece que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo?

Tabla IV - 20. Estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo

ALTERNATIVAS	RESULTADOS	PORCENTAJE
SI	23	100%
NO	0	0%
TOTAL	23	100%

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Encuesta a docentes

#### 4.3.2. Planteamiento de la hipótesis

**Ho:** La elaboración de una “Estrategia metodológica no influye en el interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha.

**H1:** La elaboración de una “Estrategia metodológica si influye en el interaprendizaje, en los docentes de Cultura Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha.

#### 4.3.3. Selección del nivel de significación

El nivel de significación que se utiliza es (0,05)

#### 4.3.4. Descripción de la población

**TABLA IV - 31**

<b>POBLACIÓN</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Autoridades del Colegio	2	1.6%
Docentes	23	18.4%
Estudiantes	75	80%
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Descripción de la población

La descripción de la población, se la realiza, a las autoridades del Colegio, a los docentes en Cultura Física, y estudiantes del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, a quienes se les aplico un cuestionario y entrevista, de acuerdo a la tabla de contingencia utilizaremos la siguiente formula.

#### 4.3.5. Especificaciones del estadístico

De acuerdo a la tabla de contingencia utilizaremos la siguiente fórmula

$$X^2 = \frac{\sum (O-E)^2}{E}$$

$\Sigma$ = Sumatoria

O= Frecuencias Observadas

E= Frecuencias Esperadas

#### 4.3.6. Especificación de las regiones de aceptación y rechazo

Para decidir sobre estas regiones, primero determinamos los grados de libertad conociendo que el cuadro está formado por 2 filas y 4 columnas

Se encontró el grado de libertad correspondiente:  $Gl = 3$

$Gl = (N^{\circ} \text{ de filas} - 1) \times (N^{\circ} \text{ de columnas} - 1)$

$Gl = (f-1)(c-1)$

$Gl = (4-1)(2-1)$

$Gl = (3) (1) = 3$

Los valores de  $X^2$  a los niveles de confianza de 0.05, es igual a 7,82

De acuerdo a la tabla consultada para el grado de libertad 3.

Por consiguiente se acepta la alterna para todo el valor de chi cuadrado que se encuentre el valor de 7,82 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 7,82.

#### 4.3.7. Recolección de datos y Cálculo en los datos estadísticos

**TABLA IV – 32** Frecuencias Observadas

PREGUNTAS	CATEGORÍAS		SUBTOTAL
	SI	NO	
PREGUNTA 1 (ESTUDIANTES)	90	10	100
PREGUNTA 2 (ESTUDIANTES)	15	85	100
PREGUNTA 6 (DOCENTES)	20	3	23
PREGUNTA 10 (DOCENTES)	23	0	23
SUBTOTAL	148	98	246

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Frecuencias observadas

**TABLA IV – 33** Frecuencias Esperadas

PREGUNTAS	CATEGORÍAS		SUBTOTAL
	SI	NO	
PREGUNTA 1 (ESTUDIANTES)	60,2	39,8	100
PREGUNTA 2 (ESTUDIANTES)	60,2	39,8	100
PREGUNTA 6 (DOCENTES)	13,8	9,2	23
PREGUNTA 10 (DOCENTES)	13,8	9,2	23
SUBTOTAL	148	98	246

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Frecuencias esperadas

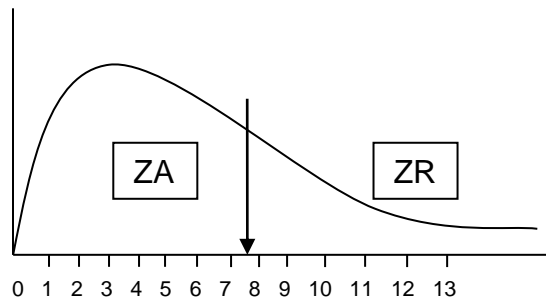
**TABLA IV – 34** Cálculo del chi cuadrado

O	E	(O - E)	(O - E) <sup>2</sup>	(O - E) <sup>2</sup> / E
90	60,2	29,8	888,0	14,7
10	39,8	-29,8	888,0	22,3
15	60,2	-45,2	2043,0	33,9
85	39,8	45,2	2043,0	51,3
20	13,8	6,2	38,4	2,7
3	9,2	-6,2	38,4	4,1
23	13,8	9,2	84,6	6,1
0	9,2	-9,2	84,6	9,1
$\chi^2 =$				144,2

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Tabla del chi cuadrado

**GRÁFICO IV – 31 DE VERIFICACIÓN**



#### 4.3.8. Decisión Final

Para  $G_1$  3, el valor es de 7,82, a un nivel de 0,05, y como el valor del chi cuadrado es de 144,2 se encuentra fuera de la zona de aceptación, entonces se rechaza la hipótesis nula, por lo que se acepta la hipótesis alterna que dice “Técnicas básicas del judo”

## CAPÍTULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1 Conclusiones

- La investigación analizó que el interaprendizaje del judo de los docentes de Cultura Física en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito no es la adecuada, porque de acuerdo a los resultados de las encuestas, fichas de observación y las diferentes entrevistas, es nulo.
- Que el interaprendizaje del judo al no ser constante impide que los docentes de Cultura Física no se actualicen con estrategias metodológicas y métodos nuevos, para la enseñanza del judo la misma que es , teórica en base a la presentación de planificaciones, pero la parte práctica es la fundamental para cumplir con dichas planificaciones.
- Se determinó que los docentes de Cultura Física se preocupan más por la parte física, y otros la parte técnica - táctica la gran mayoría no se preocupan por un aspecto fundamental que es la parte psicológica necesaria para comprender a los estudiantes como un todo en lo deportivo, sino como se relacionan con el medio.
- Los docentes de Cultura Física no indagan sobre como vienen los estudiantes, ni las circunstancias que los rodean, por lo tanto no se tiene en cuenta las características individuales, de cada persona.
- Luego de la investigación existió la necesidad de crear una propuesta de solución al problema planteado en este caso, y es la creación de una guía metodológica para los docentes de Cultura

Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, que garantice en metodología, didáctica, pedagogía preparación psicológica, sean constantes para de esta manera mejorar el perfil profesional de los docentes en Cultura Física.

## **5.2 Recomendaciones**

- Es necesario que para la investigación del interaprendizaje del judo, se cuente con todas las fuentes necesarias para que la propuesta este acorde con lo que se requiere en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito.
- La utilización de las técnicas e instrumentos de investigación son fundamentales, para que los docentes de Cultura Física se actualicen con estrategias, metodologías y métodos nuevos para tener una idea concreta de lo que sucede en el interaprendizaje del judo.
- Realizar la investigación para una propuesta concreta que solucione el problema en el que los docentes de Cultura Física, estén relacionados con la psicología deportiva necesaria para comprender a los estudiantes y en el interaprendizaje del mismo.
- Proponer dentro del horario de Cultura Física se incorpore el interaprendizaje del judo por lo menos dos horas académicas diarias dándole un tratamiento especial para mejorar las habilidades en esta área
- Proponer la elaboración de una guía metodológica del judo como recurso pedagógico en el interaprendizaje con los estudiantes del Colegio Comandante General Atahualpa, del cantón Quito.

## **CAPÍTULO VI**

### **6. PROPUESTA**

#### **6.1 Datos Informativos**

##### **Título.**

“Guía metodológica para aplicar las técnicas básicas del judo y mejorar el proceso de interaprendizaje en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, provincia de Pichincha”

##### **Institución ejecutora**

Para la ejecución de la propuesta planteada se llevara a cabo en el Colegio Comandante General Atahualpa, del cantón Quito.

##### **Beneficiarios**

Para la ejecución de esta guía metodológica, los primeros beneficiarios directos son los estudiantes, ya que ellos recibirán los nuevos avances metodológicos, como también lo serán los docentes de Cultura Física, la institución ya que podrán tener acceso y saber utilizar este recurso como una herramienta innovadora con miras a mejorar el proceso del interaprendizaje

##### **Ubicación**

El Colegio “Comandante General Atahualpa”, de la ciudad de Quito está ubicado en:

Provincia: Pichincha

Cantón: Quito

Parroquia: Guamani

##### **Tiempo estimado para la ejecución**

Inicio: septiembre 2012      Final: junio 2013



### **Equipo técnico responsable**

El responsable general de la ejecución de esta guía metodológica es el señor Hugo Ramiro Rosales, responsable de esta investigación. Concentración Deportiva de Pichincha. Rector del colegio, Lcdo. Jaime Larrea y los docentes que laboran en la mencionada institución.

### **Costo**

El costo de esta propuesta es de \$1.700 dólares americanos el mismo que se sustentara con la ayuda de las autoridades del colegio y Concentración Deportiva de Pichincha.

<b>COSTOS</b>	<b>VALOR</b>
Asesoramiento Concentración Deportiva de Pichincha (instructores y monitores)	\$ 900,00
Movilización	\$ 160,00
Impresiones	\$ 140,00
Internet	\$ 60,00
Centro de computo	\$ 100,00
Papelería	\$ 20,00
Alimentación (estudiantes)	\$ 270,00
Imprevistos	\$ 30,00
Otros	\$ 20,00
<b>TOTAL</b>	<b>\$ 1700,00</b>

## **6.2 Antecedentes de la propuesta**

Luego del análisis de cómo es la estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo con los estudiantes del Colegio Comandante General Atahualpa de Quito, y su influencia en el interaprendizaje de los estudiantes, es claro que de acuerdo a los resultados obtenidos de las diferentes encuestas, entrevistas y fichas de observación sea necesario dar solución al problema planteado, mediante la creación de una guía metodológica, orientada a todos los docentes de Cultura Física para el interaprendizaje del judo en el Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, para que sea de beneficio exclusivo a todos los estudiantes del colegio.

La Lcda. Cecilia Larrea, manifestó “la Estrategia metodológica a los docentes de Cultura Física es un factor fundamental para que el interaprendizaje del judo este acorde a sus requerimientos y que el Colegio Comandante General Atahualpa, sea el pionero en la interaprendizaje del judo en todos los colegios del sur”.

La propuesta nació, ante la necesidad de una mejor preparación de los docentes de Cultura Física, en el interaprendizaje del judo y con la ayuda de las autoridades del colegio proponer una solución de forma definitiva que permita mejorar el perfil profesional de todos los docentes de Cultura Física y con esto el colegio tenga mejores resultados en lo educativo y en todos los deportes.

Esta idea impulso a realizar esta propuesta, para El problema que requiere análisis e investigación en el interaprendizaje del judo a los docentes de Cultura Física, que se puede constatar por los resultados poco satisfactorios en competencias deportivas que ha tenido el colegio en los últimos años, el objetivo o fin fundamental es mejorar el perfil de los docentes en Cultura Física, con el propósito de crear una guía metodológica para el interaprendizaje del judo focalizada a los docentes del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito.

El presente trabajo, se basa en la metodología de marco lógico para desarrollar una buena gestión de proyectos socio - productivos, pero de una u otra manera esta propuesta aporta de forma positiva a la solución del problema

Esta realidad no está a cargo solamente del Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito, sino también a la formación académica de los docentes de Cultura Física, y por supuesto a los errores del sistema, por lo tanto no será fácil obtener resultados inmediatos al problema planteado para eso es necesario un proceso continuo y sistemático en el interaprendizaje del judo.

La propuesta de solución es entonces, proponer un nuevo plan que dé resultados óptimos, que los docentes de Cultura Física requieren contar con todos los elementos necesarios orientados a mejorar su perfil, y sus fuentes de trabajo aumenten por medio de nuevas guías metodológicas. Con esta perspectiva es primordial un colegio basado en didáctica del interaprendizaje del judo, convirtiéndose en el eje central de nuestro proyecto para contribuir al fin último de la propuesta en mención.

Es indispensable de este modo que exista un comprometimiento de los beneficiarios del proyecto para tener resultados en pro de los estudiantes. Al ser una propuesta nueva y novedosa es necesario indagar, explorar analizar, hacer de cuan necesario es la creación de una guía metodológica, porque si podemos hablar del deficiente conocimiento de los docentes de Cultura Física en base a las estadísticas y encuestas que proporcionan todos los datos como prueba indiscutible del problema en mención.

En virtud de lo expuesto y como estudiante de la UTA, al investigar, y conocer de una manera específica y directa, este problema se puede dar una solución real. La creación de una guía metodológica para los docentes de Cultura física es necesaria porque no existe en el colegio “Comandante General Atahualpa” del cantón Quito.

### **6.3 Justificación**

Se ha visto importante desarrollar esta propuesta ya que los docentes y los mismos estudiantes, estarán acorde a la realidad y necesidad de quienes conforman la institución como también contarán con su propia guía metodológica buscando que los educandos estén actualizados en cuanto a los avances metodológicos que se suscitan a nivel mundial para estar a la par de las competencias de la sociedad moderna, es por ello que la razón de mi propuesta es de relevante importancia, la guía metodológica para el interaprendizaje del judo, ya que no debe estar ajena a los nuevos avances porque es pilar fundamental de esta sociedad y ante los datos logrados de la investigación es indispensable esta propuesta, pues se requiere de docentes capacitados con conocimientos actuales, que sean capaces de asumir retos y responsabilidades, en donde la preparación constante en conceptos, como en ejercicios de aplicación nuevos para la práctica del judo, beneficien espacialmente a los estudiantes y a sus familias.

La guía metodológica es fundamental, porque los docentes están en la capacidad de formarse en conocimientos actuales, sobre la disciplina del judo y que tengan nuevas propuestas didácticas, para que ayuden a mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

#### **Justificación Legal**

De acuerdo a lo establecido en el artículo 381 de la Constitución de la Republica “El Estado protegerá, promoverá y coordinará la Cultura Física que comprende el deporte, la Educación Física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las persona”

“Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, Registro Oficial N°255. Capítulo I.- Las y los ciudadanos: Art.- 11. De la práctica del deporte, educación física y recreación.

Capítulo IV.- Del sistema Deportivo: Art.- 24 Definición de deporte.- El Deporte es toda actividad física e intelectual caracterizada por el afán competitivo de comprobación o desafío”

En lo legal puedo expresar que el estado tiene varios fines deportivos de ayuda a las instituciones educativas públicas y privadas por medio del Ministerio del Deporte, para brindar una educación física de calidad, donde los estudiantes tengan acceso a los avances metodológicos y que no estén privados de los mismos, sino más bien estar en contacto, así como lo están un bajo índice de estudiantes de diferentes sectores del país, además se basa en aspectos interaccionares que les permite conocer las leyes, reglas, derechos y obligaciones que los estudiantes deben desarrollar para vivir en sociedad donde pueda desenvolverse con libertad, y comunicarse deportivamente con diferentes personas a nivel mundial.

## **6.4 Objetivos**

### **General**

Elaborar una guía metodológica para fortalecer el interaprendizaje del judo en los docentes de Cultura Física del colegio “Comandante General Atahualpa” del cantón Quito.

### **Específicos**

- Identificar las técnicas básicas del judo para mejorar el interaprendizaje.
- Analizar el proceso de interaprendizaje para fortalecer su aplicación en la actividad física.
- Diseñar una guía metodológica para aplicar las técnicas básicas del judo y mejorar el proceso de interaprendizaje en el colegio “Comandante General Atahualpa”

## **6.5 Análisis de Factibilidad**

La ejecución de esta propuesta es factible porque me permite emplear una guía metodológica para mejorar el nivel de conocimiento de los docentes de Cultura Física y de los estudiantes del colegio “Comandante General Atahualpa” ya que es una herramienta innovadora para llevarse a cabo dentro del proceso del interaprendizaje.

Con la guía metodológica hay que vincular el aspecto pedagógico ya que se busca una educación potencial, activa, innovadora donde cada colegio sea el colegio del milenio, donde el producto sea creador, emprendedor de nuevos hechos en bien de transformar la realidad educativa del país, siempre y cuando tengan un profesional en el área

Con la guía metodológica nuestros estudiantes podrán conocer a fondo su uso y que entre ellos se comuniquen en el lenguaje deportivo.

### **Factibilidad organizacional.**

Para la ejecución de esta propuesta se cuenta con la colaboración de las autoridades, docentes y estudiantes, ponerlas a consideración y tomar las acciones a seguir.

### **Factibilidad Técnica-operativa**

Existen los recursos tanto económicos, humanos y metodológicos para el desarrollo de la propuesta.

### **Factibilidad Social**

Todos y cada uno de los que conforman el colegio “Comandante General Atahualpa” están dispuestos a contribuir con el desarrollo de la guía metodológica para mejorar el interaprendizaje, en beneficio de los estudiantes.

## **6.6. Fundamentación**

Se determinó que los docentes de Cultura Física se preocupan más por la parte física, y otros la parte técnica-táctica la gran mayoría no se preocupan por un aspecto fundamental que es la parte psicológica necesaria para comprender a los estudiantes como un todo en lo deportivo, sino como se relacionan con el medio.

Los docentes de Cultura Física no indagan sobre como vienen los estudiantes, ni las circunstancias que los rodean, por lo tanto no se tiene en cuenta las características individuales, de cada persona.

Luego de la investigación existió la necesidad de crear una propuesta de solución al problema planteado en este caso, y es la creación de una guía metodológica para los docentes de Cultura Física del Colegio Comandante General Atahualpa del cantón Quito, que garantice en metodología, didáctica, pedagogía preparación psicológica, sean constantes para de esta manera mejorar el perfil profesional de los docentes en Cultura Física.

La guía va dirigida a los docentes de Cultura Física, esperando que pueda serles de utilidad para encontrar y conseguir apoyos institucionales o privados que permitan recuperar la auténtica dimensión educativa y socializadora del judo. Su carácter distintivo bien lo merece.

El judo ha sido durante muchos años una actividad exitosa entre los escolares y tiene una gran potencialidad para afrontar los retos que se le exigen al deporte como espacio privilegiado para fomentar la convivencia ciudadana armónica. No en balde, su fundador lo concibió como un sistema educativo de perfeccionamiento para el individuo y la sociedad.

### **Diseño**

Diseñar requiere principalmente consideraciones funcionales y estéticas. Esto necesita de numerosas fases de investigación, análisis, modelado, ajustes y adaptaciones previas a la producción definitiva del objeto. Además comprende multitud de disciplinas y oficios dependiendo del

objeto a diseñar y de la participación en el proceso de una o varias personas. Además es una tarea compleja y dinámica.

Hacer disponible un objeto para una acción eficaz es decir dar la facilidad para ponerla al servicio de quienes lo necesitan para dar uso acorde a sus intereses.

### **Guía Metodológica**

Guía metodológica es una herramienta para desarrollar un conjunto de pasos y procedimientos que permiten la gestión de la capacitación. Su utilidad radica en la posibilidad de brindar un camino factible en la toma de decisiones, como proceso que acontece dentro de otros procesos y cuyos resultados cambian la dinámica con los que interactúan.

### **Recursos**

Recursos son aquellos elementos que aportan algún tipo de beneficio, pero al referirnos a un recurso didáctico es aquel material que se ha elaborado con la intención de facilitar al docente su función y a su vez la del alumno sin olvidar que deben utilizarse en un contexto educativo.

### **Guía metodológica de judo**

Hablar de una guía metodológica en judo es hablar de un tema nuevo amplio e interesante, en nuestro medio, lo que nos hace imaginar a futuro los grandes cambios deportivos y personales en cada uno de los estudiantes que lo practiquen.

Además es hablar de la necesidad de recursos humanos especializados, con cambios en el ámbito laboral y económico, la influencia en la forma de trabajar, de las nuevas posibilidades de desarrollo personal como medio de recurso didáctico para el interaprendizaje del docente.

Las Guías Metodológicas, son elementos valiosos para el reclutamiento, selección y promoción del docente; les permite detectar áreas de oportunidad para el perfeccionamiento del quehacer educativo.

La presente guía metodológica es resultado de una investigación bibliográfica exhaustiva, así como de la experiencia acumulada en la



impartición de cursos sobre el judo, y pretende constituirse en un recurso de apoyo para los docentes de Cultura Física.

### **Etapas para la elaboración de una guía metodológica**

Para la elaboración de una guía metodológica en una Institución se pueden considerar las siguientes etapas:

- a) Planeación del Trabajo
- b) Aplicación de Técnicas de Investigación
- c) Análisis de la Información
- d) Estructuración de la guía metodológica
- e) Validación de la Información
- f) Autorización de la guía metodológica
- g) Distribución y Difusión
- h) Revisión y Actualización

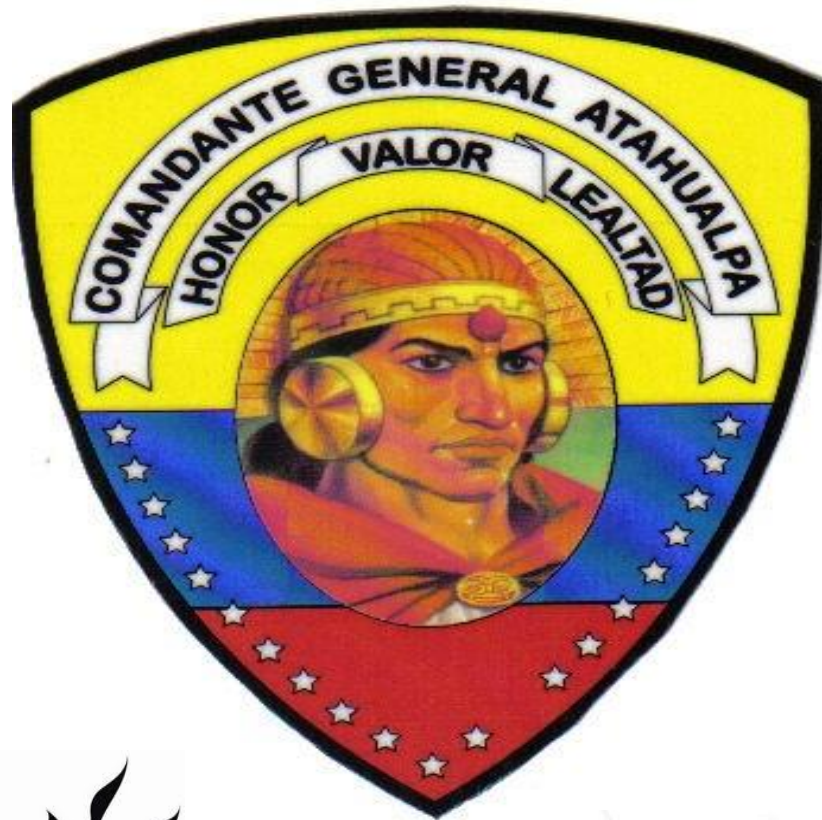
### **Estructuración de la guía metodológica**

1. Redacción. Se debe tomar en cuenta a quienes se va a dirigir la guía metodológica, de manera que el vocabulario utilizado sea claro, sencillo, preciso y comprensible, procurando no utilizar siglas ni abreviaturas.

2. Para la ejecución de las técnicas Se utilizan los siguientes pasos saludo, desequilibrio, ingreso a la técnica y proyección.

Para su elaboración se utiliza material didáctico (fotos), plasmando las técnicas básicas más sencillas y conocidas en el judo, ubicadas en orden cronológico a fin de facilitar la comprensión de las técnicas.

3. Formato. Debe tomarse en cuenta que la guía metodológica presentada sea fácil de consultar, leer, estudiarla y ponerla en práctica



**“GUÍA METODOLÓGICA PARA EL  
INTERAPRENDIZAJE DEL JUDO EN EL COLEGIO  
COMANDANTE GENERAL ATAHUALPA DE LA  
CIUDAD DE QUITO”**

**AUTOR: HUGO ROSALES**

**2013**

## **Misión**

La guía metodológica para los docentes de Cultura Física, es capacitar a los mismos, con conocimientos pedagógicos en el campo teórico – práctico del interaprendizaje del judo para elevar su perfil profesional mediante la utilización de diferentes recursos, métodos didácticos y tecnología acordes con el medio.

## **Visión**

Para el 2013 la guía metodológica para los docentes de Cultura Física, se constituirá en la mejor estrategia metodológica del colegio, que brindara a todos los estudiantes conocimientos de calidad acorde con las exigencias profesionales de la realidad social.

## **Objetivos**

### **General**

- Elevar el perfil profesional de los docentes de Cultura Física, en el interaprendizaje del judo

### **Específicos**

- Diagnosticar la metodología y didáctica utilizada para el interaprendizaje del judo
- Captar el interés de la sociedad interna del colegio a especializarse en la disciplina del judo.
- Mejorar la participación y resultados en las competencias deportivas escolares e intercolegiales de judo

### **Metas**

- En este año los docentes de Cultura Física tendrán el conocimiento básico para el interaprendizaje del judo, en beneficio directo con los estudiantes
- Desarrollar en un año hábitos deportivos sobre el desarrollo de la disciplina del judo
- La guía metodológica para los docentes de Cultura Física, en el colegio está diseñada para trabajar con treinta estudiantes por clase

# JUDO

## DEFINICIÓN:

Término japonés que significa JU = Camino DO = Suavidad. El camino de la suavidad en el sendero de la vida.

El Judo fue creado por el doctor Jigoro Kano a fines del siglo XIX, sobre la base de los métodos de autodefensa orientales de los samuráis, que combinó el estilo y las Técnicas del Jiujitsu para crear la nueva disciplina. Kano, cuando tenía veinte años, fundó el primer kodokan (escuela de judo) en 1882, en Shitaya.

Se convirtió en un maestro distinguido y estableció la filosofía oriental del judo que sostiene que debe hacerse un entrenamiento mental y físico para conseguir que la mente y el cuerpo estén en un estado de armonía y equilibrio.



## EL DOJO

Es el lugar donde se practica el Judo, y significa "lugar de iluminación, o lugar de la Vía". Este lugar se arregla especialmente: en el suelo, está cubierto con alfombras llamadas tatamis. Los tatamis sirven para absorber el impacto de las caídas.

En las artes marciales, el tatami es una zona cuadrada o rectangular colocada en medio de la sala principal, compuesta por planchas de goma espuma y cubiertas por una lona. Se les constituye de tal modo que ofrezcan una buena elasticidad para las caídas así como una determinada tonicidad para los desplazamientos rápidos que se practican en el dojo.



Dentro del Dojo debemos que respetar las normas o rituales que nos impone nuestra disciplina y nos enseña el profesor. La relación entre el profesor y el alumno debe estar basada en el respeto, la confianza y la estima mutua. El profesor debe brindar conocimiento y, a la vez, aprender de sus alumnos.

Es norma saludar al principio y al final del entrenamiento al maestro y al compañero cuando iniciamos y finalizamos un ejercicio por pareja También se saluda al lugar de entrenamiento al ingresar y salir del mismo.

### **VESTIMENTA**

El traje de judo se llama JUDOGUI y se compone de: casaca, pantalón y cinturón. El color del cinturón simboliza el proceso de aprendizaje y crecimiento de una persona, el mismo que se va cambiando de color y oscureciendo con los años de dedicación y práctica, hasta llegar a ser cinturón negro.



### **GRADOS O CINTURONES** (siete colores que representan)

6to. Kyu	Blanco (inocencia, ingenuidad, pureza)
5to. kyu	Amarillo (descubrimiento de La tierra)
4to. kyu	Naranja (crecimiento)
3er. kyu	Verde (la planta que crece)
2do. kyu	Azul (al cielo hacia donde se dirige la planta)
1er. kyu	Marrón (simboliza el peligro)
1er. Dan	Negro (lo opuesto al blanco, intentar la perfección)

### **HIGIENE EN EL JUDO**

El judo, como todo deporte o sistema de enseñanza, tiene sus normas y requisitos necesarios respecto a la higiene de los practicantes, tanto en el aseo corporal como en el cuidado de la vestimenta usada.

El cuerpo deberá estar siempre limpio, bien aseado, y rutinariamente lavarse los pies antes de ingresar al dojo, con las uñas de pies y manos bien cortas y en lo posible el pelo también, tener siempre presente de realizar las necesidades fisiológicas antes de la práctica, usar zapatillas para usar fuera del dojo, despojarse de anillos, pulseras, colgantes, aros relojes o cualquier objeto metálico o plástico. Pero por sobre todas las cosas hacer hincapié y total esfuerzo en la sana higiene mental o sea, tener la mente limpia de malas acciones e intenciones negativas.

## **SALUDOS**

REI: es el saludo, y en Judo tiene una gran importancia pues es la forma de demostrar la Regla de Oro de nuestro Deporte: Respeto Mutuo y Amistad .Es para saludar al maestro (Sensei), al iniciar la ejecución de una técnica y al terminar la misma, al ingresar, o al salir de la colchoneta de judo (tatami) lo hacemos desde la posición talones juntos (Chokuritsu),

### **Saludo de pie (Ritsu-rei)**



Este saludo lo realizamos al inicio y al final de la ejecución de todas las técnicas de pie (nage – waza). Con una separación más o menos de un metro, talones unidos, palmas de las manos a los costados, realizamos una reverencia hacia adelante, formando un ángulo de 30<sup>0</sup> con el tronco, la mirada hacia adelante, luego de dos o tres segundos en esta posición, regresamos a la posición inicial de firmes.



## Saludo de rodillas (Za-Rei)



Este saludo lo realizamos al iniciar y al finalizar todas las técnicas de suelo (Ne – waza). Para el siguiente saludo, desde la posición de pie, nos arrodillamos con la pierna izquierda, hasta hacer contacto la rodilla izquierda con la colchoneta, luego bajamos la pierna derecha, de igual manera hasta hacer contacto la rodilla derecha con la colchoneta y sentados sobre los talones, palma de las manos en los muslos, espalda recta, iniciamos el desplazamiento de las manos hacia adelante, para hacer contacto con el tatami, bajamos lentamente la cabeza en dirección al tatami hasta una altura de unos veinte centímetros entre el tatami y nuestra frente, nos quedamos en esa posición dos a tres segundos, y regresamos a la posición inicial.

## **CAÍDAS (UKEMI)**

La primera defensa que se aprende en judo es la de saber caer, siendo entonces una de sus bases fundamentales. Asimilando bien las caídas uno puede trabajar su cuerpo en forma más desenvuelta.

Durante toda su vida un judoka realiza los ukemi, estos ejercicios no solo son un complemento para saber caer sino que, a través de estudios, se descubrió que actúan produciendo estímulos en el sistema respiratorio desarrollando una excelente capacidad pulmonar, especialmente recomendado para las personas con problemas respiratorios o asmáticos.

Todas las caídas (ukemi) son practicadas tanto de la posición derecha (migi) como izquierda (hidari), y tenemos las principales que son:

Caída hacia atrás (Ushiro-ukemi)

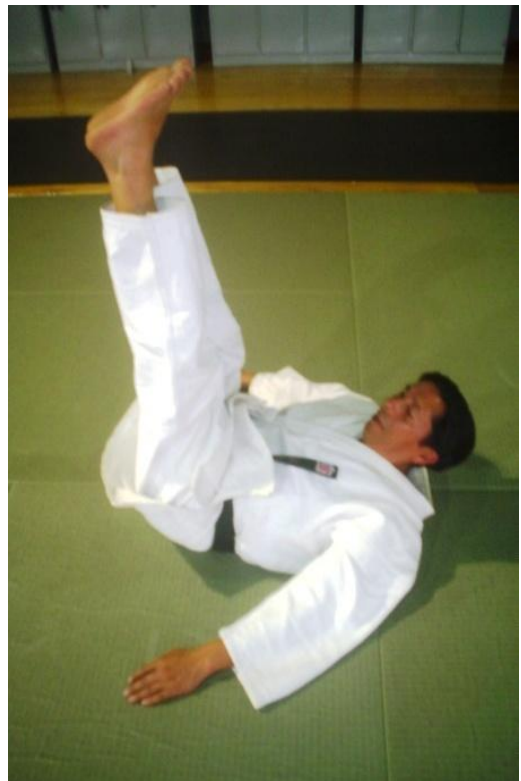
Caídas de lado (Yoko-ukemi)

Caída de frente (Mae-ukemi)

Caída hacia adelante rodando adelante (Mae-mawari-ukemi)

### **Caída hacia atrás (Ushiro-ukemi)**

Lo más importante en esta caída es, evitar el contacto de la cabeza con el tatami, ya que, en la vida real esta caída tendremos que realizarla en cualquier escenario, sea natural o artificial, puede ser césped, o cemento, razón por la cual, al enseñar esta y todas las caídas de judo, se tiene que seguir todos los pasos que se indican en cada una de ellas (ver gráficos).





Descripción de la caída:

Desde la posición natural (Shizen-hontai) de pie, brazos estirados, quijada al pecho, columna recta, bajar los glúteos hasta topar los talones, el cuerpo hacia atrás, bajo los brazos para hacer contacto con el tatami y (con una abertura de los brazos de  $30^{\circ}$  desde la cadera hasta el dedo pulgar), las palmas hacia el tatami, elevo las piernas hasta formar un ángulo de  $90^{\circ}$  con relación al tatami, o con relación al tronco de mi cuerpo. Regresamos a la posición inicial.

## Caída de lado derecha (Yoko-ukemi)





Descripción de la caída:

De la posición de pie, brazo y pierna derecha desplazo hacia la derecha al mismo tiempo, columna recta, quijada al pecho, bajar los glúteos hasta topar el talón del pie izquierdo, deajo caer el cuerpo hacia el lado derecho, elevando las piernas, el brazo derecho hace contacto con el tatami (el brazo tiene que estar con una abertura de 30° desde la cadera hasta el dedo pulgar), al caer las piernas estas están en posición de semiflexión y la mano izquierda a la altura del ombligo (para el otro lado, todo es a la inversa)

### Caída al frente (Mae-ukemi)

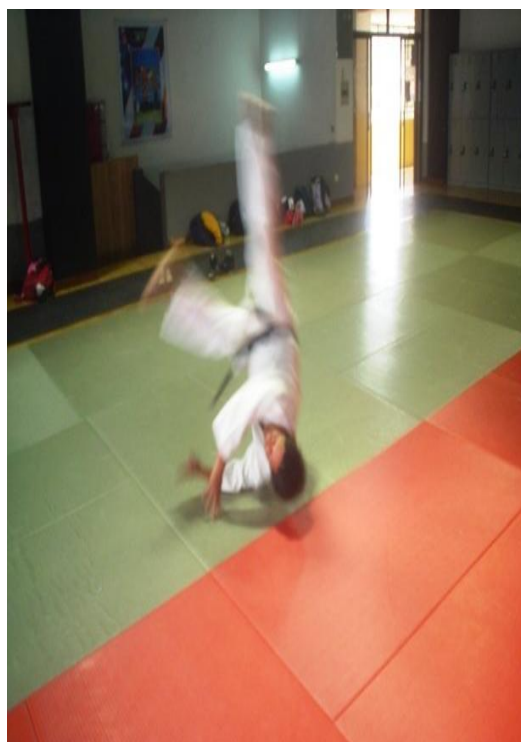




#### Descripción de la caída

Desde la posición natural (Shizen-hontai) Parado, con los brazos en flexión a  $90^\circ$ , piernas abiertas, todo el cuerpo va hacia el tatami sin cambiar en nada la posición de salida, las palmas de las manos en dirección al tatami, al tener contacto con el tatami los brazos mantienen el ángulo de salida y todo el cuerpo queda horizontal al tatami. (Para el otro lado, todo es a la inversa).

**Caída adelante rodando (Mae-mawari-ukemi)**







#### Descripción de la caída

Desde la posición natural (Shizen-hontai), brazo izquierdo y pierna izquierda adelante, sin doblar la rodilla, la punta de los dedos de la mano izquierda hace contacto con el tatami, el brazo derecho de igual manera, pero, la palma de la mano en contacto directo con el tatami y en dirección a los dedos del pie izquierdo, la cabeza giro en dirección al hombro derecho, con un impulso de las dos piernas hacia adelante, ruedo por todo el brazo izquierdo y al caer en el tatami el brazo derecho es el encargado de empujar hacia arriba todo el cuerpo hasta llegar a la posición natural (para el otro lado, todo es a la inversa).

## **POSICIONES FUNDAMENTALES (SHIZEI)**

Postura y base fundamental para el trabajo de judo de pie o en el suelo, ya que con una correcta posición se puede emplear los desplazamientos y desequilibrios de una manera eficaz.

### **Posición natural de pie (Shizentai)**

Posición natural de pie básica del judoka, considerada la mejor postura a adoptar en judo, en la misma el cuerpo entra en un equilibrio total



### **Postura derecha (Migi-shizentai)**

Posición natural de derecha, exactamente como la anterior pero con el pie derecho adelantado un paso



### **Postura izquierda (Hidari-shizentai)**

Posición natural de izquierda, igual a la anterior pero avanzando el pie izquierdo



### **Postura defensiva (jigotai)**

Se trata de una postura utilizada habitualmente para resistir los ataques del compañero, y por ello jigotai se caracteriza por la búsqueda de una gran estabilidad. Por su parte, en la postura defensiva o jigotai también se diferencian tres variantes:

### **Postura defensiva básica (Jigotai) o Pies paralelos (jigo-hontai)**



**Postura defensiva derecha (Jigotai) o pie derecho adelantado (migi-jigotai)**



**Postura defensiva izquierda (Jigotai) o hidari-jigotai (pie izquierdo adelantado)**



### **FORMAS DE AGARRE ENTRE LOS JUDOKAS (KUMI-KATA)**

La forma de agarrar al compañero tiene que ser lo más natural posible, si es de derecha, la mano derecha tomara la solapa izquierda del compañero a la altura pectoral y la mano izquierda tomara la manga derecha a la altura del codo (de izquierda se invierten las manos). Esta es la forma de agarrar más básica, natural y con gran probabilidad de control sobre el otro.





### **En combate (Kumi-kata)**

Desde un punto de vista formal, no existe un tipo de agarre predeterminado en judo. Los practicantes adoptan, según las circunstancias del combate, sus preferencias y posibilidades, diversos tipos de kumikata con el fin de defenderse y lograr proyectar al compañero. En la actualidad, y según se establece en el Reglamento de Competición, existe un agarre “normal” en judo de pie que puede mantenerse. “El Kumikata ‘normal’ es agarrar con la mano izquierda el lado derecho del Judogui de su oponente por la manga, solapa, zona pectoral, por encima del hombro derecho o espalda y con la mano derecha la parte izquierda de su oponente por la manga, solapa, zona pectoral, por encima del hombro izquierdo o espalda y siempre por encima del cinturón.



## **DESPLAZAMIENTOS (TAI-SABAKI)**

El desplazamiento y el mantenimiento de un buen equilibrio son puntos fundamentales en el arte del judo, ya que a través de estos dos pilares se adquiere una excelente posición para la práctica.

### **Desplazamiento básico (Ayumi-ashi)**

Desplazamientos básicos acompañados con la postura natural (shizentai) y el equilibrio de todo el cuerpo. No se debe cruzar nunca los pies, ni dejarlos demasiados abiertos o juntos, sino desplazándolos de forma tal que el centro de gravedad siempre este en el centro como si la columna vertebral fuera el eje que llaga hasta el suelo.





### **Desplazamiento en marcha (Tsugui-ashí)**

Es el desplazamiento del cuerpo caminando en marcha normal, o sea, paso a paso, tanto hacia adelante como hacia atrás, es decir que un pie sobre pasa al otro mientras el cuerpo siempre se desplaza en posición natural.



### **Desplazamiento adelante o costados (Tsugi-ashi)**

Este tipo de desplazamiento se realiza hacia adelante o atrás de costado, lateralmente o en forma oblicua en cualquiera de las cuatro direcciones, atento a que nunca se deben cruzar los pies, ni dar pasos excesivamente largos o cortos pues de esta forma se perderá la verdadera posición.



### **Desplazamiento con talones elevados (Suri ashi)**

Es el desplazamiento del cuerpo con los talones ligeramente elevados del tatami y con el peso del cuerpo igualmente repartido sobre ambos, los dedos de los pies se deslizan o “arrastran” en constante contacto con el tatami

Por su parte, el término “marcha normal”, (ayumi-ashi), hace referencia a aquellos desplazamientos en los que los pies se cruzan, como sucede al caminar. Suele realizarse en aquellos momentos en los que no existe una cercanía física del compañero, y el hecho de cruzar los pies no supone asumir el riesgo de ser proyectado



### **DESEQUILIBRIOS (KUZUSHI)**

El desequilibrio (kuzushi), supone el primer paso para la mejor aplicación de una técnica de proyección. Desde un punto de vista biomecánico, consiste en aproximar lo más posible la proyección del centro de gravedad del judoka sobre el suelo a una o varias de las aristas de su polígono de sustentación. Con ello, se logra que la persona disponga de un equilibrio más precario en el sentido de dichas aristas. TORI (Judoka que ejecuta la técnica), UKE (Judoka que es proyectado).

Gracias al kuzuchi maniobramos hacia donde queremos el peso corporal del adversario de acuerdo a la técnica que se quiere aplicar, podemos lograr que un cuerpo más pesado o fuerte que el de uno pueda ser fácilmente transportado o proyectado hacia donde se desee.

Los desequilibrios fundamentales en judo son ocho:

### Hacia adelante (Mamae-no-kuzushi)



El peso de uke está en la parte anterior de sus pies

### Hacia atrás (Maushiro-no-kuzushi)



El peso de uke está en sus talones

**Hacia el lateral izquierdo (Hidari-mayoko-no-kuzushi)**



El peso de uke está en el borde externo del pie derecho

**Hacia el lateral derecho (Migi-mayoko-no-kuzushi)**



El peso de uke está en el borde externo del pie izquierdo

**Adelante diagonal a la derecha (Migi-mae-sumi-kuzushi)**



El peso de uke está en la parte anterior del pie derecho

**Adelante diagonal a la izquierda (Hidari-mae-no-kuzushi)**



El peso de uke está en la parte anterior del pie izquierdo

**Atrás diagonal a la derecha (Migi-ushiro-sumi-no-kuzushi)**



El peso de uke está en el talón del pie derecho

**Hacia atrás oblicuamente a la izquierda (Hidari-ushiro-sumi-no-kusushi)**



El peso de uke está en el talón del pie izquierdo

## **POSICIÓN PARA EJECUTAR LA TÉCNICA (TSUKURI)**

En una correcta posición (tsukuri), puede diferenciarse por tanto, la posición desequilibrada de uke y la posición de tori que le va a permitir lograr la proyección del modo más adecuado. De modo que para lograr una óptima proyección también es necesario aprovechar en el momento preciso el desequilibrio de uke.





Después de haber desequilibrado al contrario, llamamos (tsukuri) a la postura en que ambos cuerpos están preparados para realizar la proyección.



## PROYECCIÓN (KAKE)

Por último, la proyección en sí del compañero sobre el tatami recibe el nombre de proyección (kake). Aunque al realizar la técnica, la misma que es la parte final de una técnica, su aplicación es simultánea con el desequilibrio (tsukuri), es decir, que la proyección (kake) comienza en el mismo momento en que tori aprovecha el desequilibrio de uke para iniciar la proyección



## **TÉCNICAS DE PROYECCIÓN (NAGE-WAZA)**

Tradicionalmente, la enseñanza de cualquier técnica de proyección de judo se ha dividido en tres partes o fases sucesivas: que son:

Desequilibrio (kuzushi)

Acción preparatoria para el ataque (tsukurio)

Proyección. (Kake)

Bajo esta división subyace un interés eminentemente didáctico, que encuentra su fundamento en los postulados de la pedagogía analítica. Por tanto, sólo bajo esta perspectiva ligada a la enseñanza resulta apropiado distinguir las fases de las técnicas de judo, cuya ejecución en condiciones reales bien puede considerarse como una unidad en la que se funden dichas fases, en un todo prácticamente indiferenciado.

Las técnicas de judo se agrupan en tres formas particulares y son:

Proyecciones de pie (Nage-waza)

Técnicas de controlen el suelo (Katame-waza)

Técnicas de golpeo (Atemi-waza), siendo estas últimas no permitidas en la competición deportiva y solo de uso si una excepcional situación lo requiere como defensa personal.

## TÉCNICAS DE BRAZO (te-waza)

### Proyección por encima del hombro (Ippon-seoi-nage)



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección

Descripción de la técnica:

Proyección por encima del hombro (Ippon-seoi-nage)

1.- El saludo, la parte más importante antes de iniciar una técnica, este saludo indica respeto hacia el compañero, el cual le permite aprender a desarrollar y perfeccionar las técnicas del judo. Este protocolo siempre lo realizamos al iniciar y al terminar la ejecución de una técnica sea está de pie o en el suelo.

2.- Desequilibrio con el brazo izquierdo hacia adelante, es hacia delante y a la derecha. Teniendo siempre en cuenta que mi cadera debe estar más baja que la del adversario.

3. El volteo (Tsukuri) de uke, sobre mi cadera, se lo realiza sin soltar la manga del brazo derecho de uke el mismo que mantiene el desequilibrio de uke

4.- Se termina la proyección (Kake).

## Derribo con los dos brazos (Morote-Seoi-nage)



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección

Descripción de la técnica:

Proyección por encima del hombro (Morote-Seoi-nage)

1.-Saludo, este protocolo siempre lo realizamos al iniciar y al terminar la ejecución de una técnica sea está de pie o en el suelo.

2.- Sujeción de la solapa con la mano derecha, la mano izquierda sujeta la manga del brazo derecho de uke, el pie derecho va hacia el pie derecho de uke, es el momento en el que empieza el desequilibrio hacia delante y a la derecha.

3. Con un giro rápido mis dos pies quedan dentro del contrario, el codo derecho está a la altura de la axila de uke, mi brazo izquierdo sujeta el brazo derecho de uke, empujando los dos brazos hacia adelante, es el momento en que empieza el volteo (Tsukuri)de uke

4.- Se termina la proyección (Kake), observa que aun después de terminada la proyección no le suelto la solapa ni la manga de uke.



## Proyección del cuerpo (Tai-otoshi)



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección



Descripción de la técnica

Proyección del cuerpo (Tai-otoshi)

1. Saludo

2. desequilibrio Tori retrocede el pie izquierdo, debo poner a Uke en desequilibrio anterior derecho. Para ello es preciso que tire paralelamente con la mano izquierda hacia la parte superior derecha. El brazo derecho, pegado al costado izquierdo de Uke, empuja igualmente en esta dirección. Continúa esta acción hasta que retrocede el pie izquierdo. Obligando así a Uke a girar sobre sí mismo.

3. Ataque tori flexiona un poco el busto, tira su mano izquierda hacia su costado izquierdo, empuja el brazo derecho hacia adelante. Lanzo entonces, la pierna derecha en barrera ante la pierna derecha de Uke.

4. Proyección, la pierna bloque la pierna derecha de uke al mismo tiempo giro los dos brazos al costado izquierdo lo que acelera la caída

### **TÉCNICAS DE CADERA (koshi-waza)**

#### **Impulso lateral con impulso (Hane-goshi)**



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección

#### Descripción de la técnica

#### Impulso lateral con impulso (Hane-goshi)

1. Saludo
2. desequilibrio primero realizo el agarre del brazo derecho de uke, con el brazo izquierdo, el brazo derecho va hacia la espalda de uke, mi pie derecho al pie derecho de uke.
3. Ataque giro hasta quedar en contacto cadera con cadera, pierna derecha en contacto con la parte interior de la pantorrilla de la pierna derecha de uke.
4. Proyección, impulso de mi pierna derecha hacia arriba, mi cadera y los brazos giran hacia la izquierda al mismo tiempo lo que acelera la caída

## Rueda sobre La cadera (Koshi-guruma)



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección

Descripción de la técnica

Rueda sobre La cadera (Koshi-guruma)

1. Saludo

2. desequilibrio el mismo principio de la técnica anterior, primero realizo el agarre del brazo derecho de uke, con el brazo izquierdo, el brazo derecho va hacia la espalda de uke, mi pie derecho al pie derecho de uke.

3. Ataque giro hasta quedar en contacto cadera con cadera, el brazo derecho va hacia la espalda a uke. Y sujeto el cinturón de uke

4. Proyección, empujo la cadera de uke hacia arriba, los brazos giran hacia la derecha al mismo tiempo, en el aire suelto mi brazo derecho para que uke pueda caer sin lastimarse.

**Gran cadera (O-goshi)**



Saludo



Desequilibrio





Ataque



proyección

Descripción de la técnica

Gran cadera (O-goshi)

1. Saludo

De espaldas al adversario el desequilibrio es hacia delante y a la derecha, teniendo siempre en cuenta que mi cadera debe estar más baja que la del adversario.

3. El ataque es cambiando el agarre a la cintura volteo al adversario sobre mi cadera.

4. Proyección, empujo los brazos hacia abajo al mismo tiempo, en el aire suelto mi brazo derecho para que uke pueda caer sin lastimarse.

**TÉCNICAS DE PIE (ashi-waza)**  
**Gran siega exterior (O-soto-gari)**



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección

## Descripción de la técnica

### Gran siega exterior (O-soto-gari)

1. Saludo
2. Desequilibrio, es hacia atrás, mi pierna izquierda da un doble pazo en dirección a la pierna derecha de uke, mi quijada le pongo sobre el hombro derecho de uke.
3. El ataque es frontal elevando mi pierna derecha sobre la pierna derecha de uke, mi brazo derecho hace una alfombra en el cuello de uke, mi pecho del lado derecho está en contacto con el pecho del lado derecho de uke.
4. Proyección, empujo los brazos hacia atrás, en dirección al tatami, al mismo tiempo, mi pierna derecha hace un barrido a la pierna derecha de uke, para que uke pueda caer por el lado izquierdo.

### Levantar y tirar bloqueando el pie (Sasae-tsuri-komi-ashi)



Saludo



Desequilibrio



Ataque



Proyección

#### Descripción de la técnica

Levantar y tirar bloqueando el pie (Sasae-tsurikomi-ashi)

1. Saludo
2. Desequilibrio: el agarre es diferente a las técnicas anteriores, mi brazo izquierdo agarra al brazo izquierdo de uke, la mano derecha a la solapa del lado izquierdo de uke
3. El ataque: es lateral mi pie derecho va sobre el empeine de la pierna derecha de uke, los brazos giran en forma simétrica simulando que estoy girando un volante de un vehículo hacia el lado derecho.
4. Proyección: la pierna derecha bloquea a la pierna derecha de uke, el giro es permanente hasta que el uke pierda el equilibrio por completo.



## **TÉCNICAS DE CONTROL E INMOVILIZACIÓN EN EL PISO (KATAME-WAZA)**

Son formas o técnicas desarrolladas en el suelo para cuando uno está buscando la forma de concretar una inmovilización. O a la inversa cuando a uno lo tratan de retener o dominar técnicamente, es allí entonces que uno o los dos practicantes las utilizan simultáneamente para definir el control del oponente.

### **Control fundamental en diagonal (Hon-kesa-gatame)**



Saludo



Posición



Inmovilización

Descripción de la técnica:

Control fundamental en diagonal (Hon-kesa-gatame)

1.- Realizamos el protocolo del saludo en el suelo (Za – Rei). Este saludo lo realizamos en todas y cada una de las técnicas de suelo.

Control fundamental en diagonal también llamado bufanda (Hon-kesa-gatame) por la posición que adopta el brazo sobre el cuello.

2.- El que inmoviliza Tori (judogui color blanco), toma control sobre uke (judogui color azul), sujetando el brazo y cuello de uke, piernas abiertas y la cadera en contacto con el tatami.

3.- Inmovilización en tres puntos de control. Latero-costal, controlando el cuello y el brazo en bandolera.

## Control superior por La cabeza en 4 direcciones (Kami-shijo-gatame)



Posición



Control



Inmovilización

Descripción de la técnica:

Control superior por La cabeza en 4 direcciones (Kami-shijo-gatame)

Control superior por La cabeza en 4 direcciones. También conocida como la pala excavadora, (Kami-shijo-gatame) por la forma que adopta el cuerpo.

1.- Tori, (judogui blanco), se ubica de rodillas atrás de la cabeza de uke (judogui azul).

2.- Tori toma control sobre uke sujetándolo por el cinturón, y estirando completamente sus piernas (abiertas), la cabeza a la altura del ombligo.

3.- Inmovilización superior en 4 puntos: Tori Agarra por encima de los hombros al cinturón, controlando con los hombros, los hombros del uke, piernas separadas, y el abdomen hace presión hacia la cara de uke, la misma que evitara la evasión o escape de la técnica.

**Control lateral en 4 direcciones (Yoko-shijo-gatame)**



Posición



Control



### Inmovilización

Descripción de la técnica:

Control lateral en 4 direcciones (Yoko-shiho-gatame)

Control superior por la cabeza en 4 direcciones. También conocida como la cruz, (Yoko-shiho-gatame) por la forma que adopta el cuerpo con relación al uke

1.- Tori, (judogui blanco), se ubica lateralmente con relación a uke, de rodillas, separando el brazo izquierdo de uke para evitar una entrada franca.

2.- Tori toma control sobre uke sujetándolo con su brazo derecho atrás del cuello de uke, y su brazo izquierdo lo introduce por medio de las piernas de uke para sujetarlo por el cinturón, las piernas (abiertas), la pelvis en contacto con el tatami, y el pecho controla el tronco de uke.

3.- Inmovilización lateral en 4 puntos de control: Inmovilización lateral. Una mano por el cuello y otra por debajo de la pierna a la chaqueta o cinturón la misma que evitara que uke trate de escapar por los costados o por el frente de tori.



### **PRÁCTICA PRE COMPETITIVA COMBATE (RANDORI)**

Es La forma de practicar en el contexto del dojo lo que luego se realizara en una competencia formal, junto a un serio estudio y análisis de los movimientos y estrategias de su compañero tanto en pie (tachi-waza) como en el suelo (ne-waza), buscando así su propia táctica y estrategia para ser proyectada luego en una competencia real.

#### **De pie combate (Randori)**



#### **En el suelo combate (Randori)**



## COMPETENCIA (SHIAI)

Cuando se arriba entonces a la competición formal, el judoka puede desarrollar todos los conocimientos adquiridos y empleados a fondo su máxima eficacia y poder, comprobando así los resultados con un alto espíritu de superación e integridad.



## PUNTUACIÓN

Ippon	1	punto
Wazari	$\frac{1}{2}$	punto
Yuko	$\frac{1}{4}$	punto

## **METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO DEL JUDO JAPONÉS**

Se contemplan tres importantes puntos a saber:

- **Mente / espíritu**
- **Técnica**
- **Preparación Física**

Ejemplos de variedad de entrenamientos, realizados en forma progresiva y con énfasis en cada una de las tres áreas de estudio.

<b>METODOLOGÍA</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>
Mente / espíritu	20%	20%	20%
Técnica	60%	40%	20%
Preparación física	20%	40%	60%

O sea, en la primera etapa (A) del practicante se tiene que estudiar más la técnica ya que la desconoce y dedicarse a la parte física en un porcentaje menor; En la segunda etapa (B) luego de haber adquirido más conocimiento de técnica, incrementara por igual su esfuerzo en la obtención de un buen estado físico; Y en la tercera etapa (C) la preparación física recibirá mayor dedicación, siendo esencial para el desarrollo de la competencia deportiva (shiai), Indudablemente estos parámetros son relativos pero sirven como guía en el desarrollo y estudio del judo.



## 6.7 Metodología

Tabla 35

FASE O ETAPAS	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	TIEMPO
¿Cómo?	¿Para qué?	¿Qué?	¿Cuánto?	¿Quién/ Quiénes?	¿Cuándo?
Utilización del judogui (vestimenta para entrenar judo)	Para que los estudiantes se motiven y sepan lo que quieren aprender	Conocer lo más importantes en las caídas y técnicas del judo	Humanos Alumnos y maestro	Hugo Rosales	El cuarto viernes del mes de Febrero
Ejecución	Utilizar la guía metodológica para el interaprendizaje	Dibujar las técnicas y diferenciarlas por su nombre	Guía metodológica		
Capacitación	Contenidos y destrezas a desarrollar con el uso de la guía metodológica	Aplicar las instrucciones de la guía metodológica	Proyector de imágenes		
Evaluación	Saber que destrezas desarrolladas han sido adquiridas por todos los estudiantes	Formación de grupos de trabajo, para analizar la guía metodológica Tabla de evaluación utilizada en judo	Alumnos Cronómetro pito		

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Metodología para usar la guía metodológica

## 6.8. Administración de la propuesta

**Tabla 36**

ORGANISMO	RESPONSABLES	FASE DE RESPONSABILIDAD
Equipo de gestión de la institución	Autoridades de la institución. Asociación de judo de Pichincha.	Organización previa al proceso
Equipo de trabajo	Rector Inspector General Docentes de Cultura Física Presidente Vicepresidente Secretario Tesorero 1º Vocal Directores Técnicos	Diagnostico situacional Ejecución del proyecto Direccionamiento Estratégico participativo Discusión y aprobación Programación operativa Ejecución del proyecto

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Hugo Rosales

## 6.9. Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta

Tabla 37

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1. ¿Quiénes solicitan evaluar?	Las autoridades del Colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito
2. ¿Porqué evaluar?	Porque se necesita conocer como están enseñando el judo los docentes de Cultura Física
3. ¿Para qué evaluar?	Para verificar cuales son los conocimientos que están aprendiendo los docentes de Cultura Física
4. ¿Qué evaluar?	Las formas y procedimientos para realizar un entrenamiento de judo
5. ¿Quién evalúa?	Personal encargado de evaluar
6. ¿Cuándo evaluar?	Al inicio parte específica y parte final
7. ¿Cómo evaluar?	Mediante fichas de observación y videos
8. ¿Con qué evaluar?	Fichas de observación, registros, cámara de fotos y videos

Elaborado por: Hugo Rosales

Fuente: Evaluación de la propuesta

## **BIBLIOGRAFÍA**

**ADAMS, N. (1992).** Agarres. Barcelona: Paidotribo.

**ADAMS, N. (1992).** Luxaciones. Barcelona: Paidotribo.

**ÁLAMO, J.(2008).**La iniciación al judo en la educación física escolar. Sevilla: Wanceulen.

**AMADOR, F. (1997).** El judo y las ciencias de la educación física y el deporte. Vitoria – Gasteiz: Instituto Vasco de Educación Física.

**CASTARLENAS, J.L. Y PERE, J. (2002).** El judo en la educación física escolar: unidades didácticas. Barcelona: Hispano Europea.

**CECCHINI, J. (1989).** El Judo y su razón antropométrica. Gijón: GH editores.

**ESPARTERO, J.; Gutiérrez, C. (2002).**El judo como práctica de autodefensa en educación física: una aproximación a sus contenidos básicos.Lecturas: Educación Física y Deportes, 7 (50)

**GASPAR, L. (1980).** Teoría de las Artes Marciales. Madrid: edición de autor. Ghetti, R. (2000). Lecciones de Judo. Barcelona: De Vecchi.

**HABERSETZER, R. (1993)** Comprender el Jiu-Jitsu Ediciones Ampora S.A.,

**JAZARIN, J.L. (1996).**El espíritu del Judo. Charlas con mi Maestro. Eyras. Madrid. España.

**KANO, J. (1986).**Kodokan judo. Japón. Tokio.

**KANO, J. (1995).**Judo. Jujutsuu. Mediterranee. Roma. Italia.

**KANO, J. (1997).** Fondamenti Del Judo.Luni Editrice. Milano. Italia.

**KANO, J. (1989).** Judo Kodokan. Eyras. Madrid. España.

**KASHIWAZAKI, K. (1995).**Atacar en judo. Paidotribo. Barcelona. España.

**KAWAISHI, M. (1963).**Judo. Las siete katas. Bruguera. Barcelona. España.

- KAWAISHI, M. (1964).** Mi método de judo. Bruguera. Barcelona. España.
- KOLYCHKINE, A. (1989).** Judo: nueva didáctica. Barcelona: Paidotribo.
- KUDO, K. (1979).** Judo en acción. Técnicas de Proyección. FHER. Bilbao. España.
- KUDO, K. (1979).** Judo en Acción: Tomos 1 y 2. Bilbao: FHER.
- MATSUMOTO, D. (1996).** An Introduction to Kodokan Judo: History and Philosophy. Hon No Tomosha. Tokyo. Japón.
- MIKONOSUKE, K. (1975).** Judo las siete katas. Madrid. España.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN, (2012).** Área de Educación Física. Quito. Ecuador.
- NALDA, J.S. (2003).** Judo infantil: educación integral. Barcelona: Alas.
- NOGUEROLES, V. (2009).** Judo – Arte & Técnica. Buenos Aires. Argentina.
- OTAKI, T.; Draeger, D.F. (1997).** Judo formal techniques: A Complete Guide to Kodokan Randori No Kata. C. E. Tuttle Co. Rutland. Tokio. Japón.
- PÖHLER, R. (1998).** Iniciación al judo. Del cinturón blanco al verde: las primeras competiciones. Barcelona: Hispano Europea.
- SACRIPANTI, A. (1989).** Biomecánica del judo. Mediterranee. Roma. Italia.
- SHU T. (2010).** *La esencia del judo*. Satori Ediciones,
- TAIRA, S. (2009).** La esencia del Judo. Volúmenes I y II. Gijón: Satori.
- TAMAYO, J.A. (2003).** Iniciación al Judo. Sevilla: Wanceulen.
- THABOT, D. (1999).** Judo óptimo. Barcelona. Madrid.
- TOMO 1:** «Historia del judo. Nage Waza. “Katame waza».
- TOMO 2:** «Kata. “Apéndices».
- UZAWA, T. (1981b).** Pedagogía del Judo. Miñón. Valladolid. España.

**VILLAMÓN, M. (1999).** Introducción al Judo. Barcelona: Hispano-Europea.

**WEB GRAFÍA:**

<<http://www.efdeportes.com/efd50/judoef.htm>> [

<http://bibliotecadigital.conevyt.org.mx/servicios/hemeroteca/reencuentro/no26/Docencia/invest.htm>

<http://es.wikipedia.org/wiki/JudoBibliografía>

<http://www.buenastareas.com/ensayos/Hacia-Un-Concepto-De-Estrategias-Metodol%C3%B3gicas/492378.html>

<http://www.psicopedagogia.com/definicion/didactica>

## ANEXOS

### Anexo 1

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

#### FICHA DE OBSERVACIÓN

**OBJETIVO:**

Identificar los conocimientos de los docentes de Cultura Física sobre los métodos básicos para el interaprendizaje del judo.

**NOMBRE:** \_\_\_\_\_**EDAD:** \_\_\_\_\_      **SEXO:**      **M**       **F** 

ÍTEMS		20	15	10	5
		Muy Bueno	Bueno	Regular	Mal o
1	Dirección del entrenamiento				
2	Conocimiento de la metodología				
3	Explicación clara de los ejercicios				
4	Planificación del entrenamiento				
5	Utilización de los materiales				
6	Didáctica de enseñanza de la técnica				
7	Técnicas motivacionales				

## Anexo 2

### Registro de entrevista estructurada

N° Lugar: Entrevistado: Entrevistador: Lugar y Fecha Objeto de Estudio:	
INTERPRETACIÓN	INTERPRETACIÓN Valoración
1.- ¿Es necesario que exista en el Colegio Comandante General Atahualpa de Quito docentes profesionales en Cultura Física?	
2.- ¿Cuál es el principal problema del interaprendizaje del judo en el colegio en la disciplina deportiva del judo?	
3.- ¿Es importante que el interaprendizaje del judo sea permanente a todos los docentes de Cultura Física del colegio Atahualpa?	
4.- ¿Los docentes en Cultura Física están preparados para el interaprendizaje del judo, es un deporte pero tienen los conocimientos para el interaprendizaje del mismo?	



**Anexo 3**

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES**

**OBJETIVO:-** Identificar el conocimiento de las técnicas básicas del judo para diagnosticar y elaborar una guía metodológica.

**Señores estudiantes por favor, que sus respuestas sean con la mayor sinceridad, lo que me permitirá desarrollar la investigación de una manera más efectiva.**

**Toda la información entregada es de total reserva.**

**1.- ¿Cree usted importante que los estudiantes aprendan las técnicas básicas del judo?**

Si ( )                      No ( )

**2.- ¿Conoce usted alguna de las técnicas básicas del judo?**

SI ( )                      NO ( )

**3.- ¿Sabe usted que las técnicas básicas del judo mejorarían la creatividad, espontaneidad y realización personal?**

SI ( )                      NO ( )

**4.- ¿Conoce usted en el colegio de alguna estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( )                      NO ( )

**5.- ¿Le gustaría que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( )                      NO ( )

**6.- ¿A usted le explican el objetivo de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( )                      NO ( )

**7.- ¿Usted sabe en qué momento se utiliza una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( ) NO ( )

**8.- ¿Le enseñan a usted la teoría de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( ) NO ( )

**9.- ¿Le ayudaría a mejorar su estado físico si tiene conocimiento de una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( ) NO ( )

**10.- ¿Le parece que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo?**

SI ( ) NO ( )

**Gracias por su colaboración.**

## **Anexo 4**

### **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

#### **ENCUESTA A LOS DOCENTES**

**1.- ¿Puede usted enseñar las técnicas básicas del judo?**

SI ( ) NO ( )

**2.- ¿Está capacitado para enseñar las técnicas básicas del judo?**

SI ( ) NO ( )

**3.- ¿Conoce usted los fundamentos de las técnicas básicas del judo?**

SI ( ) NO ( )

**4.- ¿Sabe usted de la filosofía de las Artes Marciales?**

SI ( ) NO ( )

**5.- ¿Le gustaría que se cree una estrategia metodológica para el interaprendizaje del judo?**

SI ( ) NO ( )

**6.- ¿Los docentes de Cultura Física tienen que ser especializados en cada deporte?**

SI ( ) NO ( )

**7.- ¿Al realizar una práctica deportiva los niños realizan un calentamiento específico en cada deporte?**

SI ( ) NO ( )

**8.- ¿Conoce usted sobre pedagogía deportiva?**

SI ( ) NO ( )

**9.- ¿El colegio capacita a los docentes de Cultura Física en judo o Artes Marciales?**

SI ( ) NO ( )

**10.- ¿Le parece que una estrategia metodológica es buena para el interaprendizaje del judo?**

SI ( ) NO ( )

**Gracias por su colaboración**

## **Anexo 5**

### **.UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

#### **ENTREVISTA A LAS AUTORIDADES**

**1.- ¿Revisa usted las planificaciones de Cultura Física?**

SI ( ) NO ( )

**2.- ¿Controla usted los planes de clase de los docentes de Cultura Física?**

SI ( ) NO ( )

**3.- ¿Usted evalúa las planificaciones?**

SI ( ) NO ( )

**4.- ¿Exige las planificaciones actualizadas a los docentes de Cultura Física?**

SI ( ) NO ( )

**5.- ¿Conoce usted de planificación deportiva?**

SI ( ) NO ( )

**6.- ¿Los docentes de Cultura Física saben de Artes Marciales?**

SI ( ) NO ( )

**7.- ¿Tiene usted docentes especializados en cada deporte?**

SI ( ) NO ( )

**8.- ¿Los docentes de Cultura Física saben de judo?**

SI ( ) NO ( )

**9.- ¿Tiene usted una planificación de una estrategia metodológica?**

SI ( ) NO ( )

**10.- ¿Desea tener usted una estrategia metodológica?**

SI ( ) NO ( )

**Gracias por su colaboración.**

**Anexo 6**

**“Colegio Comandante General Atahualpa”**



**Autoridades del colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito.**



## Anexo 7

Estudiantes del colegio Comandante General Atahualpa de la ciudad de Quito.







## Anexo 8 AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN



### Colegio Comandante General Atahualpa

HONOR - VALOR - LEALTAD

EDUCACIÓN INICIAL - EDUCACIÓN BÁSICA - BACHILLERATO

ACUERDO MINISTERIAL No. 022 (Escuela) No. 1777 (Colegio) Bachillerato (2635)

Quito, 04 de febrero de 2013

#### AUTORIZACION

Yo, **Jaime Larrea** con cedula de identidad número: 020036452-9 en mi calidad de Rector del Colegio Particular Comandante General "Atahualpa", autorizo al Sr. Hugo Ramiro Rosales con cedula de identidad número 170420683-6 para que en la institución a mi cargo realice la investigación necesaria para la elaboración de su proyecto de tesis de grado para el cual ofrezco prestar todas las facilidades del caso.

Lic. Jaime Larrea  
RECTOR



Dir.: Guamaní • Calle Patricio Romero 857-316 • Teléfono: 3 007 043 • Quito - Ecuador  
E-mail: [cogna\\_atahualpa@hotmail.com](mailto:cogna_atahualpa@hotmail.com)