



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

---

**“LA PRACTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL  
DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS  
DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO”**

---

**AUTOR:** Raúl Tapia Fernández

**TUTOR:** LCDO. MG. Edgar Marcelo Medina Ramírez

**AMBATO – ECUADOR**

**2013**

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

**CERTIFICA**

Yo **LCDO. MG. EDGAR MARCELO MEDINA RAMÍREZ** en calidad de tutor del trabajo de graduación o titulación sobre el tema: **“LA PRACTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO”** Desarrollado por el egresado Raúl Tapia Fernández, considero que dicho informe investigativo reúne los requerimientos técnicos, científicos y reglamentarios por lo que autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, que sea sometido a evaluación por parte de la comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

.....  
**LCDO. MG. EDGAR MARCELO MEDINA RAMÍREZ**

**TUTOR**

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia que el presente informe es resultado de la investigación del autor, quien basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera profesional, investigaciones bibliográficas y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones constantes en este documento. Así las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe son de exclusiva responsabilidad de su autor.

.....  
**Raúl Tapia Fernández**

**C.I.0501124747**

**AUTOR**

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente trabajo final de grado o titulación sobre el tema: **“LA PRACTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO”**, autorizo su reproducción total y 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.

.....  
**Raúl Tapia Fernández**

**C.I.0501124747**

**AUTOR**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

**Al Consejo Directivo De La Facultad De Ciencias Humanas Y De La Educación**

La Comisión De Estudio Y Calificación Del Informe Del Trabajo De Graduación O Titulación, Sobre El Tema:

**“LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO”**

Presentado por el Sr. **RAÚL TAPIA FERNÁNDEZ**, egresado de la Carrera De Cultura Física promoción: Marzo – Agosto 2012, una vez revisada y calificada la investigación, se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos, teóricos y científicos de investigación y reglamentarios establecidos.

Por lo tanto autoriza la presentación ante los organismos pertinentes para los trámites correspondientes.

Ambato, 28 de Noviembre del 2013

### **LA COMISIÓN**

.....

**Dr. Ángel Aníbal Sailema Torres**

**PRESIDENTE DEL TRIBUNAL**

.....

**Lcdo. Walter Giovanni Aguilar Chasipanta**

**MIEMBRO**

.....

**Lcdo. Christian Rogelio Barquín Zambrano**

**MIEMBRO**

## **DEDICATORIA**

Gracias a esas personas importantes en mi vida, que siempre estuvieron listas para brindarme toda su ayuda, ahora me toca regresar un poquito de todo lo inmenso que me han otorgado. Con todo mi cariño esta tesis se las dedico a ustedes:

Mi esposa Nancy

Mi hijo Santiago

Mi padre Julio Cesar

Mi madre Concepción

## **AGRADECIMIENTO**

MI SINCERO AGRADECIMIENTO A LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO POR SU CONTRIBUCIÓN A LA FORMACIÓN DE DOCENTES CRÍTICOS Y REFLEXIVOS DE LA REALIDAD DE LA EDUCACIÓN NACIONAL, NUTRIDOS CON ESPÍRITU DE CAMBIO Y TRANSFORMACIÓN.

A LOS DOCENTES DE LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN, POR SU SAPIENCIA Y POR LOS MOMENTOS COMPARTIDOS, QUE HAN SERVIDOS DE EJEMPLO PARA NUESTRA DIARIA TAREA EN LAS AULAS.

AL, LCDO. MG. EDGAR MEDINA MAESTRO Y AMIGO, POR SU AYUDA Y VALIOSA ORIENTACIÓN QUE ME SUPO BRINDAR, QUE SIN SU APOYO INCONDICIONAL NO HUBIESE SIDO POSIBLE CULMINAR CON ÉXITO EL PRESENTE TRABAJO.

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDO

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN.....	ii
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	iii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR.....	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO .....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDO.....	viii
ÍNDICE DE CUADROS E ILUSTRACIONES .....	xv
RESUMEN EJECUTIVO.....	xix
INTRODUCCIÓN .....	1

### CAPITULO I

#### 1.-EL PROBLEMA

1.1.- TEMA .....	3
1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	3
1.2.1.- CONTEXTUALIZACIÓN:.....	3
1.2.2.- ANÁLISIS CRÍTICO.....	9
1.2.3.- PROGNOSIS .....	10



1.2.4.-FORMULACIÓN DEL PROBLEMA. ....	10
1.2.5.- PREGUNTAS DIRECTRICES.....	10
1.2.6.- DELIMITACIÓN DEL OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN .....	11
1.2.6.1.- DELIMITACIÓN DE CONTENIDO.....	11
1.2.6.2.- DELIMITACIÓN ESPACIO.....	11
1.2.6.3.- DELIMITACIÓN TEMPORAL.....	11
1.2.6.4.- DELIMITACIÓN POBLACIONAL .....	11
1.3.- JUSTIFICACIÓN .....	11
1.4.- OBJETIVOS .....	12
1.4.1.- OBJETIVO GENERAL .....	12
1.4.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	12

## **CAPÍTULO II**

### **2.-MARCO TEÓRICO**

2.1.- ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS .....	13
2.2.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO CIENTÍFICA .....	15
2.2.1.- FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA .....	15
2.2.2.-FUNDAMENTACIÓN LEGAL .....	15
2.2.3.-FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA .....	16
2.2.4.-FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA .....	16
2.3.1.- RED DE INCLUSIONES CONCEPTUALES .....	17
2.3.2.- RED CONCEPTUAL: EL TAEKWONDO.....	18
2.3.3.- RED CONCEPTUAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	19

2.4.- ARGUMENTACIÓN DE LAS CATEGORÍAS FUNDAMENTALES .....	20
2.4.1.- VARIABLE INDEPENDIENTE: TAEKWONDO .....	20
2.4.1.1.-CULTURA FÍSICA .....	20
2.4.1.2. DEPORTE.....	22
2.4.1.3. DEPORTES DE COMBATE.....	24
VARIABLE INDEPENDIENTE: TAEKWONDO .....	26
2.4.2.- VARIABLE DEPENDIENTE: INTELIGENCIA EMOCIONAL .....	35
2.4.2.1.-PSICOLOGIA EVOLUTIVA. ....	35
2.4.2.2.-FUNCIONES MENTALES.....	37
2.4.2.3.-INTELIGENCIA. ....	38
VARIABLE DEPENDIENTE: INTELIGENCIA EMOCIONAL .....	41
2.5. PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS .....	45
2.5.1.- HIPÓTESIS GENERAL .....	45
2.6.- DETERMINACIÓN DE VARIABLES DE LA HIPÓTESIS GENERAL ....	45
2.6.1.-VARIABLE INDEPENDIENTE .....	45
2.6.2 VARIABLE DEPENDIENTE.....	45

### **CAPITULO III**

#### **3.-METODOLOGÍA**

3.1. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN.....	46
3.2.- MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN.....	46
3.2.1.- DE CAMPO.....	46
3.2.2.- INVESTIGACIÓN BIBLIOGRÁFICA. ....	46

3.3.- MÉTODOS .....	46
3.4.- TÉCNICAS .....	47
3.5.- CARACTERIZACIÓN DEL OBJETO Y LUGAR.....	47
3.6.- NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	47
3.7.- POBLACIÓN.....	48
3.8.- MUESTRA.....	48
3.9.- SUJETOS DE ESTUDIO.....	48
3.10. - OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	49
3.11.- PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN .....	51
3.12.- PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN .....	52

## **CAPITULO IV**

### **4.-ANALIOSIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1.- ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADO.....	53
4.2 INTERPRETACIÓN DE DATOS DE LA ENCUESTA.....	53
4.3 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS DE LOS DEPORTISTAS .....	74
4.3.1 COMBIMACION DE FRECUENCIAS .....	74
4.3.2 HIPÓTESIS .....	74
4.3.3 NIVEL DE SIGNIFICACIÓN.....	74
4.3.4 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN.....	74
4.3.5 ESPECIFICACIÓN DEL ESTADÍSTICO.....	75
4.3.6 REGIÓN DE ACEPTACIÓN Y RECHAZO.....	75
4.3.7 CÁLCULO ESTADÍSTICO DEPORTISTAS .....	77

4.4 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS DE LOS ENTRENADORES .....	80
4.4.1 COMBINACION DE FRECUENCIAS .....	80
4.4.2 HIPÓTESIS .....	80
4.4.3 NIVEL DE SIGNIFICACIÓN.....	80
4.4.4 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN.....	80
4.4.5 ESPECIFICACIÓN DEL ESTADÍSTICO.....	81
4.4.6 REGIÓN DE ACEPTACIÓN Y RECHAZO.....	81
4.4.7 CÁLCULO ESTADÍSTICO ENTRENADORES .....	82

## **CAPÍTULO V**

### **5.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1.-CONCLUSIONES .....	85
5.2.-RECOMENDACIONES .....	86

## **CAPÍTULO VI**

### **6.-PROPUESTA**

6.1. DATOS INFORMATIVOS: .....	87
6.2. ANTECEDENTE DE LA PROPUESTA.....	88
6.3. JUSTIFICACIÓN.....	88
6.4. OBJETIVOS.....	90
6.4.1. OBJETIVO GENERAL.....	90
6.4.2. OBJETIVO ESPECÍFICO.....	90

6.5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	91
6.5.1.- TÉCNICA LÚDICA.....	91
6.5.2.-TEORÍAS DE JUEGO .....	92
6.5.3.-EL JUEGO COMO RECURSO EDUCATIVO Y SOCIALIZADOR .....	92
6.5.4.-EL TAEKWONDO Y SU IMPORTANCIA .....	94
6.6.-MODELO OPERATIVO .....	94
TÉCNICA No 1 .....	96
TÉCNICA No 2 .....	99
TÉCNICA No 3 .....	102
TÉCNICA No 4 .....	104
TÉCNICA No 5 .....	106
TÉCNICA No 6 .....	108
TÉCNICA No 7 .....	110
TÉCNICA No 8 .....	112
TÉCNICA No 9 .....	114
TÉCNICA No 10 .....	116
6.7.-CRONOGRAMA Y ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA .....	118
6.8 MONITOREO Y EVALUACIÓN .....	122
6.8.1 LINEAMIENTOS PARA EVALUAR LA PROPUESTA.....	122
6.9 PREVISIÓN DE LA EVALUACIÓN .....	123
6.10.-REGISTRO ECONÓMICO DE INVERSIÓN PARA EL PROYECTO ....	124
BIBLIOGRAFÍA .....	125
ANEXOS .....	127

ANEXO I .....	128
ANEXO II.....	131
ANEXO III.....	134
ANEXO IV .....	135
ANEXO V.....	135
ANEXO VI .....	141
ANEXO VII .....	141
ANEXO VIII.....	142
ANEXO IX .....	142
ANEXO X.....	143
ANEXO XI .....	143
ANEXO XII .....	144
ANEXO XIII.....	144
ANEXO XIV.....	146
ANEXO XV .....	147
ANEXO XVI.....	148

## ÍNDICE DE CUADROS E ILUSTRACIONES

### CUADROS

Cuadro nº 1 Esquema de problemas.....	8
Cuadro nº 2 Descripciones de la población.....	48
Cuadro nº 3 Operacionalizacion variable independiente: el taekwondo.....	49
Cuadro nº 4 Operacionalizacion variable dependiente: inteligencia emocional.....	50
Cuadro nº 5 Recolecciones de información.....	51
Cuadro nº 6 Los entrenamientos utilizan técnicas lúdicas.....	54
Cuadro nº 7 Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros.....	55
Cuadro nº 8 La motivación y el auto control mejora el rendimiento.....	56
Cuadro nº 9 La filosofía del taekwondo desarrolla la interacción.....	57
Cuadro nº 10 Las artes marciales fomentan el desarrollo de la personalidad.....	58
Cuadro nº 11 El Taekwondo desarrolla el respeto y el auto control.....	59
Cuadro nº 12 Existe en la L.D.C. Salcedo existe una guía lúdica de taekwondo.....	60
Cuadro nº 13 Cómo deportista como se motiva.....	61
Cuadro nº 14 Las técnicas lúdico metódicas desarrollan la cognición.....	62
Cuadro nº 15 Con las técnicas lúdicas el deportista se integra al grupo.....	63

Cuadro n° 16 Utiliza usted, técnicas lúdicas motivacionales.....	64
Cuadro n° 17 Sus estudiantes se motivan cuando usted utiliza.....	65
Cuadro n° 18 Como entrenador que técnica motiva más sus estudiantes.....	66
Cuadro n° 19 Las técnicas lúdicas mejoran el rendimiento en competencia.....	67
Cuadro n° 20 Las técnicas lúdico ayudan a desarrollar la cognición.....	68
Cuadro n° 21 Las técnicas lúdico son apropiadas para alumnos con estrés.....	69
Cuadro n° 22 Las técnicas lúdico ayudan a formar la personalidad.....	70
Cuadro n° 23 Las técnicas lúdico ayudan a sus relaciones con su grupo.....	71
Cuadro n° 24 Las técnicas lúdico desarrollan la inteligencia emocional.....	72
Cuadro n° 25 La L.D.C Salcedo cuenta con una guía lúdica para su disciplina deportiva.....	73
Cuadro n° 26 Tabla de frecuencias observadas de los deportistas.....	77
Cuadro n° 27 Tabla de frecuencias esperadas de los deportistas.....	78
Cuadro n° 28 Tabla del chi cuadrado deportistas.....	79
Cuadro n° 29 Tabla de frecuencias observadas de los entrenadores.....	82
Cuadro n° 30 Tabla de frecuencias esperadas de los entrenadores.....	83
Cuadro n° 31 Tabla del chi cuadrado entrenadores.....	84
Cuadro n° 32 Administración de la propuesta.....	115
Cuadro n° 33 Previsión de la evaluación.....	120
Cuadro n° 34 Registro económico.....	121



Cuadro n° 35 Cronograma.....	131
------------------------------	-----

## **ILUSTRACIONES**

Grafico n° 1 Categorías fundamentales.....	17
Grafico n° 2 Red de la variable independiente: el taekwondo.....	18
Grafico n° 3 Red de la variable dependiente: inteligencia emocional.....	19
Grafico n° 4 Los entrenamientos utilizan técnicas lúdicas.....	54
Grafico n° 5 Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros.....	55
Grafico n° 6 La motivación y el auto control mejoran el rendimiento físico.....	56
Grafico n° 7 La filosofía del taekwondo ayuda a desarrollar la interacción.....	57
Grafico n° 8 Las artes marciales fomentan la personalidad.....	58
Grafico n° 9 El taekwondo desarrolla el respeto y el auto control.....	59
Grafico n° 10 Existe en la L.D.C. Salcedo una guía lúdica de taekwondo.....	60
Grafico n° 11 Cómo deportista como se motiva.....	61
Grafico n° 12 Las técnicas lúdico metódicas desarrollan la cognición.....	62
Grafico n° 13 Con las técnicas lúdicas el deportista se integra al grupo.....	63
Grafico n° 14 Utiliza usted, técnicas lúdicas motivacionales.....	64
Grafico n° 15 Sus estudiantes se motivan cuando practica la lúdica.....	65
Grafico n° 16 Como entrenador que motiva más sus estudiantes.....	66
Grafico n° 17 Las técnicas lúdicas mejoran el rendimiento en competencia.....	67

Grafico n° 18 Las técnicas lúdico desarrollan la cognición.....	68
Grafico n° 19 Las técnicas lúdico ayudan a alumnos con estrés.....	69
Grafico n° 20 Las técnicas lúdico ayudan a formar la personalidad.....	7'
Grafico n° 21 Las técnicas lúdico ayudan sus relaciones con su grupo.....	71
Grafico n° 22 Las técnicas lúdico desarrollan la inteligencia emocional.....	72
Grafico n° 23 La L.D.C Salcedo cuenta con una guía lúdica para su disciplina deportiva.....	73
Grafico n° 24 Representación gráfica del chi cuadrado.....	76

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.**

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

**CARRERA DE: CULTURA FÍSICA.**

**MODALIDAD: PRESENCIAL**

**RESUMEN EJECUTIVO**

**TEMA:** “LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO”

**AUTOR:** RAÚL TAPIA FERNÁNDEZ.

**TUTOR:** LCDO. MG. EDGAR MEDINA.

**RESUMEN:**

Como autor de presente trabajo de investigación, me propuesto realizar la tarea de investigar el taekwondo y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal “Salcedo”

La investigación se realizó, a 35 deportistas y 7 entrenadores del de la liga deportiva cantonal de “Salcedo” en el periodo Octubre 2012 – Mayo 2013 del mismo que se desprende la “ influencia de técnicas lúdicas y su adaptación al taekwondo para el entrenamiento biopsicosocial” del deportista , y por ende la necesidad imperiosa de contar en el centro deportivo con una guía práctica que permita a los deportistas como a entrenadores potenciar su rendimiento en las distintas competencias.

Entrenar usando como base la filosofía del taekwondo y conjugándola con la lúdica resulta algo fundamental, ya que se evita enseñar de una manera rigurosa los procedimientos, las técnicas y la metodología física de las artes marciales.

Las técnicas lúdicas deben ser conocidos por el entrenador, de forma especial como parte de su metodología puesto que de una manera equivocada muchas veces se pretende aplicar un juego de manera general, sin pensar que en lugar de motivar al deportista puede repercutir negativamente en la práctica de su disciplina deportiva.

La constante aplicación de técnicas lúdicas contribuirán también a la motivación que se del deportista ya que es algo tan indispensable pues mejora notablemente en todas sus actividades, que realiza el deportista evidenciamos su mejor comportamiento así como rendimiento físico.

**Descriptorios del trabajo:**

- ✓ Taekwondo
- ✓ Inteligencia emocional
- ✓ Técnicas lúdicas
- ✓ Entrenamiento
- ✓ Biopsicosocial
- ✓ Metodología
- ✓ Motivación
- ✓ Comportamiento
- ✓ Rendimiento físico

## INTRODUCCIÓN

La investigación se orienta a proporcionar una integración entre la práctica deportiva y el desarrollo emocional mediante el entrenamiento lúdico en el taekwondo,

El presente trabajo trata de la práctica del taekwondo y como incide en el desarrollo de la inteligencia emocional mediante la aplicación de técnicas lúdicas adaptadas a esta disciplina deportiva y la elaboración de una propuesta de una guía metodológica para mejorar el entrenamiento físico a la adaptación del deportista a su grupo de pares.

Los beneficiarios serán los deportistas, entrenadores, la liga deportiva cantonal de “Salcedo” y la Comunidad. Pues los resultados potenciarán la práctica deportiva en los niños y niñas y adolescentes de la sociedad.

Esta investigación orienta su metodología por un paradigma cualitativo porque el problema requiere investigación interna, sus objetivos plantean acciones inmediatas, la población es pequeña, requiere trabajo de campo y es factible su realización.

Este trabajo de investigación consta de los siguientes capítulos y contenidos:

En el Capítulo I, su contextualización es el ámbito social del problema de investigación desde la visión macro, meso y micro. Se plantean interrogantes que buscan determinar causas y efectos de esta problemática. En la Prognosis vislumbramos lo que podría producirse a futuro. Se plantean el problema, se precisan las variables, así como los objetivos: general y específicos, se termina con la justificación de este trabajo.

En el Capítulo II, se señalan los Antecedentes Investigativos, en los que se describen opiniones y explicaciones de diversos estudios de la problemática planteada en este trabajo de investigación, así como las Fundamentaciones respectivas, en las que se señala la posición paradigmática y las orientaciones deportivas, psicológicas, sociales

y legales que contempla este problema, además de formular la hipótesis correspondiente.

En el Capítulo III, se plantea la Metodología mediante la cual se procederá a la recolección de la información en base a la investigación de campo realizada en la Liga deportiva cantonal de “Salcedo” se desarrolla la Operacionalización de las variables mencionándose los instrumentos de investigación que se emplearán.

En el Capítulo IV, se realizó la tabulación de los resultados del instrumento de investigación, se elaboraron las tablas y gráficos estadísticos mediante los cuales se procedió al análisis de los datos para obtener resultados confiables de la investigación realizada y comprobación de Hipótesis por porcentajes.

En el Capítulo V, se obtuvieron las conclusiones y recomendaciones pertinentes, de acuerdo al análisis estadístico de los datos de la investigación afirmándose que los entrenadores así como los deportistas requieren unas guías metodológicas de técnicas lúdicas adaptadas para el desarrollo de su inteligencia emocional.

En el Capítulo VI, se plantea la Propuesta de diseño de técnicas lúdicas adaptadas a la práctica del taekwondo para desarrollar en el deportista; inteligencia emocional, tolerancia a la frustración, auto control, sociabilidad así como también elevar su potencial físico y el interés en la disciplina deportiva.

## **CAPITULO I**

### **1.-EL PROBLEMA**

#### **1.1.- TEMA**

“LA PRACTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO”

#### **1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

##### **1.2.1.- CONTEXTUALIZACIÓN:**

Las investigaciones acerca de los beneficios de la actividad física y el deporte suelen estar enmarcadas dentro del discurso médico, que propende por la práctica de deporte con miras a disminuir la probabilidad de ocurrencia de patologías de origen físico y psicológico así como el estrés la ansiedad y conductas des adaptativas entre otras.

En el contexto latinoamericano se hallan cifras bastante preocupantes que estiman que más de un cuarto de la población mayor a los 14 años no practica una actividad física o deporte. Uno de los estudios más reciente, realizado en Argentina, encontró que aproximadamente el 60% de los varones y el 75% de las mujeres de entre 25 y 70 años no realizan actividad física regularmente (Argentina en movimiento, 2000). Este estudio plantea, así mismo, que aquellos que participan lo hacen con una frecuencia o dosificación inadecuada. Este panorama, plantean los autores, permite señalar que no están debidamente incorporados en el imaginario colectivo los hábitos que conllevan dicha experiencia vital. La consecuencia es que gran número de ciudadanos, en el campo de la salud, se ubican en la categoría de población de riesgo, es decir, son potencialmente vulnerables frente a la posibilidad de contraer alguna enfermedad.

Podemos mencionar en este mismo sentido el documento argumenta que "el estilo de vida sedentario no sólo atenta contra la calidad de vida de la población, provocando la aparición de enfermedades, sino que además, tiene un alto costo económico para el país.

De esta forma, los recursos disponibles serían orientados de manera eficiente hacia planes de prevención y mejoramiento de la salud pública y no solamente a cubrir las urgentes demandas coyunturales que ocasionan las enfermedades.

Chile, en donde un estudio difundido por la Clínica Alemana, Santiago de Chile (2002), encontró que el 88.8% de los hombres y el 93.3% de las mujeres pueden ser catalogadas como sedentarias. En cuanto al estrato socioeconómico, es en los estratos más bajos donde se presenta con mayor frecuencia el problema con un 93.6%, 90.5% en el estrato medio y 89.8% en el estrato alto. A pesar de que las diferencias no son muy notorias, esto indicaría que las condiciones económicas de la población tienen cierta incidencia en la aparición del sedentarismo. Los últimos datos indican que posiblemente a mayor edad, mayor sedentarismo, pero esto debe ser matizado con el análisis de contextos sociales y la influencia que estos han ejercido en las distintas actitudes hacia la práctica deportiva, de las personas o grupos.

Teniendo en cuenta que el cerebro pensante desempeña un papel fundamental en nuestras emociones, exceptuando aquellos momentos en los que las emociones se desbordan y el cerebro emocional asume por completo el control de la situación.

En cierto modo, tenemos dos cerebros y dos clases diferentes de inteligencia: la inteligencia racional y la inteligencia emocional y nuestro funcionamiento vital está determinado por ambos.



Es por ello que el ejercicio físico debe estar relacionado como una forma preventiva para evitar enfermedades físicas y psicológicas relacionando entre el sentir y el pensar, la emoción guía nuestras decisiones, trabajando con la mente racional y capacitando o incapacitando al cuerpo mismo.

En un estudio realizado por Dr. Luis Carrasco docente de la universidad central del Ecuador en el departamento de cultura física (2001) que tenía como objetivo fundamental describir las motivaciones de los padres de jóvenes deportistas para incorporar a estos en el taekwondo, muestra en los resultados que existe un componente importante en atribuir al deporte la potencialización de factores psicosociales como incorporar la norma, el respeto por el otro, la responsabilidad y el compañerismo.

En otro estudio, realizado en la federación deportiva de guayas (2005) examinó a tres grupos de jóvenes de la misma edad, género y estrato socioeconómico. Un grupo participó en taekwondo, programa para incorporar prácticas de lucha y autodefensa; el segundo se ejercitó en el taekwondo tradicional, programa de entrenamiento en la reflexión y la meditación filosófica; y el tercer y último grupo practicó el balompié y el baloncesto. Después de seis meses, los muchachos que participaron en el taekwondo tradicional (el grupo 2) exhibieron agresión por debajo de lo normal, menos ansiedad, mayores habilidades sociales y mejora de la autoestima.

Haciendo referencia a los dos estudios citados mencionaremos que el deporte y la actividad física en general permiten verificar que, sin duda, la comunidad local considera que el deporte es un instrumento poderoso de transformación social y que existe en él un elemento importante para el desarrollo de los individuos, el niño, y el adolescente, además del aspecto de la socialización. En el mismo sentido, el autor concluye que la práctica del deporte es saludable, se utiliza como un antídoto a los vicios, a la delincuencia, y a la violencia de cualquier tipo.

En una entrevista realizada al Dr. Marco Chango S. Medico Deportólogo de la federación deportiva de Cañar plantea que el deporte influye en todas las formas de vivir la cotidianidad de los miembros de una sociedad. el deporte favorece la capacidad de aceptar valores morales y éticos a través del comportamiento aprendido como deportista, establece comunicaciones verbales y no verbales mediante el desarrollo de un lenguaje específico y de unos gestos, y crea un ambiente cultural para el deportista, considerado un héroe popular moderno que es de hecho habitualmente contemplado en las tendencias de la publicidad.

El énfasis en la victoria puede desviar la atención de la variedad y motivaciones con que se participa en el deporte escolar, en el que algunos alumnos desean participar y divertirse y otros ganar campeonatos aseguran que basados en el convencimiento general de que cualquier actividad que se realice durante los años de formación de un individuo producirá un impacto educacional, el deporte es una de las influencias a considerar en la educación de la juventud, y para muchos, la parte más importante del establecimiento educativo. Sin embargo, el carácter formativo que pueda alcanzar el mismo dependerá, entre otros factores, de la manera en que los niños y jóvenes han de enfrentarse al dilema del juego limpio, es decir, a la toma de una posición frente al respeto de las normas del juego, o al hecho de saltarse las reglas establecidas con el único fin de ganar.

Puedo mencionar como entrenador de taekwondo y coordinador de eventos deportivos dentro de la provincia de Cotopaxi por medio de la liga cantonal de salcedo sobre el taekwondo y la inteligencia emocional. Que hay que brindar un particular realce a la filosofía de cada una de las disciplinas deportivas pues ayuda al deportista a estructurarse como un ser social y a su vez fortalece las interacciones sociales

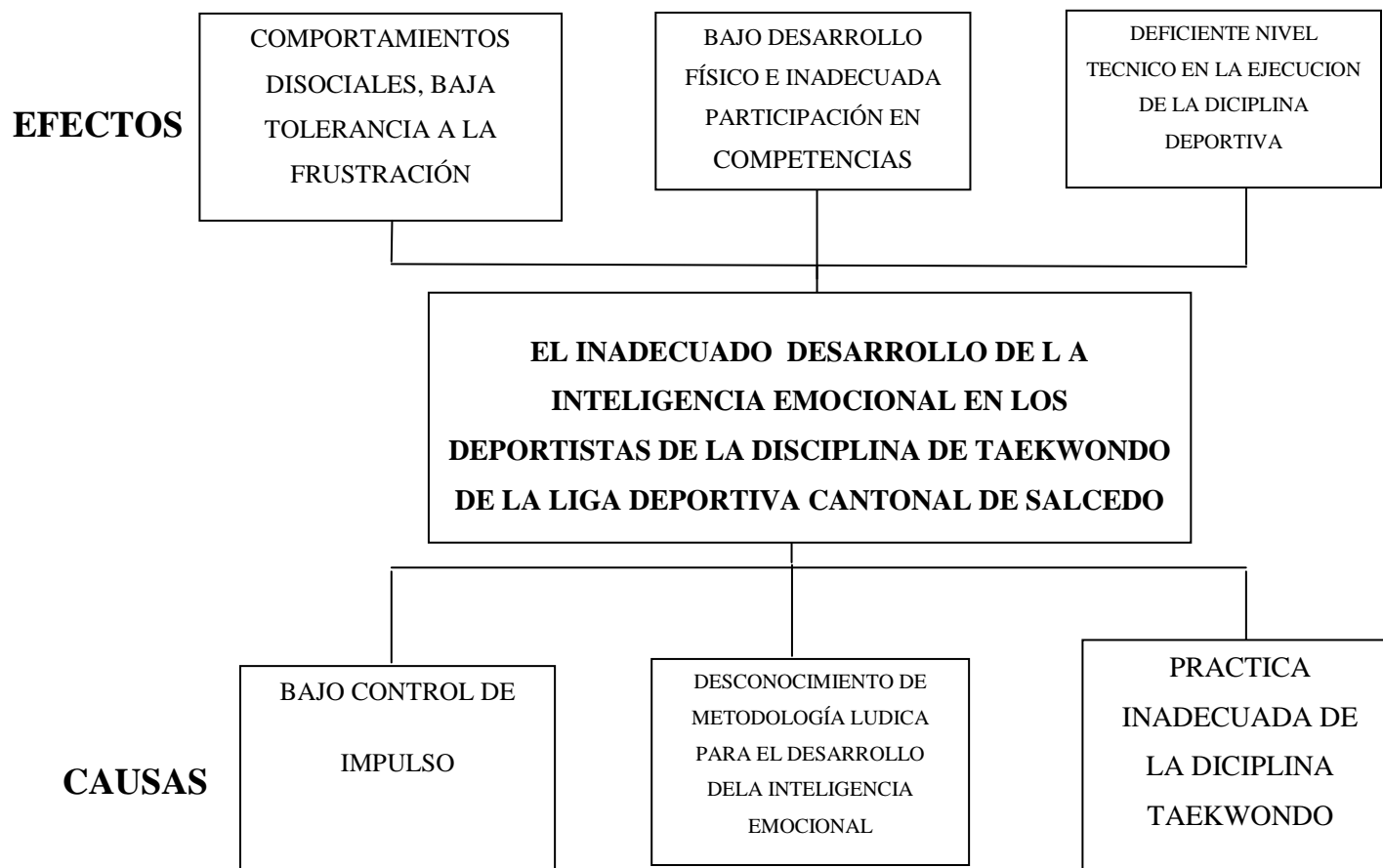
Existe un amplio acuerdo en reconocer el elevado potencial socializador del deporte: puede favorecer el aprendizaje de los roles del individuo y de las reglas sociales, reforzar la autoestima, el auto concepto, el sentimiento de identidad y la solidaridad. Además, parece que los valores culturales, las actitudes sociales y los comportamientos individuales y colectivos aprendidos en el marco de las actividades deportivas, vuelven a encontrarse en otros campos de la vida como el trabajo y las relaciones familiares.

Este potencial socializador que tiene el deporte puede tener consecuencias negativas o positivas, según el modo en que se establezca la interacción entre la persona que se socializa, los agentes socializadores y los contextos sociales. Por ejemplo, no se dará la misma situación socializadora en una escuela que cuente con todos los medios para impulsar un programa de iniciación deportiva, que aquella otra en la que, además de carecer de esta posibilidad, un programa de este tipo puede ser juzgado con cierto recelo. De allí la importancia del correcto accionar del docente ya que someter al alumno a presiones constantes o cargarlo de exigencias que él no está en condiciones de poder afrontar, puede marcarlo de tal manera que condicione o limite su futura participación en el deporte, disminuya su autoeficacia y se decida por relaciones sociales inadecuadas.

Para que se dé el desarrollo moral en un contexto deportivo, se deben idear estrategias de razonamiento moral que superen la convención social. Esto hace referencia al aprendizaje de los valores que tradicionalmente se han difundido con el deporte, que sólo se limitan al cumplimiento de las normas necesarias para su práctica, sin que en ello exista algún razonamiento que justifique la necesidad del respeto por los mismos. Trabajos de otros investigadores indican que los niveles de desarrollo cognitivo de los estudiantes mejoran por el uso de un sistema de intervención estructurada, más que por otros que simplemente exponen a los deportistas a la interacción propia derivada del juego.

CUADRO N° 1 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013

ESQUEMA DE PROBLEMAS



### **1.2.2.- ANÁLISIS CRÍTICO**

Es necesario tomar en cuenta que la práctica de una disciplina deportiva es una de las Causas para que exista un adecuado desarrollo de la inteligencia emocional en los deportistas; y como Efecto a esta afirmación causal tenemos que, los deportistas que no realizan pragmatismo de la misión y visión de su disciplina deportiva, acarrea un sin número de problemas en la salud mental como es los comportamientos antideportivos y por consecuencia el baja tolerancia a la frustración en entrenamientos y competencias.

Hay que tener en cuenta siempre que el deportista es receptivo activo y hay que aprovechar al niño y joven en educarlo mejor para su salud física y psicológica, ya que, el hacer deporte o actividad física diariamente desestresa el cuerpo y la mente es por ello que se debe eliminar métodos poco didácticos como los juegos o ejercicios inadecuados carentes de pedagogía lúdica previniendo de esta manera la bajo desarrollo físico e inadecuada participación en competencias.

Se ha de mencionar también los de deportistas de la disciplina taekwondo, quienes no han sido motivados por parte del maestro o entrenador tienden a desertar de la disciplina lo cual ha causado frustración en estos sujetos ay por lo tanto baja autoestima y así como también el auto imagen mostrado cambios negativos en su conducta, tanto en la casa como en la escuela y en el medio en que habitualmente de desarrollan.

Pues debemos entender que el taekwondo temple el carácter de la persona para aquellas personas que son muy agresivos se vuelven más tranquilos y consientes, mientras que para los niños introvertidos y muy tímidos les proporciona mayor confianza, iniciativa y los motiva a aprender a valorarse por sí solos desarrollando de esta manera mayor autonomía y mejoras en el rendimiento físico.

### **1.2.3.- PROGNOSIS**

Al no darse la concientización sobre la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en los deportistas de la disciplina de taekwondo de la liga cantonal de Salcedo la desmotivación así como también las relaciones interpersonales y el control de impulsos en estos mostrara un declive progresivo en el rendimiento físico alterando así la participación elite del deportista. Los principios en los que el taekwondo se basa, lo hacen una disciplina fascinante y muy benéfica que está al alcance de todos, sin importar su edad o sexo.

Mejorando su calidad de vida, día con día adulto, jóvenes y niños lo practican dando como resultado personas con excelente condición física, seguras de sí mismas, auto disciplinadas y con elevada autoestima.

### **1.2.4.-FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.**

¿De qué manera Incide el Taekwondo En El Desarrollo De La Inteligencia Emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo en el periodo Octubre 2012 Mayo 2013?

### **1.2.5.- PREGUNTAS DIRECTRICES**

- ✓ ¿Qué incidencia tiene la práctica del Taekwondo en el desarrollo de la inteligencia emocional del deportista de la disciplina del taekwondo?
- ✓ ¿Es importante desarrollar la inteligencia emocional en los niños?
- ✓ ¿De qué forma repercute la inteligencia emocional en el deportista de taekwondo?
- ✓ ¿Se debería diseñar una propuesta innovadora para solucionar el problema planteado?

## **1.2.6.- DELIMITACIÓN DEL OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.2.6.1.- DELIMITACIÓN DE CONTENIDO**

**CAMPO:** Deportivo – Educativo.

**ÁREA:** Cultura Física

**ASPECTO:** Integración del alumnado

**1.2.6.2.- DELIMITACIÓN ESPACIO.** Esta investigación se realizara en la liga cantonal.

**1.2.6.3.- DELIMITACIÓN TEMPORAL.** El estudio se realizara en un período de 6 meses comprendido en el periodo Octubre 2012 Mayo 2013

**1.2.6.4.- DELIMITACIÓN POBLACIONAL.** Universo o población: 42 deportistas que pertenecen a la disciplina taekwondo. Así como a 7 entrenadores de las distintas disciplinas deportivas de la liga cantonal Salcedo.

## **1.3.- JUSTIFICACIÓN**

El taekwondo conjuga elementos que llevan a la realización del ser humano en todos los sentidos. Los principios en que éste arte marcial se basa, lo hacen una disciplina fascinante y muy benéfica que está al alcance de todos, sin importar su edad o sexo. Mejorando su calidad de vida, día con día adulto, jóvenes y niños lo practican dando como resultado personas con excelente condición física, seguras de sí mismas, auto disciplinadas y con elevada autoestima.

Existen cientos de casos de niños que al practicar este deporte, han mostrado cambios positivos en su conducta, tanto en la casa como en la escuela y en el medio en que habitualmente se desarrollan.

El taekwondo es un arte marcial moderno de origen coreano. Se destaca por la variedad y espectacularidad de sus técnicas de patada, y actualmente es una de las artes marciales más conocidas.

El Taekwondo se puede caracterizar por la unidad: la unidad de cuerpo, mente y vida; y la unidad de la pose "poomsae", la confrontación, y la severidad. Cuando tú practicas el Taekwondo, debes poner en paz tu mente y sincronizarla con tus movimientos, y extender esta armonía a tu vida y la comunidad. Así es como, en el Taekwondo, el principio de los movimientos físicos, el principio del entrenamiento mental y el principio de la vida se convierten en uno solo y el mismo.

#### **1.4.- OBJETIVOS**

##### **1.4.1.- OBJETIVO GENERAL**

- ✓ Investigar si la práctica del Taekwondo genera desarrollo de la inteligencia emocional en los de los deportistas de la liga cantonal Salcedo en el periodo Septiembre 2012 Febrero 2013.

##### **1.4.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- ✓ Analizar los beneficios físicos y psíquicos del Taekwondo
- ✓ Desarrollar la inteligencia emocional en el deportista a través de la práctica del Taekwondo.
- ✓ Elaborar una guía de técnicas lúdicas que faciliten la enseñanza así como la práctica del para mejorar el potencial físico en los deportistas de la liga cantonal Salcedo.



## **CAPÍTULO II**

### **2.-MARCO TEÓRICO**

#### **2.1.- ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS**

Al investigar en las diversas universidades de la ciudad de Ambato hemos encontrado diversos trabajos investigativos sobre el taekwondo estos trabajos me servirán de referencia para realizar mi investigación, a continuación mencionare algunas conclusiones a las que han llegado los investigadores.

Edgar Xavier Varela Coral de la Universidad Técnica De Ambato, en su tesis “La capacitación de los entrenadores de la disciplina de taekwondo y los resultados deportivos de liga deportiva cantonal de Rumiñahui En los juegos de la provincia de pichincha en el periodo 2009-2010”

- ✓ El 22% de los entrenadores de la disciplina de Taekwondo no tienen una formación académica.
- ✓ Los señores entrenadores de la disciplina del Taekwondo, no cuenta con una formación académica-formal, sobre temas de entrenamiento deportivo.
- ✓ Los entrenamientos deportivos no son planificados.
- ✓ Los señores entrenadores desconocen técnicamente sobre el tema.
- ✓ La irregularidad en la asistencia de los deportistas a los entrenamientos, no permite realizar un seguimiento a lo planificado.
- ✓ La falta de planificación deportiva no permite realizar trabajos a mediano y largo plazo.
- ✓ El desconocimiento sobre pedagogía de la enseñanza, provoca la falta de motivación de los estudiantes.

Aída Cecilia Lozada Gamboa de la Universidad Técnica De Ambato en su tesis “incidencia de la inteligencia emocional en el Desarrollo comportamental de los niños y niñas de la Escuela “Alfonsina Storni” del cantón Ambato, Provincia De Tungurahua en el periodo Noviembre 2009 – marzo 2010. En sus conclusiones dice:

El nivel de aprendizaje de los niños de la Inteligencia es deficiente por cuanto hay maestros que los desmotivas.

La mayoría de los niños tienen miedo a ser participativos por temor a la crítica de sus compañeros y en ocasiones de sus maestros.

Los maestros no utilizan estrategias para mejorar el desarrollo emocional de los niños.

En la institución observamos como la Inteligencia Emocional afecta no solo en el aprendizaje sino también en las relaciones afectivas en su entorno.

Los niños de la escuela Alfonsina Storni tienen dificultad para realizar sus actividades debido a que existen falencias en el control de sus emociones.

#### **CRITERIO PERSONAL.-**

El taekwondo es un deporte que se precisa técnica para su enseñanza y su aceptación por parte del ya que los beneficios de esta disciplina deportiva son muy positivos para los pequeños. En el aspecto físico, el taekwondo permite desarrollar al máximo todas las capacidades propias del cuerpo: fuerza, elasticidad, resistencia, integración, adaptación, así como un desarrollo armónico y funcional de todo su organismo.

Psicológicamente, este deporte enseña a sus participantes a que es necesario ser perseverante con los objetivos diseñados, además de inculcar los valores de educación y compañerismo. Los niños aprenden a respetar tanto al entrenador como a sus compañeros.

## **2.2.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO CIENTÍFICA**

### **2.2.1.- FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA**

El modelo que guiará la presente investigación está basado en un paradigma crítico propositivo, crítico por cuanto analiza una problemática sobre una realidad socio educativo y propositivo por cuanto propone una alternativa de solución a dicha problemática.

El análisis en procesos formativos de la Inteligencia Emocional nos acerca cada vez más a los elementos que nos identifican como seres humanos racionales, es decir, como seres con valores y respeto al sentido humano de la vida sobre cualquier otra consideración, así puede asegurarse que los procesos educativos y formativos van encaminados actualmente a rescatar y potenciar la humanización de las personas desde temprana edad.

Es necesario reconocer que el ser humano ha dejado a un lado los sentimientos, emociones y valores de la misma manera como las leyes y las normas caen en discontinuidad por no concordar con las nuevas formas de vida, en tal consideración los sistemas y escalas valorativas que orientan el convivir requieren importantes cambios que nacen del intento racional de averiguar cómo vivir mejor en las circunstancias sociales culturales e históricas.

### **2.2.2.-FUNDAMENTACIÓN LEGAL**

Los artículos 65, 67 y 71 de la Codificada Ley de Educación Física, Deportes y Recreación, publicada en el Registro Oficial No. 436 de 14 de mayo de 1990, constituyen textos normativos que se encuentran en plena vigencia y fueron aprobados con anterioridad a la vigencia de la actual Carta Política, al mantenerse inalterables en la nueva Ley propuesta, no se atenta al principio constitucional contenido en el artículo 147, pues no se están creando, modificando o suprimiendo tributos; y, En ejercicio de sus facultades constitucionales y legales, expide la siguiente:.

## **Ley de Cultura Física, Deportes y Recreación**

Art. 3.- El Estado proveerá los recursos necesarios a los organismos rectores del deporte ecuatoriano para el cumplimiento de sus obligaciones en el Presupuesto General del Estado. Así mismo garantizará la preparación de los deportistas de alto rendimiento, para lo cual proveerá los recursos económicos y técnicos necesarios para el funcionamiento del programa ECUADEPORTES, el cual debe ser considerado prioritario.

Art. 6.- La práctica de la educación física, la cultura física, deporte formativo y recreación es obligatoria en los niveles preprimaria, medio y superior. La educación física, deportes y recreación serán coordinados entre la Secretaría Nacional de Cultura Física, Deportes y Recreación, el Ministerio de Educación y Cultura y el Consejo Nacional de Universidades y Escuelas Politécnicas CONESUP. En el Capítulo II.- De La Secretaria Nacional De Cultura Física, Deportes y Recreación.

### **2.2.3.-FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA**

Soy conocedor de esta problemática por ello el sano propósito que me anima a coadyuvar en la solución de esta necesidad educativa, es para cambiar de actitud en las falencias de los deportistas.

### **2.2.4.-FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA**

Cimentaré la presente investigación en los valores humanos que se encuentran inmersos en el sistema educativo, desde la familia y en el deporte para contribuir a la aplicación de alternativas que nos conduzcan a la transformación social.

## 2.3 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

### 2.3.1.- RED DE INCLUSIONES CONCEPTUALES

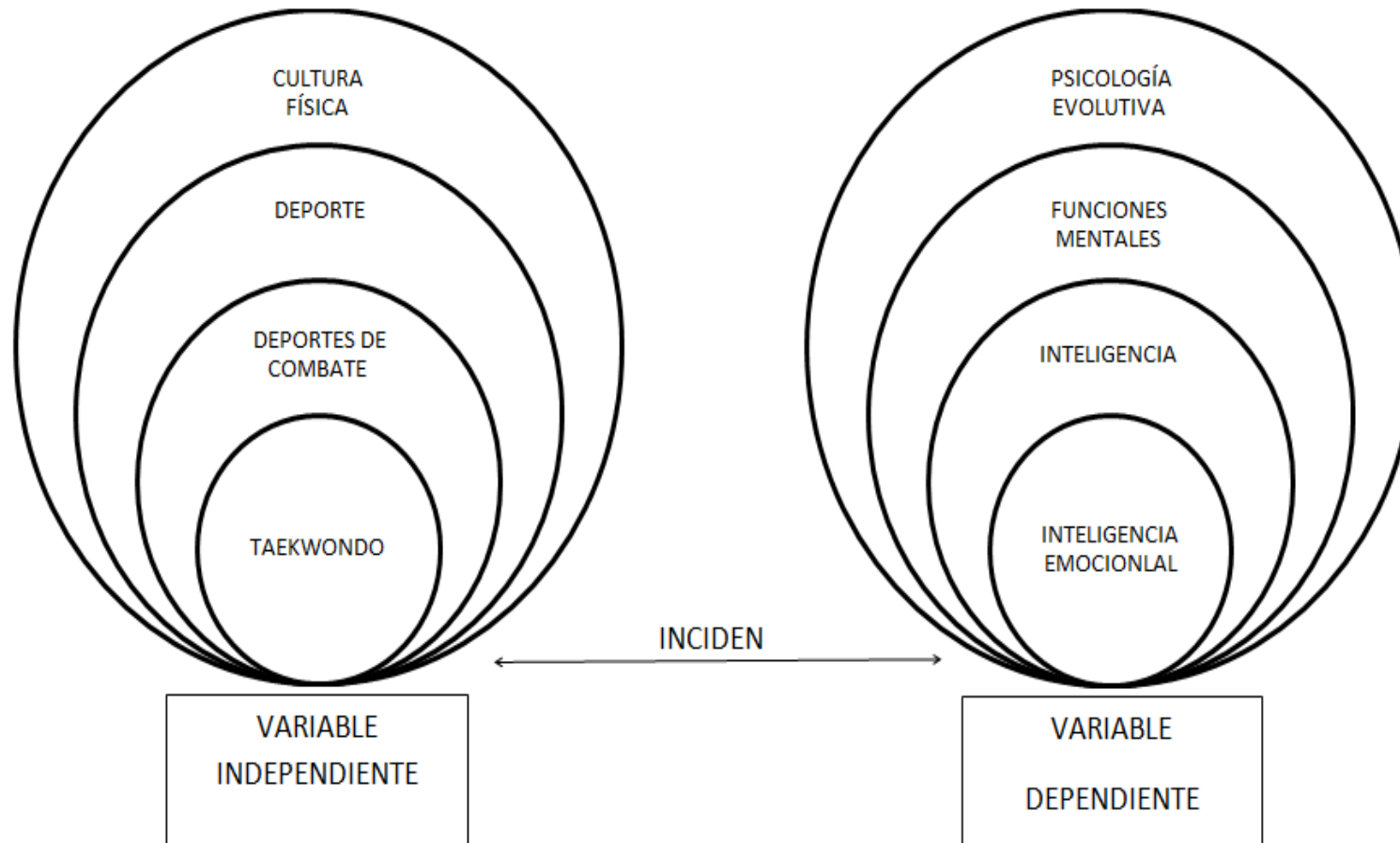
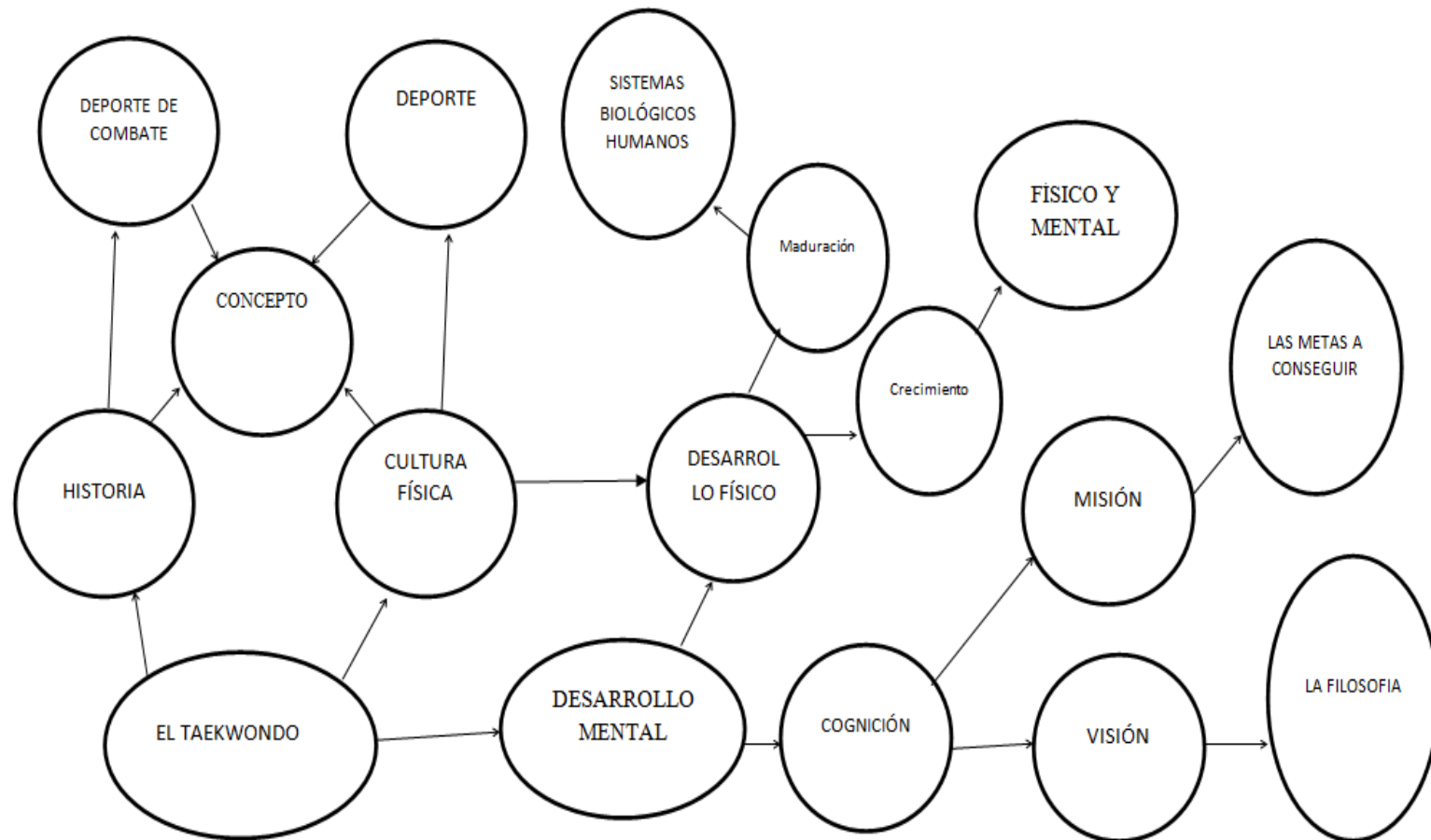


GRAFICO N° 2 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013 Red Conceptual De La Variable Independiente: El Taekwondo

### 2.3.2.- RED CONCEPTUAL DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: EL TAEKWONDO



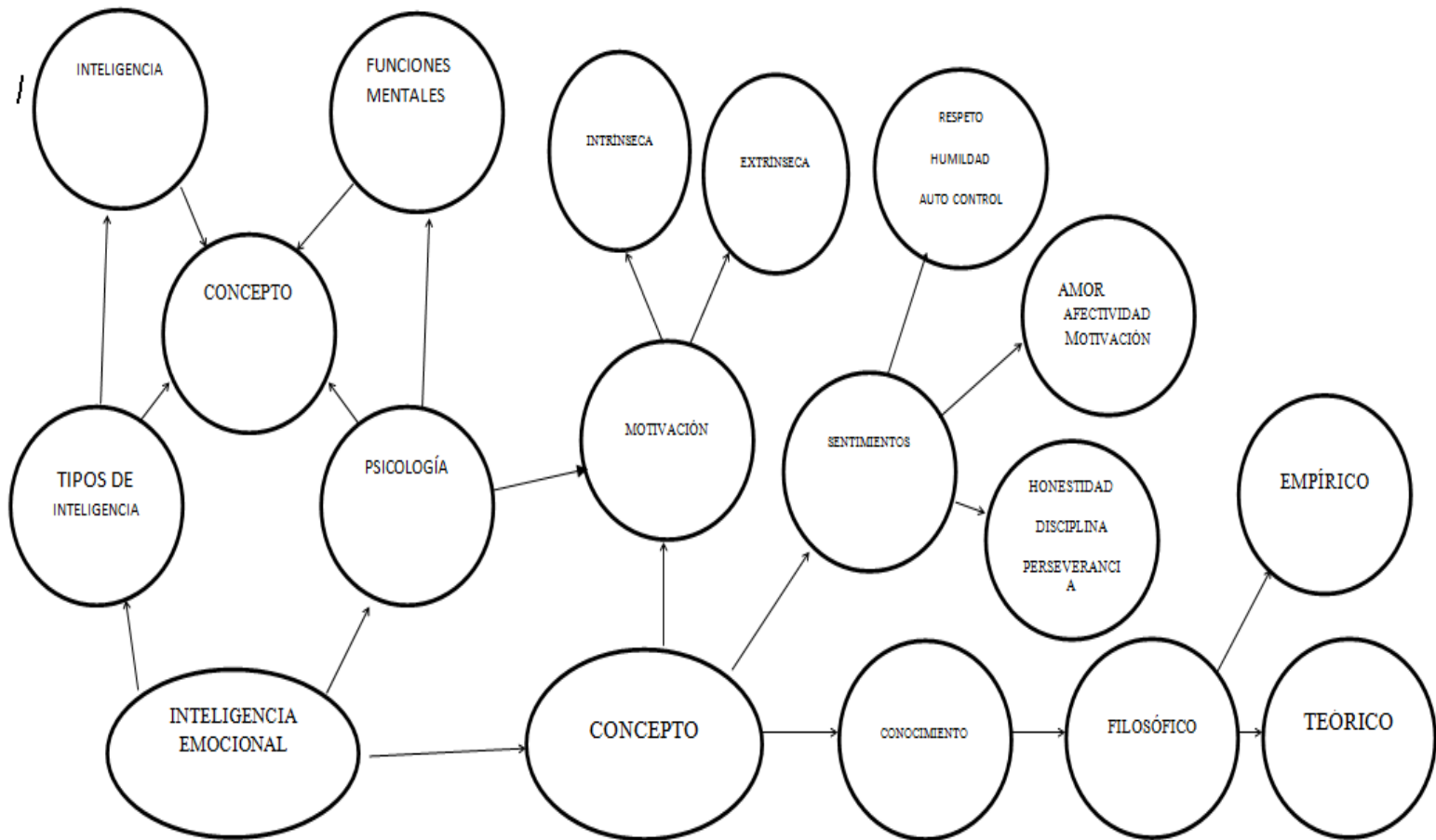


GRAFICO N° 3 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013 Red Conceptual De La Variable dependiente: Inteligencia Emocional

**2.3.3.- RED DE LA VARIABLE DEPENDIENTE: INTELIGENCIA EMOCIONAL**

## **2.4.- ARGUMENTACIÓN CIENTÍFICA DE LAS CATEGORÍAS FUNDAMENTALES**

### **2.4.1.- VARIABLE INDEPENDIENTE: TAEKWONDO**

**2.4.1.1.-CULTURA FÍSICA.** Él concepto cultura física es interpretada, en el sentido más amplio, como “componente de la cultura universal que sintetiza las categorías, las legitimidades, las instituciones y los bienes materiales creados para la valoración del ejercicio físico con el fin de perfeccionar el potencial biológico e implícitamente espiritual del hombre”.

Según el Diccionario de la Real Academia Española es el:

Conjunto de conocimientos sobre gimnasia y deportes, y práctica de ellos, encaminados al pleno desarrollo de las facultades corporales.

#### **Historia y surgimiento**

La Educación Física de los individuos es tan antigua como el hombre mismo. La actividad física estuvo asociada a la salud de las personas desde tiempos remotos. Los deportistas de la antigua civilización griega, por ejemplo, ocupaban un lugar destacado dentro de la sociedad y se llegaron a endiosar las hazañas atléticas. A lo largo de la historia se fue relacionando la longevidad de ciertas poblaciones del planeta con estilos de vida activos y adecuada alimentación.

El primer término en ser empleado fue educación física el cual se atribuye a John Locke en Inglaterra, en 1693, y posteriormente a J. Ballester, en 1792, en Francia. (Blázquez, 2001). Sin embargo, durante varios siglos prevaleció el término gimnasia, que proviene del latín “gimnasia” que significa ejercitar.



Las ciencias de la cultura física y el deporte pueden ser entendidas, como una región de conocimiento científico dentro del amplio mundo de la ciencia, integrada por un conjunto de ciencias disciplinares, factuales y prácticas, construidas en interrelación con otras áreas o ramas del saber, dedicadas al estudio e investigación de hechos, fenómenos, actos y procesos, desde configuraciones disciplinares, multidisciplinarias e interdisciplinares, de la actividad física, la educación física y el deporte.

El concepto cultura física es interpretado, en el sentido más amplio, como “componente de la cultura universal que sintetiza las categorías, las legitimidades, las instituciones y los bienes materiales creados para la valoración del ejercicio físico con el fin de perfeccionar el potencial biológico e implícitamente espiritual del hombre”

Educación física y deporte, representa los dos pilares básicos dentro de las ciencias de la cultura física y el deporte y ciencias de la actividad física y del deporte. Resulta evidente que la denominación de este campo científico como ciencias de la educación física y el deporte permite argumentar, con mayor claridad, la existencia real, desde sus orígenes, de esta región de conocimiento científico dentro del mundo de la ciencia. Ciencias de la cultura física y el deporte y ciencias de la actividad física y el deporte pueden ser entendidas en su interrelación e integración con la primera, pues queda expresado que la educación física, representa la plataforma práctica e interpretativa sobre la cual se han erigido éstas, incluido el deporte.

### **Desarrollo**

Las ciencias de la actividad física son clasificadas en cuatro grupos según el punto de vista de dicha actividad física: el físico entre las que se encuentran la biomecánica, kinesiología, etc., el fisiológico donde se incluye la fisiología y la fisiología del ejercicio, la cultural incluyendo las ciencias del deporte, ciencias de la comunicación no verbal, historia del deporte, psicología del deporte y sociología y el educativo que incluye la educación física.

**2.4.1.2. DEPORTE:** Actividad física en la que se debe respetar un conjunto de reglas y que es realizada con afán competitivo y arroja un vencedor. Los deportes resultan un entretenimiento para quienes lo practican y para los espectadores. Es regido por las federaciones de las diferentes especialidades.

### **Historia.**

Diversos hallazgos arqueológicos demuestran que, en el año 3.000 A.C., ya se practicaban deportes en China, como la Gimnasia. En el antiguo Egipto, por ejemplo, se realizaban competencias de natación, pesca, lanzamiento de jabalina, salto de altura y Lucha. También en la antigua Persia existían los deportes, como es el caso de ciertas artes marciales y la justa.

Una amplia variedad de deportes estaban ya establecidos en la época de la antigua Grecia, y la cultura militar y el desarrollo de los deportes en Grecia se influyeron mutuamente. Los deportes se convirtieron en una parte tan importante de esta cultura que los griegos crearon los Juegos Olímpicos, una competición que se disputó desde el año 776 a. C. hasta el año 394 d. C. cada cuatro años en Olimpia, pequeña población en el Peloponeso.

### **Desarrollo del deporte**

Con el aumento de la popularidad de los deportes y del número de aficionados que se acercaban a ver la práctica deportiva de los atletas, junto al desarrollo de los medios de comunicación y el incremento del tiempo de ocio, los deportes pasaron a profesionalizarse. De esta forma, los deportistas comenzaron a recibir dinero por dedicarse a entrenar y competir.

Como toda conducta humana, también el deporte posee normas que regulan su actividad. En este sentido podemos considerar al deportista no solo como aquella persona que podrá obtener placer en el propio ejercicio del deporte, sino como alguien comprometido con toda su estructura personal. Este compromiso puede

adquirir la forma de un contrato el que de hecho contiene tanto factores morales como afectivos. Los primeros estarán vinculados con el cumplimiento de las normas propias del juego y del grupo, mientras que las segundas lo estarán en relación a factores personales depositados en el juego y por la forma en que se sienten afectados cada uno de los miembros del equipo en relación a su capitán , a sus compañeros , al orden del ganar o del perder , al contrincante no como enemigo sino como temporal complementario imprescindible para que el juego pueda realizarse aún en el caso que se trate de un sola persona.

### **Beneficios del deporte**

La realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana. Hoy en día esta visión ha sido aceptada por muchos, sin embargo, a lo largo del tiempo, ha tenido sus períodos de La realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana. Hoy en día esta visión ha sido aceptada por muchos, sin embargo, a lo largo del tiempo, ha tenido sus períodos de auge y regresión.

La mayoría de las personas pueden beneficiarse de realizar actividad física de forma regular. Es frecuente que la gente piense que hace suficiente ejercicio en el trabajo. Muchos piensan que son demasiado viejos para empezar, otros que su forma física ya es demasiado mala para intentar recuperarla. Obesidad, diabetes, o alguna discapacidad física, pueden ser las razones que desanimen al sujeto para comenzar a

realizar actividad física. Pero en muchas ocasiones son simplemente la pereza, o las expectativas de fatiga y dolor las que impiden que ni siquiera llegue a intentarse.

En la actualidad parece existir evidencia suficiente que pruebe que aquellos que llevan una vida físicamente activa pueden obtener una larga lista de beneficios para su salud.

**2.4.1.3. DEPORTES DE COMBATE.** Un deporte de combate es un deporte competitivo de contacto donde dos combatientes luchan el uno contra el otro usando ciertas reglas de contacto, con el objetivo de simular algunos segmentos de lo que sería un verdadero combate cuerpo a cuerpo. El boxeo, el taekwondo, las artes marciales mixtas y la esgrima moderna occidental son ejemplos de deportes de combate.

Las técnicas usadas pueden ser clasificadas en tres dominios: el golpe, el agarre, y el uso de un arma. Algunas reglas del encuentro se especializan en un área, mientras que otras permiten la superposición.

La noción de deporte de combate es diferente de la de «arte marcial» pues, aunque pueden coincidir en varias técnicas y tácticas, son totalmente diferentes en su objetivo.

En efecto, un arte marcial es por definición una «arte de guerra», una disciplina donde todo es permitido, para eliminar al enemigo. A causa de su peligrosidad potencial, el estudio de las artes marciales es dejado a los sistemas de combate propios de las fuerzas militares, como el kravmagá, el jukakido, el systema, etc.

En contraste, un deporte de combate a menudo posee competiciones (de oposición), y varias normas conductuales y de tiempos, destinadas a garantizar la integridad física de los oponentes; además, siempre hay un árbitro presente, que puede detener el combate. Aunque los deportes de combate se alejan del combate real, permiten

enfrentarse a un adversario que tiene reacciones imprevisibles dentro de un entorno seguro.

Estos dos puntos de vista son fundamentalmente diferentes, pero históricamente vinculados. En los países asiáticos, el aprendizaje de las artes marciales clásicas y tradicionales se efectuaba para enfrentar al enemigo. El cuerpo y la mente del individuo se transformaban en una verdadera arma de guerra, y sirvieron para oponerse en caso de invasión de otros países o grupos. Así, esta visión de las artes marciales servía para defender la vida durante la época feudal.

Artes marciales. Denominadas también sistemas de lucha, consisten en prácticas cuyo objetivo es someter o defenderse mediante la técnica. Hay varios estilos de artes marciales que excluyen el empleo de armas de fuego y otro armamento moderno. Lo que diferencia a las artes marciales de la violencia física (peleas callejeras) es la organización de sus técnicas en un sistema coherente y la codificación de métodos efectivos. En la actualidad las artes marciales se practican por diferentes razones, que incluyen el deporte, la salud, la protección personal, el desarrollo personal, la disciplina mental, la forja del carácter y la autoconfianza. Además, incluye conocimientos relativos a sistemas que tradicionalmente se han considerado modalidades deportivas (por ejemplo, el boxeo, la esgrima, el tiro con arco la lucha etc.

## **VARIABLE INDEPENDIENTE: TAEKWONDO**

Arte marcial de origen coreano. Se destaca por la variedad y espectacularidad de las técnicas de patada, y actualmente es una de las artes marciales más conocidas. Se basa fundamentalmente en: el kung fu, el wushu chino en las técnicas de mano abierta, el taekkyon coreano en la metodología de pateo y el karate-do okinawense y japonés, en los golpes de mano cerrada, estructura y uniforme.

Tae: acción de pie (patada)

Kwon: acción de mano (puño)

Li Do: camino

Científicamente, es el método para generar poder utilizando la mente y el cuerpo, basándose en las leyes newtonianas que enseñan cómo generar el máximo de energía en cada acción.

El taekwondo se destaca fundamentalmente por su aspecto de competición deportiva. En los Juegos Olímpicos de Seúl 1988 hizo su primera aparición olímpica como un deporte de exhibición. En este evento participaron 183 atletas (120 hombres y 63 mujeres) de 34 países en 8 diferentes divisiones de peso (4 para hombres y 4 para mujeres). En los Juegos Olímpicos de Barcelona 1992 volvió a tener presencia como deporte de exhibición. Finalmente, en los Juegos Olímpicos de Sydney 2000 el taekwondo (estilo WTF) se convirtió en un deporte olímpico oficial. El día 4 de septiembre se declaró día internacional del taekwondo en conmemoración a la fecha en la que empezó a reconocerse como deporte olímpico, el 4 de septiembre de 1994.

### **Historia**

El origen de las artes marciales está asociado con la necesidad del hombre no sólo de defenderse, sino de desarrollar su cuerpo y su mente. Inicialmente esta necesidad se

tradujo en la forma de actividades deportivas generalmente asociadas a la práctica de ritos religiosos.

### **Características generales**

El Taekwondo es un deporte de combate, que inicialmente fue desarrollado para la milicia, que se caracteriza por un amplio uso de las técnicas de pierna y patada. Así mismo, la depurada técnica hace destacar gran rapidez y precisión.

El uso de las técnicas de puño depende del entrenador y la escuela donde se practique. Actualmente, muchas escuelas tienden a descuidar el entrenamiento de estas técnicas, ya que el uso está más restringido en la competición. No obstante, un buen entrenamiento debe incluir tanto las técnicas de mano como las técnicas de pierna, ya que no debe estar enfocado únicamente al éxito en la competición sino al dominio y conocimiento del arte marcial

Todo esto, hace que sea un arte marcial especialmente efectivo en la lucha con los pies, destacando en larga y media distancia, donde mejor se puede aprovechar la fuerza y velocidad en las piernas que desarrollan los practicantes.

### **Técnicas**

Las técnicas, a nivel general, podrían clasificarse en:

- Patadas (chagui): Las técnicas de patadas, normalmente enfocadas al ataque al tronco o la cabeza. Cada técnica de patada tiene a la vez variaciones a diversas alturas, con giro (mondollyo o tidola), en salto (tuio), hacia un lado, hacia atrás, etc.

Técnicas de mano abierta (chigui), pinchando (chirigui) y puño (chumok): Este arte marcial incluye una gran cantidad de técnicas de ataque con el puño o la mano abierta. Las técnicas de puño difieren en el área con que se golpea (nudillos, dorso de la mano...) y en la dirección del golpe (hacia fuera, frontal, circular...). Las técnicas de mano abierta, se diferencian también en la posición de la misma (horizontal o

vertical) y en la parte de la mano con la que golpeamos (borde cubital, borde radial, punta de los dedos)

- Bloqueos y defensas (maki): Estos manejan una gran variedad de técnicas de defensa, en función de la dirección y la altura del ataque del que nos queramos defender. Existen también combinaciones de defensa y ataque, así como combinaciones de dos defensas simultáneas. Estas técnicas pueden realizarse con la palma de la mano, el exterior o el interior del brazo, con el borde cubital o radial de la mano, etc.
- Defensa personal (hoo sin sool): Al igual que en otras artes marciales, en taekwondo aún existen técnicas variadas de defensa personal como barridos, luxaciones o proyecciones. Estas técnicas a menudo se combinan con otras como patadas o técnicas de puño. Sin embargo no se instruye en el uso de armas tradicionales.
- Posiciones (sogui): A la hora de ejecutar las diversas técnicas, es importante la posición correcta del cuerpo y especialmente la de las piernas. Las posiciones tienen especial importancia en la ejecución de los pumses, pero incluso en la competencia de combate es importante mantener el cuerpo en una postura correcta para que las técnicas sean lo más efectivas posible.

Los nombres de las técnicas no están estandarizados debido a la gran cantidad de países distintos donde se practica el taekwondo. Cada escuela opta por unos nombres diferentes, algunas optan incluso por traducir los nombres de las técnicas a su idioma. Pero la mayoría de las federaciones optan por mantener los nombres originales en coreano. No obstante, incluso en coreano se pueden encontrar diferentes nombres para la misma técnica.



## **Equipo necesario**

Para la práctica del Taekwondo es necesario un Dobok (traje de práctica) y un Ti (cinturón que indica el grado del practicante), está compuesto por un pantalón y una chaqueta que es cerrada con el cuello en forma de V (WTF). Normalmente, cada uno de ellos lleva inscripciones propias, como escudos o logos, según las normas de vestimenta vigentes por la federación.

**Los Dobok** para grados GUP son completamente blancos hasta llegar al grado de cinta verde, donde se te coloca el color de tu grado en el cuello más en el cinturón (WTF), normalmente con bordados en la espalda y algún logotipo en el pecho o brazo. Los Dobok para grados DAN (cinturones negros) tienen zonas negras (El cuello, los bordes de la chaqueta o líneas en el pantalón, dependiendo de la federación). Actualmente, los "Dobok" son de cuello negro o marrón y negro (WTF).

En competiciones, es necesario contar con las protecciones reglamentarias (establecidas por la federación que organiza la competición), para minimizar los riesgos de lesión. Sin embargo, a la hora de practicar en el Dojang, no suele ser necesario.

Es recomendable que el Dojang donde se practique tenga suelo acolchado (tatami o piso de goma EVA) ya que es muy frecuente que al realizar algunas técnicas de patada perdamos el equilibrio y podamos caer. Sin embargo, no es tan necesario como en otras artes marciales como el Hapkido o el Judo.

## **Estilo.**

WTF (World Taekwondo Federation)

El estilo WTF o de Corea del Sur se caracteriza por usar movimientos mucho más elásticos y circulares. Los pumses o formas son diferentes a los que utiliza la ITF. El combate de este estilo es de contacto total y se realiza con casco y peto protector para

el torso, estando prohibidos los ataques de puño por encima del cuello y las patadas bajas a las piernas, incluyendo los barridos. Actualmente, el estilo WTF es modalidad olímpica. Debido a ello, el aspecto deportivo está más desarrollado que el de la ITF.

El estilo WTF tuvo la primera participación como deporte olímpico oficial en las Olimpiadas de Sydney 2000, luego fue parte de las Olimpiadas de Atenas 2004 y de las últimas en Beijing 2008.

### **Defensa personal (Hoo sin Sool)**

El Taekwondo incluye técnicas de defensa personal, basándose en las técnicas del karate japonés o del kung fu chino, aunque la enseñanza de las mismas difiere según la federación o escuela en la que se practique (Normalmente se exigen para poder acceder a los grados DAN).

Los instructores que enseñan el arte tradicional incluyen diversas técnicas como agarres, bloqueos, luxaciones o barridos. A diferencia del aspecto competitivo, en el campo de la defensa personal sí existen técnicas de patada por debajo de la cintura (como patadas directas a la rodilla o con las tibias), y técnicas de pateo en corto con las rodillas.

### **Formas (Poomsae)**

Las formas son secuencias de movimientos de defensa y ataque que simulan un combate imaginario con uno o varios adversarios. Se conocen como pumses en el estilo WTF. Son el equivalente en Karate-do a las katas. Estas formas están relacionadas directamente con los grados (Gup o Dan), y se memorizan y repiten con objeto de incrementar el equilibrio, la elasticidad, la rapidez, la concentración y el dominio de los diferentes movimientos.

En la realización de las formas es muy importante la correcta ejecución técnica, potencia y fuerza, equilibrio, estética de los movimientos, concentración y

coordinación de los movimientos, posición de todo el cuerpo al realizar cada técnica y acabar en el mismo lugar donde se empezó.

Las formas suelen tener un gran peso en los exámenes de promoción de grados además que ya forman parte de las competiciones.

Estos pumses han aparecido a raíz de los pumses Palgwe, los primeros que aparecieron en la práctica del Taekwondo. Estos pumses no sólo aparecieron como forma de práctica de este arte marcial, sino que también tenían una gran influencia filosófica y cultural. El estilo WTF, añadió diversos cambios para establecer lo que hoy se conoce como pumses Taeguk. Están asociados a los grados GUP, y son los que se piden para poder avanzar a un grado GUP superior (también son incluidos en los exámenes de grados DAN). Taeguk significa equilibrio en coreano, ya que el equilibrio entre los conceptos duales opuestos del universo es considerado algo muy importante en la cultura oriental.

### **Grados y Cinturones**

Los grados se dividen en KUP y DAN. Los grados KUP están asociados a cinturones de colores, y los grados DAN al cinturón negro. En cada uno existen 9 grados, debido a que el número 3 en la cultura coreana es el número de la suerte,  $3 \times 3 = 9$ . Excepto en Taekwondo WTF donde existe el 10º DAN (el número 10 significa la perfección).

### **Grados KUP, cinturones de color**

Los grados Kup son los grados básicos del taekwondo. Siguen una numeración inversa, por lo que un alumno que acabe de empezar a practicar, ostentará el 10º KUP, mientras que un alumno que esté a punto de obtener el cinturón negro (1ºDAN) tendrá el 1ºKUP

Grados KUP y cinturón asociado

Ordenados de más inexperto a más experto.

10° KUP - Blanco

9° KUP - Punta Amarillo

8ª KUP - Amarillo

7° KUP - Amarillo punta Verde

6° KUP - Verde

5° KGUP - Verde Punta Azul

4° KUP - Azul

3° KUP - Azul punta Rojo

2° KUP - Rojo

1° KUP - "Rojo punta Negro"

Blanco: " Simboliza la inocencia", es decir la falta de conocimientos del practicante que recién inicia la disciplina. La constancia y la perseverancia harán que la inocencia dé lugar, con el paso del tiempo, a la experiencia y maestría.

Amarillo: Simboliza la tierra", donde se siembra la semilla en espera de la planta que crecerá. De la misma manera, los fundamentos del TKD, son la semilla que comienza a germinar al estudiante.

Verde: "Simboliza la planta", que crece y se arraiga firmemente. De la misma manera del TKD prende en la conciencia del estudiante echando en su interior verdaderas raíces que lo fortalecen.

Azul: "Al cielo", hacia el cual la planta a medida que crece y madura, se dirige. De la misma manera el estudiante, comienza a madurar, por lo tanto sabe que su meta es el conocimiento y hacia allí se dirige.

Rojo: "Simboliza el peligro", en este nivel, el estudiante alcanza el dominio de técnicas, que de usarlas, ocasionaría a su adversario graves daños. Es por ello que el estudiante debe ejercitar el autocontrol y un adversario con sentido común, deberá pensar dos veces la actitud, a) provocar o b) alejarse.

Negro: "Simboliza lo opuesto al blanco", es decir, representa la madurez y el conocimiento. Indica también lo imprevisible de la oscuridad que se la presenta al practicante al darse cuenta que no ha culminado su aprendizaje, sino por el contrario, este recién comienza, a través de los Danes intentará acercarse a la perfección.

### **Filosofía Del Taekwondo**

La filosofía del Taekwondo se basa en cinco principios: cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable.

Cortesía (Ye Ui) Es un principio fundamental dentro y fuera del Taekwondo, que tiene como objetivo hacer destacar al ser humano manteniendo una sociedad armoniosa. Los practicantes de Taekwondo deben construir un carácter noble, así como entrenar de una manera ordenada y disciplinada.

Integridad moral (Yom Chi) Es muy importante saber establecer los límites entre lo bueno y lo malo así como saber reconocer cuando se ha hecho algo malo y redimirse por ello. Por ejemplo, en un estudiante que se niega a recibir consejo o aprender de otro estudiante más experto, o en un practicante que pide un grado al maestro no hay integridad.

Perseverancia (In Nae) La Paciencia conduce a la virtud o al mérito.

La felicidad o la prosperidad suelen ser alcanzadas por la persona que es paciente. Para poder alcanzar un objetivo, ya sea promocionar a un grado superior o perfeccionar una técnica, se ha de ser perseverante. Es fundamental el sobrepasar cada dificultad con la perseverancia.

Uno que es impaciente en cosas triviales, puede difícilmente alcanzar el éxito en asuntos de gran importancia Confucio

Autocontrol (Guk Gi) El autocontrol es de vital importancia tanto dentro como fuera del dojang, tanto en el combate como en los asuntos personales. En combate, la falta de autocontrol puede provocar graves consecuencias tanto para el alumno como para el oponente. Asimismo, se ha de ser capaz de vivir y trabajar dentro de las propias capacidades. No es más fuerte aquel que es capaz de vencer a los demás, sino aquel que es capaz de vencerse a sí mismo.

Espíritu indomable (BaekjulBoolgool) Un buen practicante de Taekwondo ha de ser siempre modesto y honrado. Ante una injusticia, actuará con espíritu combativo, sin miedo y sin dudarle, sin tener en cuenta contra quién o contra cuántas personas se haya de enfrentar.

Competición: Existen competiciones tanto de combate como de técnica. En las competiciones de técnica, el objetivo es demostrar la correcta ejecución de las diversas técnicas del taekwondo, así como de las formas (pumses). Los participantes deberán ejecutar las técnicas o las formas requeridas ante un jurado que puntuará la actuación teniendo en cuenta diversos aspectos como la corrección de las técnicas o la corrección de las posiciones en las formas.

## **2.4.2.- VARIABLE DEPENDIENTE: INTELIGENCIA EMOCIONAL**

**2.4.2.1.-PSICOLOGIAEVOLUTIVA.** Ciencia que estudia la vida psíquica, sus funciones psicológicas como la memoria, el pensamiento, las emociones, los instintos, los sueños, el lenguaje, la inteligencia y la percepción; y también características del crecimiento y desarrollo del hombre, la conducta, la motivación, la personalidad, la conciencia, el inconsciente, las relaciones, el aprendizaje, la educación, el trabajo, la cultura, la sociedad y los nuevos aportes de la Psicología Transpersonal, que reconocen e investigan la dimensión trascendente del hombre.

Psicología evolutiva o del desarrollo humano estudia la forma en la que los seres humanos cambian a lo largo de su vida, comprende el estudio del ciclo vital, observa de qué manera cambian continuamente las acciones de un individuo y como este reacciona a un ambiente que también está en constante cambio. Los psicólogos denominan desarrollo al cambio psicológico sistemático que se da a lo largo de la vida. Durante este proceso la persona va accediendo a estados más complejos y "mejores" que los anteriores. Esta es una rama de la psicología que ya tiene más de cien años. Sin embargo, los conocimientos que se obtienen sobre los fenómenos psicológicos son absolutamente científicos, ya que se utiliza el método científico para obtenerlos. La psicología del desarrollo está interesada en explicar los cambios que tienen lugar en las personas con el paso del tiempo, es decir, con la edad. A esta materia también se le conoce con el nombre de "psicología del ciclo vital", ya que estudia los cambios psicológicos al largo de toda la vida de las personas. Ese sería, por tanto, el objeto de estudio de la psicología del desarrollo. Esos cambios que se dan en las personas a lo largo de la vida pueden ser explicados a través de unos factores que se encuentran enfrentados por parejas: la continuidad versus discontinuidad, la herencia versus el ambiente, y la normatividad versus la ideografía. También el contexto en el que se desarrollan los sujetos nos permiten comprender mejor su evolución, así es necesario destacar el contexto histórico, el socio-económico, el cultural e incluso el étnico, por citar los más importantes. Finalmente,

vale la pena resaltar que el desarrollo debe ser entendido como un proceso continuo, global y dotado de una gran flexibilidad.

A lo largo del último siglo han sido varias las corrientes y los modelos teóricos que han aportado sus descubrimientos e investigaciones para explicar el fenómeno del cambio. En general cada uno de estos modelos tiene sus propias explicaciones, a veces contradictorias a las que se presentan desde otras teorías. Esa diversidad de paradigmas explicativos enriquece la comprensión del fenómeno del desarrollo. Como más significativos entre estos modelos es necesario citar el psicoanálisis, la psicología genética de Piaget, el modelo socio – cultural de Vygotski, las teorías del aprendizaje, el modelo del procesamiento de la información, y más recientemente, el modelo ecológico y el etológico.

Según Erik Erikson, hay una serie de tareas implícitas en el desarrollo del ser humano, propias de las sucesivas etapas. Estas tareas son, en gran parte, impuestas por la sociedad y la cultura. A través del proceso de socialización, el cumplir estas tareas llega a convertirse en una aspiración del propio individuo, marcando definitivamente su proceder en determinados momentos de su vida.

Basta y otros autores proponen la siguiente definición de esta disciplina: “La psicología evolutiva se preocupa por los cambios que tienen lugar en la conducta y las habilidades que surgen al producirse los cambios durante la vida.” Para estos autores la psicología del desarrollo tiene dos objetivos fundamentales: describir la conducta de los sujetos y la manera cómo evoluciona identificar las causas, y los procesos que producen cambios (evolución) en la conducta entre una época y otra.



**2.4.2.2.-FUNCIONES MENTALES.** Según LouiseBérubé (1991) Son las capacidades que ponen en juego la integridad de un sistema de organización de la información perceptual la rememoración del aprendizaje anterior la integridad de los mecanismos cortico-subcorticales que sustentan el pensamiento la capacidad de tratar dos o más informaciones o eventos simultáneamente.

Su exploración permite evaluar la corteza cerebral y sus niveles más altos de integración, que incluyen principalmente los lóbulos frontales y temporales, el tálamo y el hipotálamo.

### **Funciones psicológica**

Tradicionalmente, estas funciones han sido estudiadas por la Psicología cognitiva, y se han planteado para cada uno diferentes modelos que explican sus mecanismos a la base. Pero, al menos en su definición, se puede describir lo siguiente:

- **Atención:** Comprendida como el mecanismo mediante el cual el ser humano hace conscientes ciertos contenidos de su mente por encima de otros, que se mantienen a un nivel de consciencia menor.
- **Percepción:** Entendida como el modo en que el cuerpo y la mente cooperan para establecer la conciencia de un mundo externo. etc.
- **Memoria:** Proceso mediante el que un individuo retiene y almacena información, para que luego pueda ser utilizada.
- **Pensamiento:** Puede ser definido como el conjunto de procesos cognitivos que permiten al organismo elaborar la información percibida o almacenada en la memoria.
- **Lenguaje:** Se puede definir como un sistema representativo de signos y reglas para su combinación, que constituye una forma simbólica de comunicación específica entre los seres humanos.

- **Aprendizaje:** El aprendizaje ha sido definido por la psicología como un cambio en el comportamiento, no atribuible al efecto de sustancias o estados temporales internos o contextuales.

**Inteligencia.** Capacidad de entender, asimilar, elaborar información y utilizarla en forma adecuada.

**2.4.2.3.-INTELIGENCIA.**En psicología, la inteligencia se define como la capacidad de adquirir conocimiento o entendimiento y de utilizarlo en situaciones novedosas. En condiciones experimentales se puede medir en términos cuantitativos el éxito de las personas a adecuar su conocimiento a una situación o al superar una situación específica.

**Tipos De Inteligencia.** La teoría de las inteligencias múltiples es un modelo propuesto por Howard Gardner en el que la inteligencia no es vista como algo unitario que agrupa diferentes capacidades específicas con distinto nivel de generalidad, sino como un conjunto de inteligencias múltiples, distintas e independientes. Gardner define la inteligencia como la "capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas".

### **Tipos de inteligencia**

Howard Gardner añade que, así como hay muchos tipos de problemas que resolver, también hay muchos tipos de inteligencia. Hasta la fecha Howard Gardner y su equipo de la Universidad Harvard han identificado ocho tipos distintos:

### **Inteligencia lingüística**

El don del lenguaje es universal, y su desarrollo en los niños es sorprendentemente similar en todas las culturas. Incluso en el caso de personas sordas a las que no se les ha enseñado explícitamente un lenguaje por señas, a menudo inventan un lenguaje manual propio y lo usan espontáneamente.

### **Inteligencia lógica-matemática**

En los individuos especialmente dotados de esta forma de inteligencia, el proceso de resolución de problemas a menudo es extraordinariamente rápido: el científico competente maneja simultáneamente muchas variables y crea numerosas hipótesis que son evaluadas sucesivamente y, posteriormente, son aceptadas o rechazadas.

### **Inteligencia espacial**

La resolución de problemas espaciales se aplica a la navegación y al uso de mapas como sistema notacional. Otro tipo de solución a los problemas espaciales, aparece en la visualización de un objeto visto desde un ángulo diferente y en el juego del ajedrez. También se emplea este tipo de inteligencia en las artes visuales. Por lo tanto, la inteligencia espacial sería independiente de una modalidad particular de estímulo sensorial.

### **Inteligencia Musical**

Los datos procedentes de diversas culturas hablan de la universalidad de la noción musical. Incluso, los estudios sobre el desarrollo infantil sugieren que existe habilidad natural y una percepción auditiva (oído y cerebro) innata en la primera infancia hasta que existe la habilidad de interactuar con instrumentos y aprender sus sonidos, su naturaleza y sus capacidades.

### **Inteligencia Corporal Kinestésica**

La evolución de los movimientos corporales especializados es de importancia obvia para la especie; en los humanos esta adaptación se extiende al uso de herramientas. El movimiento del cuerpo sigue un desarrollo claramente definido en los niños y no hay duda de su universalidad cultural.

### **Inteligencia Intrapersonal**

La inteligencia intrapersonal es el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimiento, la capacidad de efectuar discriminaciones entre ciertas emociones y, finalmente, ponerles un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta.

### **Inteligencia Interpersonal**

La inteligencia interpersonal se constituye a partir de la capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás, en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamento, motivaciones e intenciones. Esta inteligencia le permite a un adulto hábil, leer las intenciones y los deseos de los demás, aunque se los hayan ocultado.

### **Inteligencia Naturalista**

Se describe como la competencia para percibir las relaciones que existen entre varias especies o grupos de objetos y personas, así como reconocer y establecer si existen distinciones y semejanzas entre ellos. Los naturalistas suelen ser hábiles para observar, identificar y clasificar a los miembros de un grupo o especie, e, incluso, para descubrir nuevas especies. Su campo de observación más afín es el mundo natural, donde pueden reconocer flora, fauna y utilizar productivamente sus habilidades en actividades de caza, ciencias biológicas y conservación de la naturaleza.

## **VARIABLE DEPENDIENTE: INTELIGENCIA EMOCIONAL**

La inteligencia emocional es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos. Este término se hizo popular gracias a Daniel Goleman, con su célebre libro: *Emotional Intelligence*, publicado en 1995. Goleman estima que la inteligencia emocional se puede organizar en torno a cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación, y gestionar las relaciones.

### **Orígenes del concepto**

Aunque las definiciones populares de inteligencia hacen hincapié en los aspectos cognitivos, tales como la memoria y la capacidad de resolver problemas, varios influyentes investigadores en el ámbito del estudio de la inteligencia comienzan a reconocer la importancia de los aspectos no cognitivos. Thorndike, en 1920, utilizó el término inteligencia social para describir la habilidad de comprender y motivar a otras personas.<sup>1</sup> David Wechsler en 1940, describe la influencia de factores no intelectivos sobre el comportamiento inteligente, y sostiene, además, que nuestros modelos de inteligencia no serán completos hasta que no puedan describir adecuadamente estos factores.

En 1983, Howard Gardner, en su Teoría de las inteligencias múltiples *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences* introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios). Para Gardner, los indicadores de inteligencia, como el CI, no explican plenamente la capacidad cognitiva. Por lo tanto, aunque los nombres dados al concepto han variado, existe una creencia común de que las definiciones tradicionales de inteligencia no dan una explicación exhaustiva de sus características.

Otro de los orígenes de la inteligencia emocional está en Joseph Ledoux, como influencia más reciente, a partir de su libro "El cerebro emocional (1996), en él divulga sus hallazgos acerca de los circuitos neuronales del cerebro y afirma que la emoción precede al pensamiento, también explica por qué los procesos de raciocinio que tienen lugar en el neocórtex van muchas veces a la zaga o en contra de los impulsos de la amígdala.

La relevancia de las emociones en los resultados del trabajo y la investigación sobre el tema siguió ganando impulso, pero no fue hasta la publicación del célebre libro de Daniel Goleman: Inteligencia emocional: ¿Por qué puede importar más que el concepto de cociente intelectual?, cuando se popularizó.<sup>5</sup> En 1995, la revista "Time" fue el primer medio de comunicación interesado en la IE que publicó un relevante artículo de Nancy Gibbs sobre el libro de Goleman. A partir de entonces comenzaron a aparecer cada vez con mayor frecuencia artículos sobre el tema, desde muy diversas entidades académicas y puntos de venta populares.

Este conjunto de habilidades de carácter socio-emocional es lo que Goleman definió como Inteligencia Emocional. Esta puede dividirse en dos áreas:

**Inteligencia intrapersonal:** Capacidad de formar un modelo realista y preciso de uno mismo, teniendo acceso a los propios sentimientos, y usarlos como guías en la conducta.

**Inteligencia interpersonal:** Capacidad de comprender a los demás; qué los motiva, cómo operan, cómo relacionarse adecuadamente. Capacidad de reconocer y reaccionar ante el humor, el temperamento y las emociones de los otros.

La Inteligencia Emocional también podría definirse como la capacidad que tiene una persona de manejar, entender, seleccionar y trabajar sus emociones y las de los demás con eficiencia y generando resultados positivos.

Es decir, es la habilidad para gestionar bien las emociones. Tanto las nuestras como las de los demás.

Una persona que se enfada con facilidad, que se pone triste con frecuencia o que no es capaz de controlar sus impulsos. Es alguien con mala inteligencia emocional. Por el contrario, una persona que se conoce bien a sí mismo, que es capaz de pensar antes de actuar, que entiende sus impulsos, que los expresa con educación siendo sincero pero, a la vez, consiguiendo no afectar negativamente a la gente que le rodea o que es capaz de relativizar y sentir las cosas de una forma sana sería una persona con muy buena inteligencia emocional.

Así mismo, la Inteligencia Emocional nos debe servir para entender las emociones de los demás y saber cómo tratar a la gente que nos rodea de forma que:

### **Beneficios de la inteligencia emocional**

Alguien con una buena inteligencia emocional debería ser capaz de aplicar las siguientes cosas:

Pensar antes de actuar...y no ir a la deriva y a lo "loco" antes de hacer las cosas. Esto no quiere decir que no se viva el momento o que no se disfrute. Esto quiere decir que las emociones y la razón vayan de la mano. Hay que disfrutar, pero también hay que ser capaz de utilizar la inteligencia y analizar las emociones, especialmente cuando hablamos de ira, tristeza o frustración.

Ser empático para poder entender, respetar y manejar las emociones de los demás, haciendo que la gente que nos rodee esté a gusto.

Saber elegir bien las emociones en cada momento, para que nuestro comportamiento sea óptimo. Si, ante una crítica, nos ofendemos y nos enfadamos, estamos eligiendo muy mal las emociones. Si, por el contrario, nos paramos a pensar, analizamos el comportamiento de la otra persona, escuchamos, entendemos su punto de vista, leemos entre líneas y nos damos cuenta de que, el problema ha sido que en nuestro argumento anterior le hemos ofendido nosotros a él/ella, entonces será mucho mejor pedir disculpas y sugerir que la próxima vez nos diga las cosas de otra forma. No es cuestión de ceder, es cuestión de manejar la situación eficientemente. Es decir, causando el mínimo daño. Y el enfado, normalmente es la emoción que más daño genera.

Manejar, conocer y controlar bien las emociones negativas, especialmente en lo que respecta a: ira, tristeza, frustración y ansiedad/estrés.

Vivir una vida con alto grado de motivación y optimismo, creciéndonos ante la adversidad, en vez de viniéndonos abajo.

Ser feliz. La inteligencia emocional, al final debe perseguir la paz interior y la felicidad. Porque lo único que determina nuestra felicidad son las emociones.

Si nuestras emociones están bien, nuestra vida irá a la par Si nuestras emociones van fatal, nuestra percepción de la vida será depresiva, y de fracaso.



## **2.5. PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS**

### **2.5.1.- HIPÓTESIS GENERAL**

La práctica del el taekwondo influye significativamente en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo

### **2.6.- DETERMINACIÓN DE VARIABLES DE LA HIPÓTESIS GENERAL**

El taekwondo incide en el desarrollo de la inteligencia

#### **2.6.1.-VARIABLE INDEPENDIENTE**

El Taekwondo

#### **2.6.2 VARIABLE DEPENDIENTE**

La Inteligencia Emocional

## **CAPITULO III**

### **3.-METODOLOGÍA**

#### **3.1. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN**

Esta Investigación se enmarco en el enfoque cuantitativa y está ubicada en el paradigma crítico-propositivo, ya que utilizamos la capacidad crítica y reflexiva del contexto para así llegar a obtener una propuesta de solución al problema planteado.

#### **3.2.- MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **3.2.1.- DE CAMPO**

La investigación realizada es un estudio de campo ya que se tomó la información directamente la liga cantonal Salcedo en el periodo Octubre 2012 Mayo 2013.

##### **3.2.2.- INVESTIGACIÓN BIBLIOGRÁFICA.**

El presente trabajo de Investigación es bibliográfico, documental y es debido a que permite revisar, analizar, sintetizar, ampliar, comparar, profundizar, y diferenciar. La práctica del taekwondo y como desarrolla la inteligencia emocional.

#### **3.3.- MÉTODOS**

Los métodos básicos y esenciales para la presente Investigación serán las siguientes:

**Método de Observación.-** este método que está implícito en todo el trabajo investigativo porque en calidad de investigador se observa, se dialoga con los participantes y se detecta el problema.

**Método Teórico.-** es histórico y lógico porque enfoca sistemáticamente causas y efectos; las causas permitirán en base al trabajo de investigación presentar alternativas de solución al problema planteado.

**Método Analítico.-** visto el problema nos permitirá analizar el contexto del mismo. Comportamiento anti deportivo y elevados niveles de estrés en los los deportistas que se produce en el Proceso de Aprendizaje en el área de Cultura Física.

**Método Exploratorio.-** El presente trabajo de Investigación permitirá conocer más sobre la problemática de comportamiento anti deportivo y elevados niveles de estrés en los los deportistas.

### **3.4.- TÉCNICAS**

Las técnicas que se utilizaron fueron:

**La observación.-** para obtener información a través de la observación.

**Las encuestas.-** Con esta técnica de investigación recaudamos información mediante un banco de preguntas, lo cual fue dirigido a los entrenadores y deportistas.

### **3.5.- CARACTERIZACIÓN DEL OBJETO Y LUGAR.**

El objeto de estudio fueron deportistas entre las edades de 6 años a 16 años de la liga deportiva cantonal de “Salcedo”.

### **3.6.- NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN**

El presente trabajo investigativo es de tipo exploratorio ya que la metodología utilizada fue flexible a la necesidad del estudio, generando hipótesis y a su vez reconociendo las variables de interés investigativo, la investigación tiene un interés deportivo y psicológico ya que el problema ha sido poco investigado dentro del contexto. Mediante este estudio se pudo analizar la El taekwondo y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional.

### **3.7.- POBLACIÓN**

Para la realización de esta investigación se tomó como población o universo de 42 personas conformado por 35 deportistas que pertenecen a la disciplina taekwondo y 7 entrenadores de las diversas disciplinas deportivas de la liga cantonal “Salcedo”.

N= 42 deportistas

### **3.8.- MUESTRA**

Por ser una población finita la que se tomó en cuenta para la investigación no ameritó el cálculo mediante fórmula, por ende la muestra la conforman los mismos 42 deportistas y entrenadores que pertenecen a la liga cantonal “Salcedo”.

### **3.9.- SUJETOS DE ESTUDIO**

CUADRO N° 2 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013

Descripción De La Población

<b>SUJETOS</b>	<b>POBLACIÓN</b>	<b>MUESTRA</b>
Deportistas	35	83%
Entrenadores	7	17%

### 3.10. - OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

CUADRO N° 3 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013 Variable Independiente: El Taekwondo

CONCEPTUALIZACIÓN DE LA V.I	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
<p>El taekwondo es una de las artes marciales que contribuye al desarrollo físico empleando la quinesia corporal integrando la coordinación entre pie y mano utilizando movimientos de desplazamiento como son: atrás, adelante y lateral.</p> <p>Integrando movimientos estáticos y dinámicos para el desarrollo de la flexibilidad en el deportista</p> <p>El taekwondo en su filosofía menciona el desarrollo mental a través de los valores integrativos en su entorno social y sus relaciones afectivas con su grupo de pares</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo físico</li> <li>• Coordinación</li> <li>• Movimientos</li> <li>• Flexibilidad</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo mental</li> <li>• Relación afectiva</li> <li>• Entorno social</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crecimiento:</li> <li>• fisiología</li> <li>• El desarrollo:</li> <li>• tamaño</li> <li>• composición</li> <li>• Maduración:</li> <li>• crecimiento físico</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ideales</li> <li>• justicia</li> <li>• respeto</li> <li>• compañerismo,</li> <li>• Modo de vida.</li> </ul>	<p>¿En los entrenamientos se utilizan técnicas lúdicas motivacionales para iniciar con la actividad física?</p> <p style="text-align: center;">SI      NO</p> <p>¿Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros?</p> <p style="text-align: center;">SI      NO</p> <p>¿Cree usted que la motivación así como el auto control ayuda a mejorar los niveles de rendimiento físico en competencias?</p> <p style="text-align: center;">SI      NO</p> <p>¿Piensa usted que los fundamentos filosóficos de las artes marciales fortalecen y dan seguridad a la personalidad de deportistas?</p> <p style="text-align: center;">Si    No</p>	<p>Encuesta</p> <p>Cuestionario estructurado</p> <p>Deportista y entrenadores</p>



### 3.11.- PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

CUADRO N° 5 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013

#### Recolección De Información

Preguntas Básicas	Explicación
1. ¿Para qué?	Para conocer sobre el taekwondo y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo en el periodo Septiembre 2012 Febrero 2013
2. ¿De qué persona u objeto?	Deportistas de la liga cantonal Salcedo
3. ¿Sobre qué aspectos?	El taekwondo y la inteligencia emocional
4. ¿Quién?	Raúl Tapia
5. ¿Cuándo?	Septiembre 2012 Febrero 2013
6. ¿Dónde?	Liga cantonal Salcedo
7. ¿Cuántas veces?	A 35 deportistas
8. ¿Qué técnicas de recolección?	Encuesta
9. ¿Con que?	Cuestionarios
10. ¿En qué situación?	En el periodo fuera de clases

Para la recolección de información se aplicaran estrategias metodológicas requeridas por los objetivos/e Hipótesis que permitan el correcto análisis de los procesos metodológico aplicado en la institución de acuerdo a un enfoque positivista.

### **3.12.- PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN**

El proceso de la información recogida se hará a través de una revisión crítica; es decir todo lo que no tenga relación con El taekwondo y la inteligencia emocional serán descartados por defectuosos, contradictorio, incompleta, no pertinente y otros aspectos negativos que conllevan a que el trabajo investigativo se tome ineficiente.

Si es necesaria la repetición de la recolección de la información se lo hará en ciertos casos individuales, para corregir fallas de contestación, y que el trabajo sea eficiente y este bien encaminado hacia la meta que se desea alcanzar en el tiempo planificado.

Se procederá a la tabulación de las encuestas a través de cuadros estadísticos según las variables de la hipótesis. El manejo de la información se la hará mediante un estudio meticuloso de los datos para la presentación de los resultados. Por supuesto las representaciones gráficas (barras) proporcionaran un conocimiento más claro del trabajo que se está ejerciendo.

El análisis de los resultados estadísticos se lo hará destacando las tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e hipótesis planteados en el trabajo investigativo. La interpretación de resultados, con el apoyo del marco teórico en el aspecto pertinente, la comprobación de la hipótesis y el establecimiento de conclusiones y recomendaciones serán partes importantes en esta investigación que avizora éxitos.



## **CAPITULO IV**

### **4.-ANALIOSIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

#### **4.1.- ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADO**

Una vez concluido con la recolección de los datos a través de la encuesta, se procederá con el análisis en forma técnica y pormenorizada, lo que permite obtener la interpretación descifrada y científica de los resultados obtenidos de los siguientes instrumentos de recolección de datos.

#### **4.2 INTERPRETACIÓN DE DATOS DE LA ENCUESTA**

Análisis e interpretación de los datos en los deportistas.

**PREGUNTA No. 1 ¿En los entrenamientos utilizan técnicas lúdicas motivacionales para iniciar con la actividad física?**

CUADRO N° 6 Los Entrenamientos Utilizan Técnicas Lúdicas

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	27	77,14%
NO	3	8,57%
A VECES	5	14,28%
TOTAL	35	100,00%



GRAFICO N° 4 Los Entrenamientos Utilizan Técnicas Lúdicas

**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

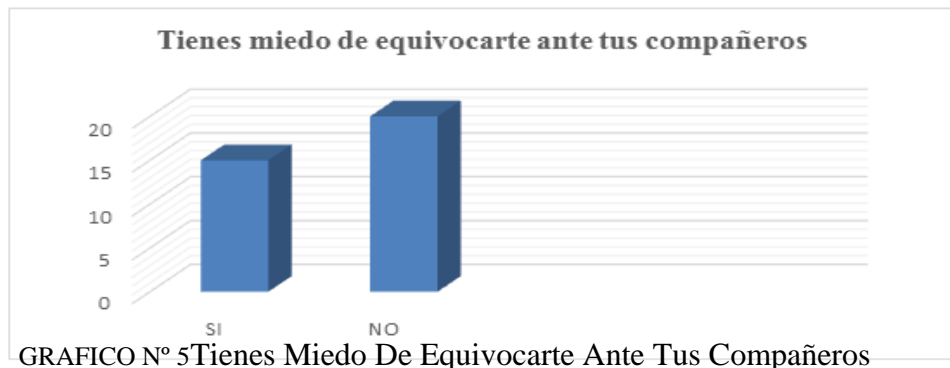
**Análisis e Interpretación:**

Podemos apreciar que el 77.14% menciona que en los entrenamientos si se utilizan técnicas lúdicas un 8.57% menciona que no realiza técnicas lúdicas y un 14.28% lo hace a veces por lo que se puede decir que nuestra propuesta debe ser orientada para que el 100% de los entrenadores utilice técnicas lúdicas para enseñar la disciplina deportiva y de esta manera integrar de forma permanente estas técnicas.

**PREGUNTA No. 2 ¿Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros?**

**CUADRO N° 7**Tienes Miedo De Equivocarte Ante Tus Compañeros

<b>Alternativa</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	15	42.85%
NO	20	57.14
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>



**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

**Análisis e Interpretación:**

La mayor parte de los niños que corresponden al 57.14% no sienten miedo de equivocarse ante sus compañeros, mientras que un 42.85% si tienen miedo a equivocarse ante sus compañeros lo cual demuestra un alto grado de inseguridad y falta de socialización.

**PREGUNTA No. 3 ¿Cree usted que la motivación así como el auto control ayuda a mejorar los niveles de rendimiento físico en competencias?**

**CUADRO N° 8 La Motivación Así Como El Auto Control Mejora El Rendimiento Físico**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	32	91,42%
NO	0	0,00%
A VECES	3	8,57%
TOTAL	35	100,00%



**GRAFICO N° 6 La Motivación Así Como El Auto Control Mejora El Rendimiento Físico**

**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

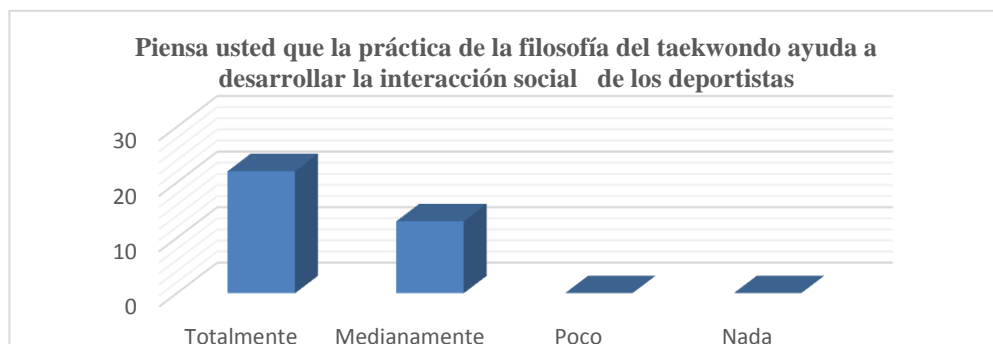
**Análisis e Interpretación:**

Los deportistas responden de manera muy favorable a que las técnicas lúdicas ayudan a mejorar los niveles de rendimiento en los deportistas, esto se debe, que se ha comprobado que la metodológica lúdica optimiza el objetivo y las metas a conseguir por parte de los deportistas.

**PREGUNTA No. 4: ¿Piensa usted que la práctica de la filosofía del taekwondo ayuda a desarrollar la interacción social de los deportistas?**

**CUADRO N° 9 La Filosofía Del Taekwondo Ayuda A Desarrollar La Interacción Social**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Totalmente	22	62,85%
Medianamente	13	37,14%
Poco	0	0,00%
Nada	0	0,00%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100,00%</b>



**GRAFICO N° 7 La Filosofía Del Taekwondo Ayuda A Desarrollar La Interacción Social**

**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

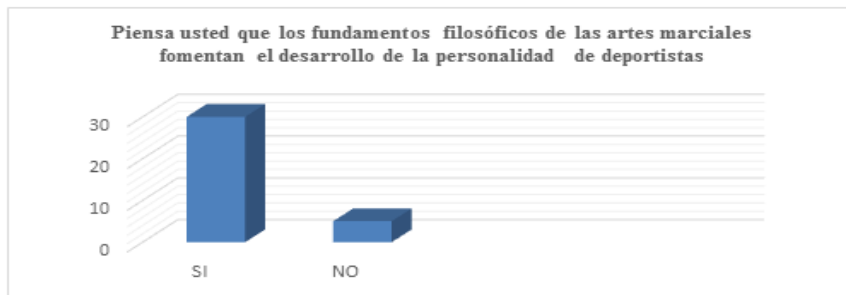
**Análisis e interpretación.**

Es importante analizar que un 62.85% que representa la mayoría conocen sobre la filosofía del taekwondo y sabe que está orientado al desarrollar el auto control y el respeto y por lo tanto contribuyen a mejorar ella interacción de los deportistas.

**PREGUNTA No. 5 ¿Piensa usted que los fundamentos filosóficos de las artes marciales fomentan el desarrollo de la personalidad de deportistas?**

**CUADRO N° 10 Las Artes Marciales Fomentan El Desarrollo De La Personalidad**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	85,71%
NO	5	14,28%
	35	100,00%



**GRAFICO N° 8 Las Artes Marciales Fomentan El Desarrollo De La Personalidad**

**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

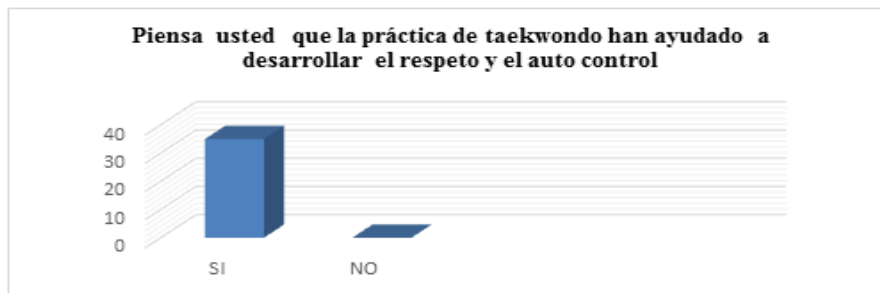
**Análisis e interpretación.**

A esta pregunta los deportistas responden en un 85.71% que los fundamentos filosóficos de las artes marciales. Si contribuyen a la formación de la personalidad ya que al conocerlos y practicarlos ayuda a la integración con su familia amigos y compañeros.

**PREGUNTA No. 6 ¿Piensa usted que la práctica de taekwondo han ayudado a desarrollar el respeto y el auto control?**

**CUADRO N° 11EL Taekwondo Ayudan A Desarrollar El Respeto Y El Auto Control**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	35	100,00%
NO	0	0,00%
TOTAL	35	100,00%



**GRAFICO N° 9EL Taekwondo Ayudan A Desarrollar El Respeto Y El Auto Control**

**Fuente:** Encuestas aplicada a entrenadores

**Elaborado:** Investigador.

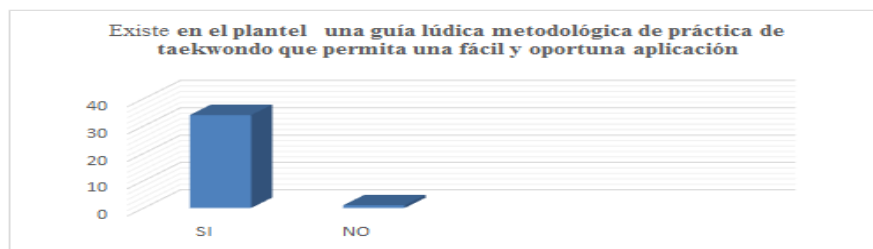
**Análisis e interpretación.**

Concomitante a las respuestas, a las preguntas anteriores nos permite concluir de manera definitiva las grandes ventajas de trabajar con técnicas lúdicas; lo cual nos permite comprobar la hipótesis.

**PREGUNTA No. 7 ¿Existe en la L.D.C. salcedo una guía lúdica metodológica de práctica de taekwondo que permita una fácil y oportuna aplicación?**

**CUADRO N° 12** Existe En La L.D.C. Salcedo Una Guía Lúdica Práctica De Taekwondo

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	34	97,14%
Si	1	2,85%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100,00%</b>



**GRAFICO N° 10**Existe En La L.D.C. Salcedo Una Guía Lúdica Práctica De Taekwondo

**Fuente:** Encuestas aplicada a entrenadores

**Elaborado:** Investigador.

**Análisis e interpretación.**

Los resultados de esta pregunta nos permite dar sustento a la propuesta de mi tesis de elaborar una guía de técnicas lúdicas adaptadas al taekwondo debido que el 97.14% contesta que no existe o no conoce si el plantel tiene una guía con estas características.



**PREGUNTA No. 8: ¿Cómo deportista piensa usted que se motiva más para entrenar por medio de?:**

**CUADRO N° 13** Cómo Deportista Como Se Motiva

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Por medio de entrenamiento estricto	5	14,28%
Por medio de práctica y un ambiente motivacional	19	54,28%
Por medio de la palabra	11	31,42%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>



**GRAFICO N° 11** Cómo Deportista Como Se Motiva

**Fuente:** Encuestas aplicada deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

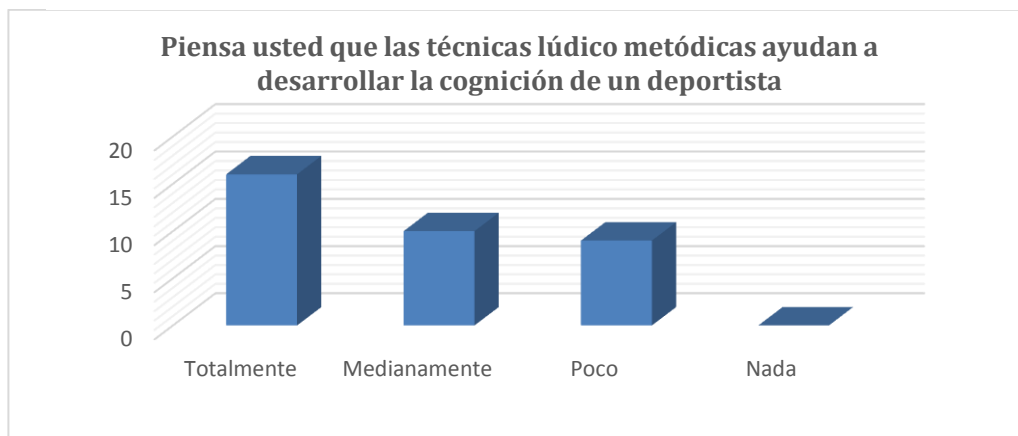
**Análisis e Interpretación.**

De manera mayoritaria con un 54.28% los deportistas responden que por medio de un ambiente motivado ya que reduce las tenciones del hogar así como los ocasionados en sus centros educativos .

**PREGUNTA No. 9: ¿Piensa usted que las técnicas lúdico metódicas ayudan a desarrollar la cognición de un deportista?**

**CUADRO N° 14** Las Técnicas Lúdico Metódicas Desarrollan La Cognición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Totalmente	16	45,71%
Medianamente	10	28,57%
Poco	9	25,71%
Nada	0	0,00%
Total	35	100,00%



**GRAFICO N° 12** Las Técnicas Lúdico Metódicas Desarrollan La Cognición

**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

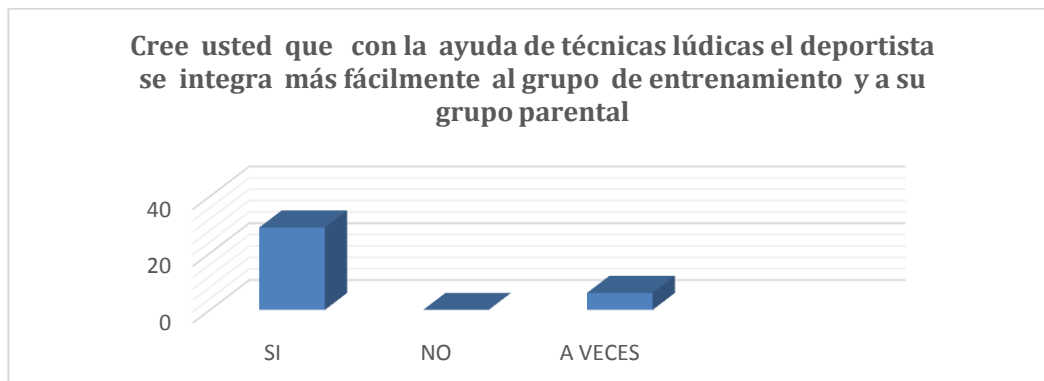
**Análisis e interpretación.**

En esta pregunta el porcentaje de deportistas que piensan que las técnicas lúdicas ayudan a desarrollar la cognición es de 45.71% que es muy razonable en el sentido de que existen técnicas que fomentan otras áreas del deportista como es la personalidad y el comportamiento.

**PREGUNTA No. 10¿Cree usted que con la ayuda de técnicas lúdicas el deportista se integra más fácilmente al grupo de entrenamiento y a su grupo parental?**

**CUADRO N° 15Las Técnicas Lúdicas El Deportista Se Integra Más Fácilmente Al Grupo**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	29	82,85%
NO	0	0,00%
A VECES	6	17,14%
TOTAL	35	100,00%



**GRAFICO N° 13Las Técnicas Lúdicas El Deportista Se Integra Más Fácilmente Al Grupo**

**Fuente** : Encuesta aplicada a deportistas.

**Elaborado:** Investigador.

**Análisis e interpretación.**

Los deportistas responden de manera muy favorable a que las técnicas lúdicas ayudan la relación fraternal en los deportistas, esto se debe, a que se ha comprobado que la metodológica lúdica optimiza en interés que los niños, niñas prestan al juego combinado con el entrenamiento; de allí la gran importancia de que los entrenadores conozcan de la metodología lúdica.

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS EN LOS ENTRENADORES.

**PREGUNTA No.1 ¿Utiliza usted, técnicas lúdicas motivacionales para todos los estudiantes de su disciplina deportiva?**

CUADRO N° 16 Utiliza Usted, Técnicas Lúdicas Motivacionales

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	71,42%
NO	2	28,58%
A VECES	0	0,00%
TOTAL	7	100,00%

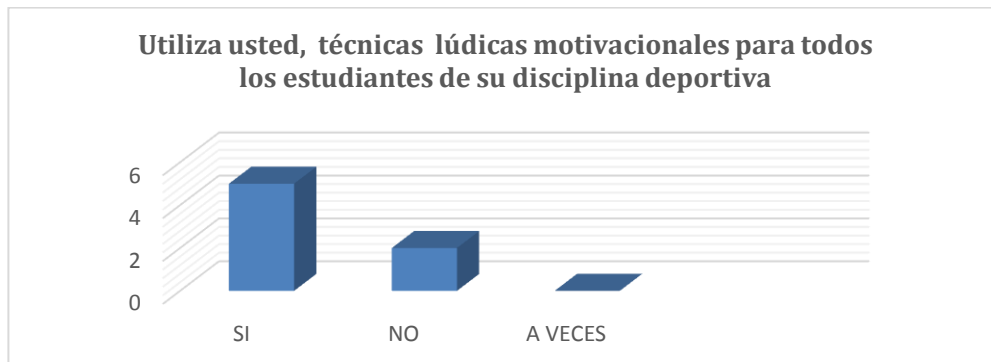


GRAFICO N° 14 Utiliza Usted, Técnicas Lúdicas Motivacionales

**Fuente:** Encuesta aplicada a docentes.

**Elaborado:** Investigador.

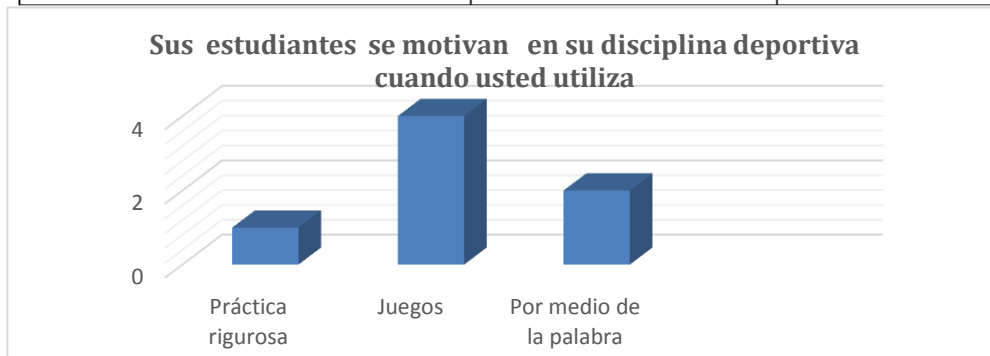
### **Análisis e Interpretación:**

Podemos apreciar que el 71.42% utiliza las técnicas lúdicas por lo que deduce hay un buen nivel de enseñanza así como empatía, 28.58% no lo hace y es a este sector de manera especial que nuestra propuesta debe ser orientada para que el 100% de los docentes utilice técnicas lúdicas motivacionales.

**PREGUNTA No.2 ¿Sus estudiantes se motivan en su disciplina deportiva cuando usted utiliza?**

**CUADRO N° 17**Sus Estudiantes Se Motivan Cuando Usted Utiliza

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Práctica rigurosa	1	14,29%
Juegos	4	57,14%
Por medio de la palabra	2	28,57%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100,00%</b>



**GRAFICO N° 15**Sus Estudiantes Se Motivan Cuando Usted Utiliza

**Fuente** : Encuesta aplicado de entrenadores

**Elaborado:** Investigador.

**Análisis e interpretación**

La respuesta a esta pregunta es muy importante tomado en consideración que el 57.14 % de los entrenadores responden; lo que más motiva a los estudiantes para entrenar son los juegos; es importante tomar en cuenta esta alternativa de motivar por medio de la palabra pues alcanza un 28.58% que en términos generales es alto y se debe a que existen niños con grandes dificultades de comunicación analógica, por lo que la palabra constituye en un importante medio para motivar al entrenamiento.

**PREGUNTA No.3 ¿Por su experiencia como entrenador que tipo de técnica lúdica le motiva más sus estudiantes para continuar con la práctica deportiva?**

**CUADRO N° 18** Como Entrenador Que Tipo De Técnica Motiva Más Sus Estudiantes

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Técnica al aire libre	3	42,86%
Técnicas Cooperativas	1	14,28%
Técnicas Competitivas	3	42,86%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100,00%</b>



**GRAFICO N° 16** Como Entrenador Que Tipo De Técnica Motiva Más Sus Estudiantes  
**Fuente** : Encuesta aplicado a docentes

**Elaborado** : Investigador.

**Análisis e interpretación:**

El 42.86% de los docentes responden que el tipo de técnicas que más le motiva a los deportistas son las técnicas al aire libre y la competitivas, esto se debe a que por naturaleza los niños gustan de actividades en las que puedan mostrar lo aprendido.

**PREGUNTA No.4 ¿Cree usted, que la técnicas lúdicas motivacionales ayuda a mejorar los niveles de rendimientos en competencias de los deportistas?**

**CUADRO N° 19**Las Técnicas Lúdicas Mejoran El Rendimientos En Competencia

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100,00%
NO	0	0,00%
TOTAL	7	100,00%



**GRAFICO N° 17**Las Técnicas Lúdicas Mejoran El Rendimientos En Competencia

**Fuente** : Encuesta aplicado a docentes

**Elaborado** : Investigador.

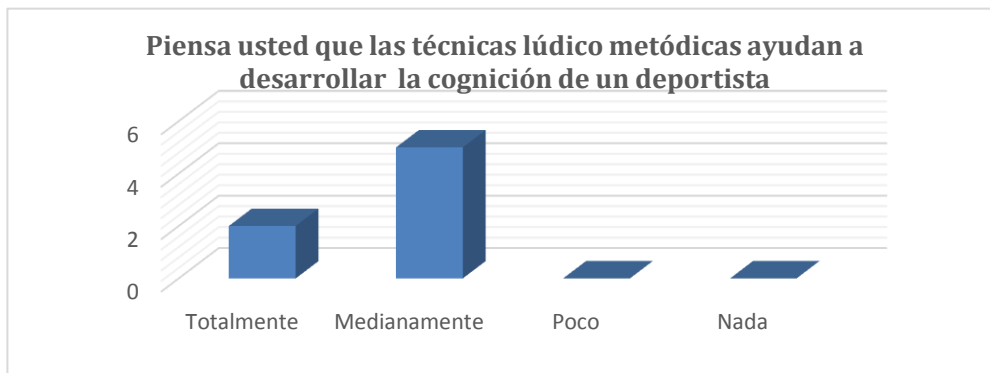
**Análisis e interpretación:**

A esta pregunta los entrenadores de manera total responden en un 100% que las técnicas lúdicas motivacionales fortalecen y elevan los niveles de rendimiento del deportista en competencias. Respuesta que es muy importante ya que la propuesta será de mucho beneficio para todos los entrenadores de la liga deportiva cantonal de Salcedo, que permitirá mejorar aún más el trabajo con las técnicas lúdicas.

**PREGUNTA No.5 ¿Piensa usted que las técnicas lúdico metódicas ayudan a desarrollar la cognición de un deportista?**

**CUADRO N° 20** Las Técnicas Lúdico Metódicas Ayudan A Desarrollar La Cognición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Totalmente	2	28,57%
Medianamente	5	71,43%
Poco	0	0,00%
Nada	0	0,00%
Total	7	100,00%



**GRAFICO N° 18**Las Técnicas Lúdico Metódicas Ayudan A Desarrollar La Cognición

**Fuente** : Encuesta aplicado a docentes

**Elaborado** : Investigador.

**Análisis e interpretación.**

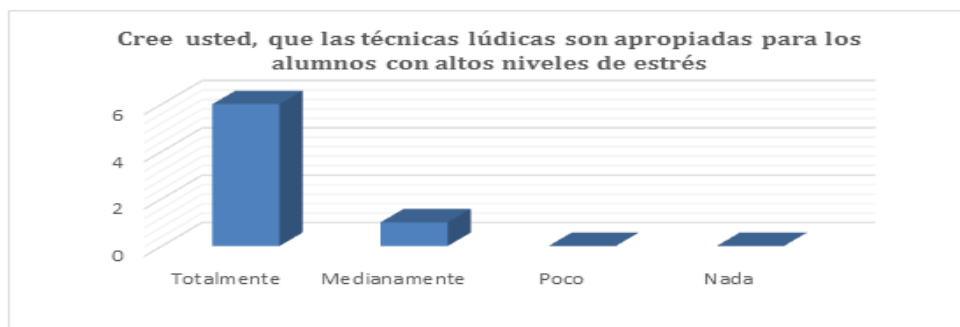
Las respuestas dadas por los entrenadores guardan gran concordancia con la pregunta anterior; entre la alternativa poco o nada se obtiene un 0% lo que demuestra que los entrenadores están convencidos que las técnicas lúdicas mejoran la cognición de los deportistas y de esta manera desarrollan auto control lo cual contrarresta el comportamiento antideportivo en las diversas competencias.



**PREGUNTA No.6 ¿Cree usted, que las técnicas lúdicas son apropiadas para los alumnos con altos niveles de estrés?**

**CUADRO N° 21**Las Técnicas Lúdico Son Apropriadas Para Los Alumnos Con Estrés

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Totalmente	6	85,71%
Medianamente	1	14,28%
Poco	0	0,00%
Nada	0	0,00%
Total	7	100,00%



**GRAFICO N° 19**Las Técnicas Lúdico Son Apropriadas Para Los Alumnos Con Estrés

**Fuente:** Encuestas aplicada a docentes

**Elaborado:** Investigador.

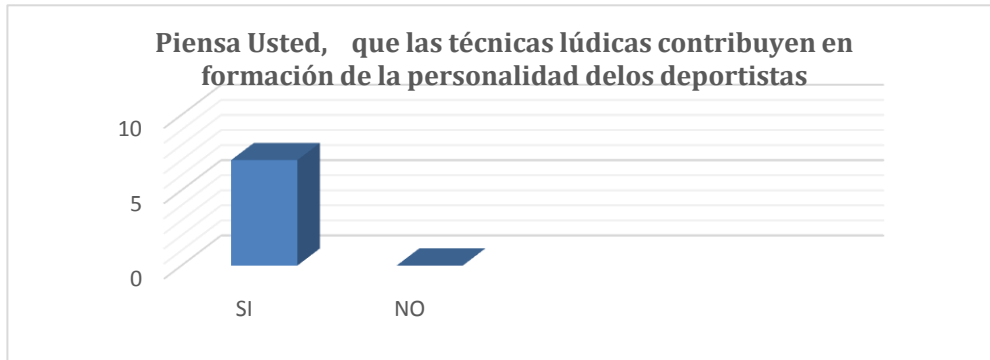
**Análisis e interpretación.**

Se debe analizar que el 85.71% responde totalmente, esto puede deberse a que es lógico pensar que las técnicas lúdicas que van orientadas a desarrollar el área física y a potenciar el entrenamiento; pero no obstante de manera paralela contribuyen a mejorar la salud mental de los deportistas ya sea mediante su filosofía o la interacción que genera las técnicas lúdicas .

**PREGUNTA No.7 ¿Piensa Usted, que las técnicas lúdicas contribuyen en formación de la personalidad de los deportistas?**

**CUADRO N° 22Las Técnicas Lúdico Ayudan A Formar La Personalidad**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100,00%
NO	0	0,00%
TOTAL	7	100,00%



**GRAFICO N° 20Las Técnicas Lúdico Ayudan A Formar La Personalidad**

**Fuente:** Encuestas aplicada a docentes

**Elaborado:** Investigador.

**Análisis e interpretación.**

A esta pregunta los docentes de manera total responden en un 100% que las técnicas lúdicas contribuyen con la formación la personalidad de los deportistas. Respuesta que es muy importante desde el punto de vista social se están formando individual seguros de sí mismos así como también dinámicos en las diversas etapas de su desarrollo.

**PREGUNTA No.8 ¿Piensa Usted, las técnicas lúdicas ayudan a mejorar sus relaciones con su grupo de pares?**

**CUADRO N° 23**Las Técnicas Lúdico Ayudan A Sus Relaciones Con Su Grupo

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100,00%
NO	0	0,00%
Total	7	100,00%



**GRAFICO N° 21**Las Técnicas Lúdico Ayudan A Sus Relaciones Con Su Grupo

**Fuente:** Encuestas aplicada a entrenadores

**Elaborado:** Investigador.

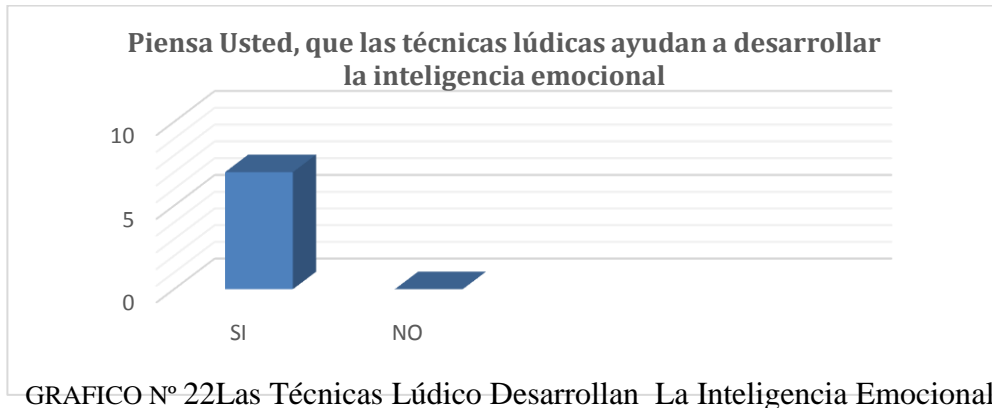
**Análisis e interpretación.**

Esta respuesta guarda coherencia con las dos anteriores en un altísimo porcentaje de ventajas en la utilización técnicas lúdicas, ya que estas técnicas ayudan a romper el hermetismo entre los deportistas causado por la diferencia de género, la edad y el nivel socio cultural existente entre unos y otros.

**PREGUNTA No.9 ¿Piensa Usted, que las técnicas lúdicas ayudan a desarrollar la inteligencia emocional?**

**CUADRO N° 24**Las Técnicas Lúdico Desarrollan La Inteligencia Emocional

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100,00%
NO	0	0,00%
TOTAL	7	100,00%



**GRAFICO N° 22**Las Técnicas Lúdico Desarrollan La Inteligencia Emocional

**Fuente:** Encuestas aplicada a Entrenadores

**Elaborado:** Investigador.

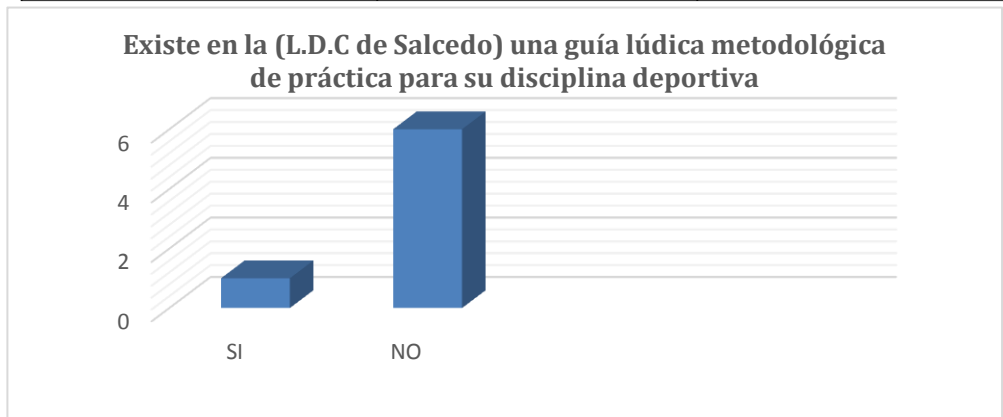
**Análisis e interpretación.**

Concomitante a las respuestas, a las preguntas anteriores nos permite concluir de manera definitiva las grandes ventajas de trabajar técnicas lúdicas elementos que nos permite comprobar la hipótesis.

**PREGUNTA No.10 ¿Existe en la (L.D.C de Salcedo) una guía lúdica metodológica de práctica para su disciplina deportiva?**

**CUADRO N° 25**La L.D.C Salcedo Cuenta Con Una Guía Lúdica Para Su Disciplina Deportiva

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	14,28%
NO	6	85,71%
TOTAL	7	100,00%



**GRAFICO N° 23**La L.D.C Salcedo Cuenta Con Una Guía Lúdica Para Su Disciplina Deportiva

**Fuente:** Encuestas aplicada a entrenadores

**Elaborado** : Investigador.

**Análisis e interpretación.**

Los resultados de esta pregunta nos permite dar sustento a la propuesta de tesis de elaborar una guía en cuyo contenido conste de diversas técnicas lúdicas que puedan ser aplicadas en el entrenamiento de cada una de las disciplinas deportivas con su respectiva adaptación ya que el 85.71% contesta que no existe en el plantel una guía.

### **4.3 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS DE LOS DEPORTISTAS**

Hipótesis, Argumento y Verificación

#### **4.3.1 COMBINACION DE FRECUENCIAS**

Para establecer la siguiente variable se tomó al azar cuatro preguntas de cada una de las encuestas.

#### **4.3.2 HIPÓTESIS**

**Hipótesis Nula: ( $H_0$ ).** “La práctica del el taekwondo no influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”

**Hipótesis Alterna: ( $H_1$ ).** “La práctica del el taekwondo influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”.

##### **4.3.2.1 MODELO MATEMÁTICO**

$$H_0 = H_1$$

$$H_0 \neq H_1$$

#### **4.3.3 NIVEL DE SIGNIFICACIÓN**

Se escoge un nivel de significación del 5% o 0,05, para realizar la comprobación de hipótesis.

#### **4.3.4 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN**

Se trabajó con una muestra total de 42 personas.

Entrenadores 7

Deportistas 35

### **4.3.5 ESPECIFICACIÓN DEL ESTADÍSTICO**

Utilizaremos la fórmula del Chi Cuadrado que es:

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

$\sum$  = Sumatoria de Resultados

O = Frecuencias Observadas

E = Frecuencias Esperadas

X<sup>2</sup> = Chi Cuadrado

### **4.3.6 REGIÓN DE ACEPTACIÓN Y RECHAZO**

Cuando se obtiene 3 grados de libertad y un nivel de significación de 5%, el valor en la tabla del Xi-Cuadrado es igual a 7,81.

$$\text{G.L.} = (F - 1) * (C - 1)$$

$$\text{G.L.} = (4 - 1) * (2 - 1)$$

$$\text{G.L.} = 3 * 1$$

$$\text{G.L.} = 3$$

### Argumento

Para un contraste BILATERAL con un nivel de significación de 0.05, y 3 grados de libertad el valor del  $X^2_{\tau} = 7,81$  por consiguiente se acepta la hipótesis nula para todo valor de chi cuadrado que se encuentra hasta el valor 7.81 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 7.82

### REPRESENTACIÓN GRAFICA

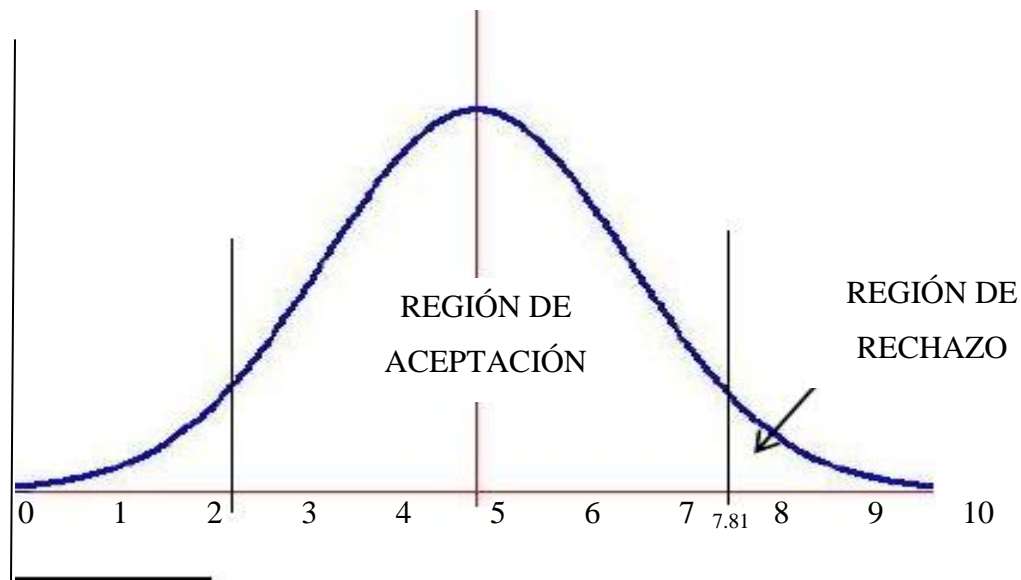


GRAFICO N° 24 FUENTE RAÚL TAPIA

REPRESENTACIÓN GRAFICA CHI CUADRADO



### 4.3.7 CÁLCULO ESTADÍSTICO DEPORTISTAS

Tabla De Frecuencias Observadas De Los Deportistas

POBLACIÓN	ALTERNATIVAS		TOTAL
	Si	No	
¿Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros?	15	20	35
¿Piensa usted que los fundamentos filosóficos de las artes marciales fortalecen y dan seguridad al a personalidad de deportistas?	30	5	35
¿Piensa usted que la práctica de taekwondo han ayudado a desarrollar el respeto y el auto control?	35	0	35
¿Cree usted que con la ayuda de técnicas lúdicas el deportista se integra más fácilmente al grupo de entrenamiento y a su grupo parental?	29	6	35
SUB TOTAL	109	31	140

CUADRO N° 26 FUENTE RAÚL TAPIA

TABLA DE FRECUENCIAS OBSERVADAS DE LOS DEPORTISTAS

### FRECUENCIAS ESPERADAS

POBLACIÓN	ALTERNATIVAS		TOTAL
	Si	No	
¿Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros?	27.25	7.75	35
¿Piensa usted que los fundamentos filosóficos de las artes marciales fortalecen y dan seguridad al a personalidad de deportistas?	27.25	7.75	35
¿Piensa usted que la práctica de taekwondo han ayudado a desarrollar el respeto y el auto control?	27.25	7.75	35
¿Cree usted que con la ayuda de técnicas lúdicas el deportista se integra más fácilmente al grupo de entrenamiento y a su grupo parental?	27.25	7.75	35
SUB TOTAL	109	31	140

CUADRO N° 27FUENTE RAÚL TAPIA

TABLA DE FRECUENCIAS ESPERADAS DE LOS DEPORTISTAS

### CALCULO DEL CHI CUADRADO

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

OBSERVADOS	ESPERADOS	O - E	(O - E)*2	$x^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$
15	27.25	-12.25	24.5	0.8990
20	7.75	12.25	24.5	3.1612
30	27.25	2.75	5.5	0.2018
5	7.75	-2.75	5.5	0.7096
35	27.25	7.75	15.5	0.5688
0	7.75	-7.75	15.5	2
29	27.25	1.75	3.5	0.1284
6	7.75	-1.75	3.5	0.4516
140	140			8.1204

CUADRO N° 28 FUENTE RAÚL TAPIA

TABLA DEL CHI CUADRADO DEPORTISTAS

### DECISIÓN

Para un contraste BILATERAL con un nivel de significación de 0.05, y 3 grados de libertad el valor del  $X^2_{\alpha} = 7,81$ ; el valor del Chi-Cuadrado calculado es  $X^2 = 8.1204$ ; por lo tanto, se acepta la **HIPÓTESIS ALTERNA** y rechaza la **HIPÓTESIS NULA**; “La práctica del el taekwondoSi influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”.

## **4.4 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS DE LOS ENTRENADORES**

Hipótesis, Argumento y Verificación

### **4.4.1 COMBINACION DE FRECUENCIAS**

Para establecer la siguiente variable se tomó al azar cuatro preguntas de cada una de las encuestas.

### **4.4.2 HIPÓTESIS**

**Hipótesis Nula: ( $H_0$ ).** “La práctica del el taekwondo no influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”

**Hipótesis Alterna: ( $H_1$ ).** “La práctica del el taekwondo influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”.

#### **4.4.2.1 MODELO MATEMÁTICO**

$H_0 = H_1$

$H_0 \neq H_1$

### **4.4.3 NIVEL DE SIGNIFICACIÓN**

Se escoge un nivel de significación del 5% o 0,05, para realizar la comprobación de hipótesis.

### **4.4.4 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN**

Se trabajó con una muestra total de 42 personas.

Entrenadores 7

Deportistas 35

#### **4.4.5 ESPECIFICACIÓN DEL ESTADÍSTICO**

Utilizaremos la fórmula del Chi Cuadrado que es:

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

$\sum$  = Sumatoria de Resultados

O = Frecuencias Observadas

E = Frecuencias Esperadas

X<sup>2</sup> = Chi Cuadrado

#### **4.4.6 REGIÓN DE ACEPTACIÓN Y RECHAZO**

Cuando se obtiene 3 grados de libertad y un nivel de significación de 5%, el valor en la tabla del Xi-Cuadrado es igual a 7,81.

$$\text{G.L.} = (F - 1) * (C - 1)$$

$$\text{G.L.} = (4 - 1) * (2 - 1)$$

$$\text{G.L.} = 3 * 1$$

$$\text{G.L.} = 3$$

#### 4.4.7 CÁLCULO ESTADÍSTICO ENTRENADORES

Tabla de frecuencias observadas

POBLACIÓN	ALTERNATIVAS		TOTAL
	Si	No	
¿Cree usted, que las técnicas lúdicas son apropiadas para los alumnos con altos niveles de estrés?	7	0	7
¿Utiliza usted, técnicas lúdicas motivacionales para todos los estudiantes de su disciplina deportiva?	5	2	7
¿Cree usted, que la técnicas lúdicas motivacionales ayuda a mejorar los niveles de rendimientos en competencias de los deportistas?	7	0	7
¿Existe en la (L.D.C de Salcedo) una guía lúdica metodológica de práctica para su disciplina deportiva?	1	6	7
<b>SUB TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>28</b>

CUADRO N° 29 FUENTE RAÚL TAPIA

TABLA DE FRECUENCIAS OBSERVADAS DE LOS ENTRENADORES

## FRECUENCIAS ESPERADAS

POBLACIÓN	ALTERNATIVAS		TOTAL
	Si	No	
¿Cree usted, que las técnicas lúdicas son apropiadas para los alumnos con altos niveles de estrés?	5	2	7
¿Utiliza usted, técnicas lúdicas motivacionales para todos los estudiantes de su disciplina deportiva?	5	2	7
¿Cree usted, que la técnicas lúdicas motivacionales ayuda a mejorar los niveles de rendimientos en competencias de los deportistas?	5	2	7
¿Existe en la (L.D.C de Salcedo) una guía lúdica metodológica de práctica para su disciplina deportiva?	5	2	7
SUB TOTAL	20	8	28

CUADRO N° 30 FUENTE RAÚL TAPIA

TABLA DE FRECUENCIAS ESPERADAS DE LOS ENTRENADORES

### CALCULO DEL CHI CUADRADO

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

OBSERVADOS	ESPERADOS	O - E	(O - E)*2	$x^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$
7	5	2	4	0.8
0	2	-2	4	2
5	5	0	0	0
2	2	0	0	0
7	5	2	4	0.8
0	2	-2	4	2
1	5	-4	16	3.2
6	2	4	16	8
<b>28</b>	<b>28</b>			<b>16.8</b>

CUADRO N° 31 FUENTE RAÚL TAPIA

### TABLA DEL CHI CUADRADO ENTRENADORES

**DECISIÓN.**-Para un contraste BILATERAL con un nivel de significación de 0.05, y 3 grados de libertad el valor del  $X^2_{\tau=7,81}$ ; el valor del Chi-Cuadrado calculado es  $X^2 = 16.8$ ; por lo tanto, se acepta la **HIPÓTESIS ALTERNA** y rechaza la **HIPÓTESIS NULA**; “La práctica del el taekwondo influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”.

**VERIFICACIÓN.**-Ante las evidencias comprobadas sobre: La práctica del el taekwondo **SI** influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los deportistas de la liga cantonal Salcedo”.

**Se Comprueba Como Verdadera La Hipótesis Alternativa (HI).**



## CAPÍTULO V

### 5.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1.-CONCLUSIONES

- ✓ Se detecta que la práctica de taekwondo ayuda no solo a que el deportista desarrolle aspectos físicos sino que a la vez fomenta desarrollo de la inteligencia emocional, social, del deportista con su familia y entorno.
- ✓ Se puede también detectar que a la mayoría de deportistas de manera definitiva les gusta que los docentes apliquen las técnicas lúdicas como una herramienta metodológica, esto se debe, a que por naturaleza el ser humano presta predisposición al juego y mucho más en los deportistas.
- ✓ Se detecta también que unos de los problemas principales para desarrollar mejor los aprendizajes consiste en que existe en el **Dojo** deportistas con diversos niveles de ansiedad y estrés , lo que ocasiona que el trabajo del entrenador no se centre en un solo tipo de técnica lúdica , sino más bien en varias ocasionando en determinado momento desniveles en la práctica física de la disciplina deportiva .
- ✓ Entre los principales beneficios físicos en el deportista tenemos que aumenta la resistencia cardiovascular. Mejora la resistencia y la fuerza muscular. Aumenta la flexibilidad.
- ✓ La mayoría de los niños tienen miedo a ser participativos por temor a la crítica de sus compañeros y en ocasiones de sus maestros. Lo cual provoca la deserción del deportista del de la práctica deportiva aspecto que será erradicado de manera grupal con las técnicas lúdicas y de manera individual con el fortalecimiento de la inteligencia emocional.

## **5.2.-RECOMENDACIONES**

- ✓ Será importante que en la propuesta se elabore técnicas lúdicas así como talleres didácticos de práctica deportiva al aire libre y no sujetos a permanecer únicamente en el interior del Doyo de entrenamiento ya que produce cansancio en los estudiantes.
- ✓ Se debe implementar actividades colectivas, grupales, permanentes que posibiliten prácticas de nuevos valores éticos y morales a fin de potenciar la Inteligencia emocional, erradicar los grupos que se auto marginen y posibilitar la interacción.
- ✓ Fomentar la realización de trabajos individuales y en equipo de reflexión en horas de clase para difundir con mayor profundidad temas relacionados con la filosofía de las artes marciales a lo cual y fortalecerá la Inteligencia Emocional de cada uno de los deportistas.
- ✓ Implementar talleres de convivencia para deportistas, padres de familia y entrenadores para de esta manera fortalecer la Inteligencia Emocional en todos los miembros de la liga deportiva cantonal de salcedo.

## **CAPÍTULO VI**

### **6.-PROPUESTA**

**TITULO: “DISEÑO DE UNA GUÍA METODOLÓGICA DE TÉCNICAS LÚDICAS ADAPTADAS HACIA LA PRÁCTICA DE TAEKWONDO PARA LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL DE SALCEDO”**

#### **6.1. DATOS INFORMATIVOS:**

Institución: Liga Deportiva Cantonal De Salcedo.

Provincia : Cotopaxi

Cantón : Salcedo

Parroquia: San Miguel

Dirección : Calle Guayaquil entre Av. Olmedo y 24 de Mayo

Régimen : Sierra

Sostenimiento: Gubernamental

Tipo de Institución: Mixto

Clase de institución: Desarrollo deportivo

## **6.2. ANTECEDENTE DE LA PROPUESTA**

La Cultura Física es esencial en el desarrollo de los pueblos, es determinante en la convivencia del entorno y su proyección social, obviamente esto se basa en la educación dado en procesos. La importancia que debería tener el desarrollo de nuevas y más complejas técnicas que permita elevar la calidad de acciones en los campos de aplicación físico sociales, debe tener como prioridad en los campos investigación y estudio para mejorar su perfil profesional y por ende la de sus dirigidos

Se ha detectado una vez aplicado las encuestas a los deportistas que entrena en la liga deportiva cantonal de Salcedo que:

La falta de comunicación de los padres, la rudeza de algunos entrenadores, la indiferencia y la falta de interacción, están ocasionando en la vida de los deportistas una desorganización y mala formación, lo cual perjudica su rendimiento físico y esta acarrea problemas posteriores en su preparación y rendimiento en competencias.

Con este antecedente es de gran importancia tomando en consideración el tipo de deportistas con niveles de estrés elevados que se entrenan en la liga deportiva que se desarrolle un manual de técnicas lúdicas mismo que responderán a las necesidades físicas y que permitirá disminuir el estrés en los deportistas.

## **6.3. JUSTIFICACIÓN.**

El diseño de una guía de técnicas lúdicas se justifica plenamente en virtud de su gran importancia pedagógica para la liga deportiva cantonal de Salcedo, el poder contar con esta herramienta que permitirá conocer que técnicas lúdicas son recomendables para los diversos tipos de deportistas, toda vez que la inadecuada aplicación de una técnica en lugar de provocar resultados positivos para el rendimiento físico y psicológico puede tornarse en un factor

des motivacional para el deportista. Por otra parte permitirá conocer la metodología a aplicarse, los recursos a utilizarse como los objetivos que persigue cada uno de las técnicas lúdicas.

El manual también puede servir para que los padres de familia con las debidas orientaciones pedagógicas de los entrenadores permita reforzar el la práctica del deportista en casa ya que en muchas ocasiones han manifestado que los deportistas en casa desean continuar con las actividades aprendidas en el Doyo , pero, que lastimosamente no se pueden ejecutar en casa por no existir una guía para una correcta aplicación.

Se espera que el rendimiento físico en competencia de los deportistas mejore tomando en consideración que los mismos deportistas han manifestado en las encuestas aplicadas que los las técnicas lúdicas motivacionales es un importante recurso metodológico que motiva enormemente a los deportistas de la liga deportiva cantonal de salcedo.

Con lo expuesto, determinamos que la práctica del taekwondo como un desagregado de la cultura física no solo permitirá esencialmente mejorar las habilidades y destrezas en el alumnado, sino, que su práctica constante llevará a demostrar sus progresos frente a nuevas situaciones de vida como es la participación deportiva con la conducta apropiada.

Es la razón de nuestra motivación en hacer el presente proyecto, por el simple hecho de que los deportistas de la liga cantonal de “Salcedo” cuentan con los elementos humanos ideales para el fomento y desarrollo de la práctica y su mejoramiento de las habilidades y destrezas tanto físicas como psicológicas

También se justifica plenamente en consideración que es un proyecto de tipo académico , en el cual, el costo es bajo en relación a otros proyectos en los cuales pueden ser muy positivos, pero, que no son aplicables por su elevado costo

para el investigador como para la institución deportiva, para el presente proyecto se necesita más de la buena voluntad de entrenadores para leer, comprender y aplicar la propuesta.

El proyecto responde a las reales necesidades pedagógicas de la liga deportiva cantonal de Salcedo tomando en consideración que al ser mi persona entrenador de planta conozco la realidad pedagógica y los requerimientos respecto a las técnicas que requieren, deportistas y entrenadores.

## **6.4. OBJETIVOS**

### **6.4.1. OBJETIVO GENERAL**

Implementar estrategias lúdicas en la práctica del taekwondo con el fin de contribuir al mejoramiento de los comportamientos agresivos de los deportistas de la liga deportiva cantonal de Salcedo.

### **6.4.2. OBJETIVO ESPECÍFICO**

- ✓ Integrar técnicas lúdicas como estrategia metodológica que permitan la implementación de estrategias lúdicas para el manejo adecuado de la conducta agresiva.
- ✓ Poner en práctica las técnicas lúdicas que contenga la metodología, recursos, actividades, orientaciones y evaluación para un óptimo desarrollo físico y psicológico del deportista.
- ✓ Evaluar de forma permanente la eficiencia de las estrategias implementadas.

## **6.5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

### **6.5.1.- TÉCNICA LÚDICA**

La palabra ludica proviene del latín “ludus” que significa lúdica: dicese de lo perteneciente o relativo al juego.

La lúdica se entiende como una dimensión del desarrollo de los individuos, siendo parte constitutiva del ser humano. El concepto de lúdica es tan amplio como complejo, pues se refiere a la necesidad del ser humano comunicarse, sentir, de expresarse y producir en los seres humanos una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que nos lleva a gozar, reír, gritar e inclusive llorar en una verdadera fuente generadora de emociones.

La lúdica fomenta el desarrollo psico- social, la conformación de la personalidad, evidencia valores, puede orientarse a la adquisición de saberes, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúen el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento. Nunca dejemos de ser niños, con el paso del tiempo, tan solo cambiamos de juguetes.

El arte de enseñar la lúdica: La enseñanza lúdica es el arte de enseñar jugando. Nada más fascinante que poder aprender divirtiéndonos, y disfrutar como educadores del arte de enseñar. Lamentablemente muchos educadores caen en la rutina a la hora de preparar y dictar sus clases y continúan enfrascados en modelos rígidos, donde solo tiene cabida el hemisferio izquierdo: lo lógico, lo racional, lo rígido, lo secuencial.

El juego: Es una de las formas elementales de la actividad de los niños. Se observa también en los animales. El juego satisface la necesidad del organismo de tener actividad y de liberar energía acumulada. Como actividad vital el juego aparece de modo instintivo. El juego se manifiesta en forma de aprendizaje tales como la imitación de los mayores, la utilización de objetos, algunas formas humanas de comportamiento,

### **6.5.2.-TEORÍAS DE JUEGO**

- LUKAS, GERHARD: diferencia el juego del niño pequeño, ajeno a todo condicionamiento utilitario y realizado inconscientemente, del juego del adulto, en el que el instinto se debilita y es sustituido por la consciencia y la inteligencia, aunque el inconsciente se manifiesta en el sentimiento del adulto de una cierta libertad frente a las necesidades prácticas.
- NEUENDORF: todos los niños pasan inevitablemente por el estadio del juego, que consistía en realizar unos ejercicios físicos por el simple placer del movimiento, sin ningún otro tipo de utilidad externa o material, consciente o inconsciente.
- EPPENSTEINER: la actividad deportiva originaria, hija de los juegos infantiles, nunca llega a ocupar un lugar predominante en esa edad marcada por el juego que abarca los diez primeros años de vida. Es al comenzar el segundo decenio de la vida cuando se llega a una articulación de los instintos de juego y de lucha que constituyen el núcleo esencial del deporte.
- JOSÉ MARÍA CAGIGAL: el hombre se toma más a pecho el juego que el convencionalismo del trabajo (entendido éste en su encasillamiento laboral). No es que el hombre considere más importante juego que trabajo, sino que, de una manera intuitiva, inconsciente, en el juego se experimenta a sí mismo y a los otros más limpiamente humanos. El juego en general, y el juego deportivo específicamente, por su total implicación corporal y espiritual, están llamados a desempeñar cada vez más un profundo rol de garantía humanística.

### **6.5.3.-EL JUEGO COMO RECURSO EDUCATIVO Y SOCIALIZADOR**

El juego cumple perfectamente su papel de actividad prioritaria para la educación del individuo. Facilita el desarrollo equilibrado de sus áreas motriz, cognitiva y afectiva. Permite, además, una búsqueda de nuevas posibilidades que amplían el horizonte de la vida, de la formación y de la felicidad.



Psicólogos, pedagogos, sociólogos y, últimamente, pediatras, coinciden al afirmar que los niños aprenden más cuando se tienen en cuenta sus tendencias y motivaciones. Este principio ha llevado a que en la psicología, en la pedagogía, en la sociología y en la pediatría se defiendan al juego como RECURSO para el aprendizaje, como MEDIO para llevar a cabo el proceso enseñanza-aprendizaje.

Sin embargo, estas afirmaciones y principios, la mayor parte de las veces, se enuncian en formulaciones teóricas y, en situaciones escolares normales, y también a veces en la utilización del tiempo libre, se manifiesta una realidad que se aleja bastante de estas ideas, olvidándose del juego y de los derechos del niño. Por eso es fundamental que padres, maestros, profesores, entrenadores y monitores de tiempo libre entiendan el valor educativo del juego.

Este valor educativo se puede apreciar desde tres perspectivas diferentes: la del desarrollo motor, la del desarrollo cognitivo y la del desarrollo afectivo (personal y social). Sería un grave error intentar la evolución de cada uno de estos tres tipos de desarrollo por separado, ya que ninguno de ellos se produce de forma independiente, sino que guardan una estrecha vinculación y su nivel de interrelación es máximo, incluso llevando casi siempre un proceso paralelo.

### **Motivación**

Trata de un proceso unitario y multidimensional que implica necesidades, deseos, tensiones, incomodidades, expectativas,..... El vocablo se deriva de la palabra latina “moveré”; mover, remover, agitar, ponerse en movimiento, arrancar, desplazar, alejarse, partir, apartar, empujar, determinar, provocar, promover, influenciar, causar, vulgarmente puede indicarse que tiene que ver con “ las ganas de hacer algo”.

La palabra motivación por lo general está asociada con el deseo de realizar una labor que conlleva a triunfos, logros, rendimientos, avances; mientras que la desmotivación es una interpretación de lo que es la apatía desinterés, derrota. De lo que se deduce que a mayor grado de motivación mayor rendimiento de la tarea

#### **6.5.4.-EL TAEKWONDO Y SU IMPORTANCIA**

Esta directamente ligado al crecimiento humano, esto quiere decir que tanto en el aspecto físico de sus cualidades motoras cuanto en su convicción de hombre sociedad. Pues la filosofía que impone este deporte marcial, hace referencia a los valores humanos como eje principal del convivir social.

El tiempo que se le brinde a su práctica será el tiempo que gane en su desarrollo formativo mental, físico y espiritual.

#### **6.6.-MODELO OPERATIVO DE LA PROPUESTA**



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

## **FACULTAD CIENCIAS HUMANAS Y LA EDUCACIÓN**

### **CARRERA CULTURA FÍSICA**

### **MODALIDAD PRESENCIAL**

#### **TEMA:**

---

**“GUÍA METODOLÓGICA DE TÉCNICAS LÚDICAS ADAPTADAS HACIA LA PRÁCTICA DE TAEKWONDO PARA LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL DE SALCEDO”**

---

**AUTOR:** Raúl Tapia Fernández

**TUTOR:** LCDO. MG. Edgar Medina

**AMBATO – ECUADOR**

**2013**

## **“GUÍA METODOLÓGICA DE TÉCNICAS LÚDICAS ADAPTADAS HACIA LA PRÁCTICA DE TAEKWONDO”**

### **JUEGO LÚDICO.**

El juego es una de las actividades más primarias e importantes que desarrolla el ser humano. El juego tiene profunda relación con el desarrollo no sólo de aptitudes y capacidades físicas si no también con el desarrollo de estados emocionales más equilibrados, libres y felices. Finalmente, el juego también nos permite aprender la importancia de la convivencia y del lidiar con las decisiones o intereses del otro

### **ESTRATEGIA.**

La práctica recreativa del taekwondo debería ser vista como una forma complementaria de aprendizaje y desarrollo cultural y como un medio para romper estados de pobreza, inactividad, violencia y sentimientos de exclusión dentro de la escuela.

La metodología del taekwondo y las prácticas lúdicas se fundamenta específicamente en la creación de espacios seguros, donde se promoció enseñanza y participación activa de toda la comunidad infante-juvenil, la potenciación de la capacidad para tomar decisiones y solucionar problemas y conflictos y el desarrollo de habilidades para la vida, con un eje central transversal como lo es la lúdica, el goce y el placer por lo que se hace.

El taekwondo corresponde a las actividades que más ocupan tiempo en el desarrollo de su técnica en su proceso de aprendizaje dentro del contexto educativo, permitiéndole a la vez construir en el deportista autoestima, auto concepto y procesos de socialización que contribuyan a perpetuar formas de interacción, patrones de comportamiento y el fomento de valores individuales y colectivos.

Desde una perspectiva pedagógica cuando el individuo juega, se recrea o está en constante actividad física, está aprendiendo y preparándose para desplegar sus potencialidades para su desarrollo, bienestar biopsicosocial y mejoramiento de su calidad de vida.

## ÍNDICE

<b>TÉCNICA NO 1.-</b> La Pescadilla.....	98
<b>TÉCNICA NO 2.-</b> Peleas De Caballos.....	100
<b>TÉCNICA NO 3.-</b> Las liebres, los perros y el cazador.....	102
<b>TÉCNICA NO 4.-</b> Pulso gitano.....	104
<b>TÉCNICA NO 5.-</b> Atravesar el puente.....	106
<b>TÉCNICA NO 6.-</b> El hombre sombra.....	108
<b>TÉCNICA NO 7.-</b> Fútbol De Cangrejos.....	110
<b>TÉCNICA NO 8.-</b> Balón viajero.....	112
<b>TÉCNICA NO 9.-</b> La caza de esferas.....	114
<b>TÉCNICA NO 10.-</b> Pelea de gallos.....	116

## TÉCNICA No 1

NOMBRE DEL JUEGO.-“La Pescadilla”

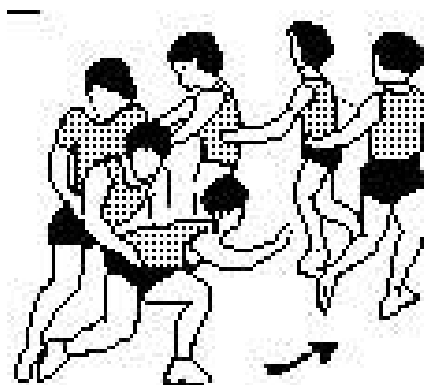
OBJETIVO GENERAL. -Desarrollo de la velocidad de reacción.

OBJETIVO ESPECÍFICO.-Estimular el contacto físico leve través del juego socializando con sus Compañeros.

VALOR DESARROLLADO.-La empatía nos ayuda a recuperar el interés por las personas que nos rodean y a consolidar la relación que tenemos con cada una de ellas.

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.

A la señal, el primero de la fila deberá intentar atrapar al último de su fila, a la vez que el último intenta no ser atrapado. Si esto ocurre el ultimo pasa a la primera posición.



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.**- Todos los participantes deberán estar repartidos por el terreno, formando una fila y agarrados por los hombros

**NORMAS.**-No se pueden soltar

**AGRUPAMIENTOS.**- Grupos de 6-8

**TIEMPO.** - de 10 a 15 minutos

**ESPACIO.** - Espacio mayor para grupo, de forma que sea más eludir.

**MATERIALES.**- Pañuelos, Pito.

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.**- Apoyo verbal, gestual.

**METODOLOGÍA.**- Guiando, Creando, Estimulando Y Demostrando

**EVALUACIÓN.**- Observando, Corrigiendo

**VARIANTES.**-La mitad de la fila colabora con la cabeza para intentar pillar al último y la otra mitad colabora con este para intentar evitarlo. Utilizar un balón para dar a la cola de la serpiente

**BATALLA DE SERPIENTES.** Cuatro filas de alumnos agarrados de la cintura forman cuatro serpientes. La cabeza de una serpiente debe coger la cola de cualquiera de las otras serpientes. Si algún equipo lo consigue se vuelve a empezar.

## TÉCNICA No 2

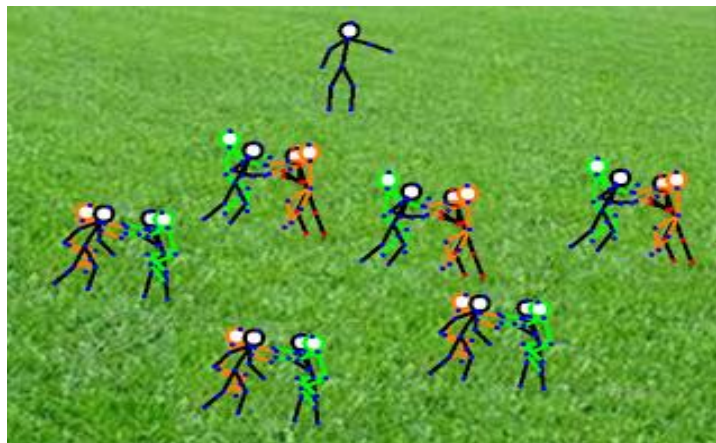
NOMBRE DEL JUEGO.-Peleas De Caballos

OBJETIVO GENERAL.-Desarrollo de la Resistencia y Velocidad de desplazamiento.

OBJETIVO ESPECÍFICO.-Estimula la comunicación con su par.

VALOR DESARROLLADO.-La comunicación es indispensable para procurar y mantener las buenas relaciones en todos los ámbitos de nuestra vida, particularmente en la familia, el trabajo y con las personas más cercanas a nosotros

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.-Los jugadores se montan a caballo del compañero y deben intentar quitar el máximo número de cintas a los contrarios, cada vez que una pareja pierda una cinta queda eliminada.





## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Las parejas deberán estar situadas por todo el espacio, con una cinta sujeta al pantalón.

**NORMAS.-** No se podrán tocar a los demás si no está sujeto de la mano.

**AGRUPAMIENTOS.-** Parejas

**TIEMPO.-** Alternar trabajo en parejas.

**ESPACIO.-** Espacio mayor para cada uno, de forma que sea más fácil en tomar la cinta

**MATERIALES.-** Cintas, cordones, pito.

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.-** Utilizar diferentes apoyos:

- Verbal
- Gestual

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado, estimulando, demostrando.

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección

**VARIANTES.-** Aumentar el número de participantes, cambiando la forma del campo (más recorrido)

### TÉCNICA No 3

NOMBRE DEL JUEGO.-Las liebres, los perros y el cazador.

OBJETIVO GENERAL.-Responder a un estímulo prefijado o nuevo en el menos tiempo posible.

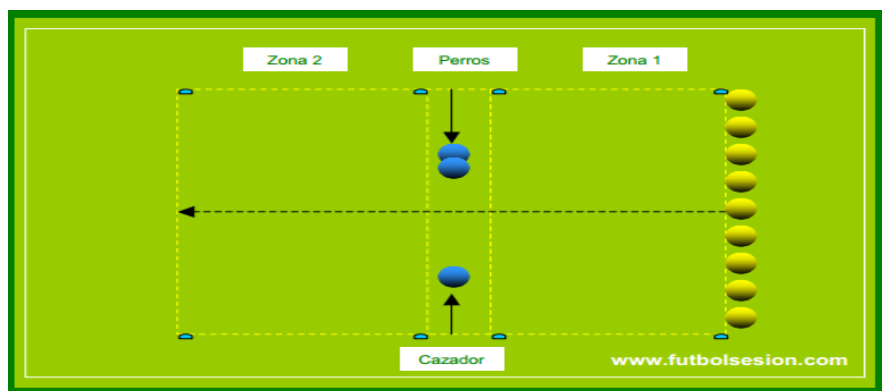
OBJETIVO ESPECÍFICO.-Socialización y manejo del comportamiento con su grupo de pares.

VALOR DESARROLLADO.- la amistad ya que el hombre es un ser social, vive rodeado de personas y necesita de ellas para su realización y crecimiento.

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.-Se eligen 3 participantes (2 perros y 1 cazador) que se situaran en la zona central de campo. Todos los demás (liebres) se colocan a lo largo de la línea de salida Zona 1. Cuando el entrenador de la señal, las liebres trataran de alcanzar la línea de llegada de la Zona 2, sin salir de los límites del terreno de juego y sin que el cazador llegue a tocarlos.

Los perros deben moverse con las manos entrelazadas, intentando conducir a las liebres hacia el cazador, pero sin poder atrapar a ninguna liebre.

El juego prosigue yendo y viniendo las liebres de A hacia Z durante un tiempo determinado. Cada vez que el equipo (cazador + liebres) consiguen atrapar a una liebre obtienen un punto. Ganará el equipo que obtenga más puntos.



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Se le permite que se ayude de las manos según la parte del cuerpo elegida para el transporte del objeto.

**NORMAS.-** Está prohibido salir de la zona de juego y los perros no pueden atrapar a nadie ni soltarse de las manos. El cazador y las liebres no pueden salir de la zona central.

**AGRUPAMIENTOS.-**Parejas

**TIEMPO.-** Flexible

**ESPACIO.-** Se reduce la distancia que tiene que recorrer.

**MATERIALES.-** Pañuelos distintivos para los grupos

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.-** Utilizar diferentes apoyos:

- Verbal
- Gestual

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado, demostrando estimulando.

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTES.-**Podemos efectuar las salidas desde distintas posiciones.

## TÉCNICA No 4

NOMBRE DEL JUEGO.-Pulso gitano

OBJETIVO GENERAL.-Coordinar el equilibrio por medio del juego para lograr coordinación en los movimientos.

OBJETIVO ESPECÍFICO.-Lograr el equilibrio mediante el juego de arenas movedizas fomentando compañerismo.

VALOR DESARROLLADO.-La Voluntad Los seres humanos poseen esta capacidad que los mueve a realizar cosas de manera intencionada, por encima de las dificultades o contratiempos de las mismas

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.-Dividiremos el grupo en dos partes y numeraremos los jugadores en secreto, de esta forma cada jugador tendrá un adversario en el equipo contrario. El entrenador nombrará los números creando las parejas y cada pareja se situará en su círculo de juego.

Los adversarios se agarran de la misma mano (derecha o izquierda) y colocan la puntera del pie correspondiente en la línea con la del pie del contrincante. El otro pie se coloca por detrás y la mano sobrante a la espalda.



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** El objetivo es hacer perder el equilibrio al adversario mediante tracciones de la mano agarrada

**NORMAS.-** No puede utilizarse ningún medio para desequilibrar al contrario que la mano con la que se empieza el juego.

**AGRUPAMIENTOS.-** Equipos, Pares.

**TIEMPO.-** Flexible

**ESPACIO.-** Espacio mayor para cada uno

**MATERIALES.-** Periódicos, cartones.

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.-** Ejemplificación, apoyo verbal, gestual

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTE.-** Lo mismo pero en vez de uno frente al otro, de espaldas. Lo mismo pero con un solo pie.

## TÉCNICA No 5

NOMBRE DEL JUEGO.

Atravesar el puente

OBJETIVO GENERAL.

Mantener el equilibrio y lograr coordinación general

OBJETIVO ESPECÍFICO.

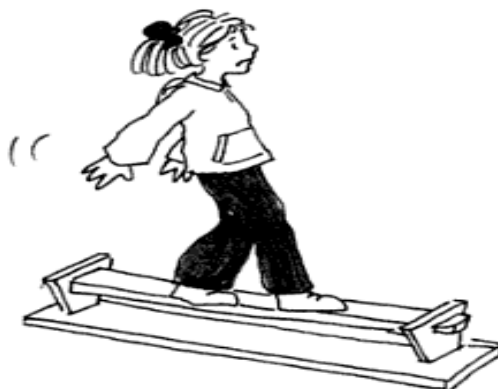
Experimentar el equilibrio dinámico a través, del juego para lograr socializar entre los niños.

VALOR DESARROLLADO.-autoconfianza es un sentimiento basado en la fuerte conciencia del propio poder para afrontar las posibles dificultades:

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.

El juego consiste en atravesar el puente que será un banco sueco de forma individual y sin caerse del mismo.

Todos los miembros de la clase tienen que conseguir pasarlo y llegar hasta la otra orilla.



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Cambiar el banco con deferente amplitud y distancia.  
Dependiendo del nivel de desarrollo del deportista.

**NORMAS.-** Hacerlo cooperativo: se suben tres niños del mismo equipo en el banco.

**AGRUPAMIENTOS.-** Se puede hacer de forma individual y por equipos

**TIEMPO.-** Se equilibraran el tiempo individual y los colectivos.

**ESPACIO.-** La base de sustentación será, estable y baja

**MATERIALES.-** Banco Sueco

**CANALES DE INFORMACIÓN.-** Se le reforzara verbalmente y se le ira indicando como atravesarlo. Se ejemplificara para que tenga el modelo de cómo atravesar

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTES.-**Ejemplos

- En desplazamiento marcha atrás
- Variar en el desplazamiento,
- Realizar la actividad por parejas

## TÉCNICA No 6

NOMBRE DEL JUEGO.

“El hombre sombra”

OBJETIVO GENERAL.

Determinar la posición de los segmentos y de la totalidad del cuerpo en el espacio

OBJETIVO ESPECIFICO.

Determinar la ubicación cognitiva del yo en el grupo de pares.

VALOR DESARROLLADO.-La paciencia es la actitud que lleva al ser humano a poder soportar contratiempos y dificultades para conseguir algún bien.

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.

Los jugadores se dividen en parejas. Uno de los miembros de cada pareja corre libremente por el espacio, realizando diferentes recorridos (línea recta, zig-zag, pararse de pronto). El compañero deberá imitar todos los recorridos y movimientos de su compañero, intentando no separarse de su lado.





## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Se puede pedir que salten en dos pies Enseñarles el circuito antes de realizar la tarea Se pueden realizar en tareas en parejas

**NORMAS.-** No está permitido salir de los límites del terreno que previamente habremos delimitado.

**AGRUPAMIENTOS.-** Jugaran por parejas o equipos.

**TIEMPO.-** Flexible

**ESPACIO.-** Delimitar bien los espacios

**MATERIALES.-** Pito. Conos, Tiza

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.**

Refuerzo verbal, gestual Colocar carteles de cómo desplazarse.

Ejemplificaremos el movimiento.

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTE.-** Poco a poco iremos cambiando las posiciones, es decir, en lugar de correr detrás iremos introduciendo otras posiciones: delante, a la derecha, a la izquierda.

## TÉCNICA No 7

NOMBRE DEL JUEGO.

“Fútbol De Cangrejos”

OBJETIVO GENERAL.

Desarrollar fuerza y resistencia

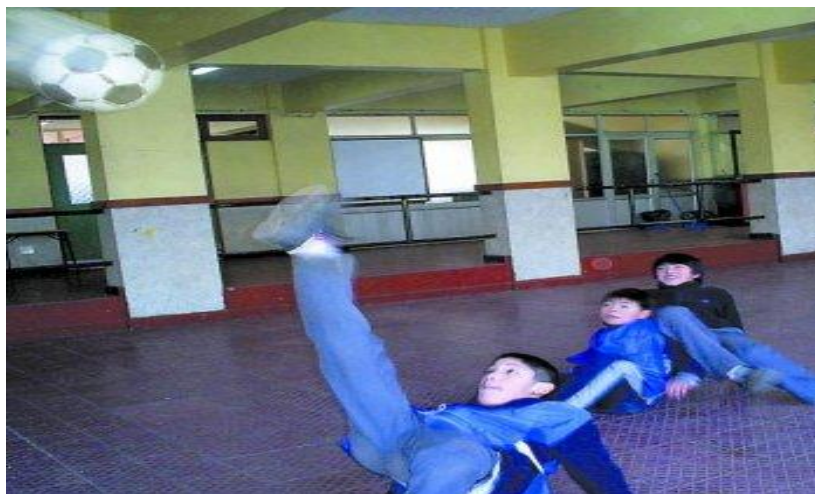
OBJETIVO ESPECÍFICO.

Desarrollar tolerancia a la frustración y fomentar el trabajo en equipo

VALOR DESARROLLADO.-El compañerismo es el sentimiento de unidad entre los integrantes de alguna comunidad o grupo que se haya formado con alguna finalidad.

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.

Los jugadores se mueven a 4 patas como los cangrejos y el balón sólo puede jugarse en esta postura. En el momento en que se chuta la pelota, las nalgas deben levantarse del suelo, utilizando los brazos como apoyo



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.**-Al coger la pelota individualmente puede acogerla aunque haya apoye los muslos en el suelo

**NORMAS.**- El balón no puede ser tocado con las manos.

**AGRUPAMIENTOS.**- Equipos de 3a 4 integrante.

**TIEMPO.**- Cada partido durante 5 minutos

**ESPACIO.**- El juego se desarrolla en un campo pequeño de 5 a 6 metros de ancho por 12 a 15 metros de largo

**MATERIALES.**- Balón.

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.**- Ayuda verbal. Gestual, acompañamiento físico

**METODOLOGÍA.**- Descubrimiento guiado

**EVALUACIÓN.**- Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTES.**- ejemplos

- Se puede aumentar el número de participantes que no exceda 6
- Se puede otorgar 3 minutos en caso de empate.

## TÉCNICA No 8

NOMBRE DEL JUEGO.

“Balón viajero”

OBJETIVO GENERAL.

Tolerar la fatiga en ejercicios físicos de diversos tipos

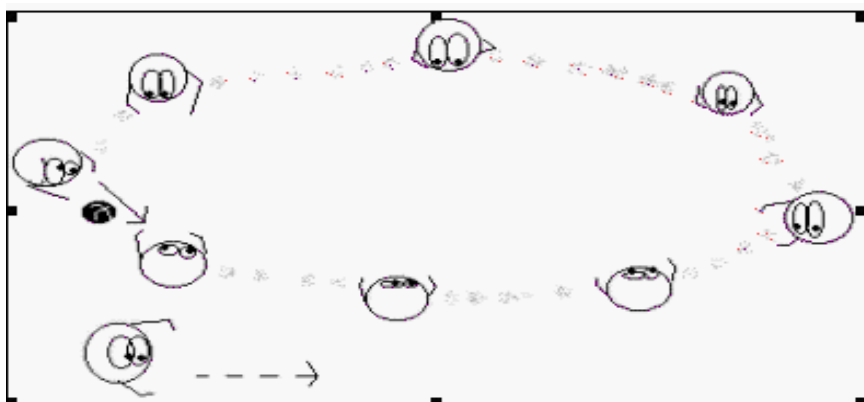
OBJETIVO ESPECÍFICO.

Desarrollar la capacidad de liderazgo así como la integración grupal.

VALOR DESARROLLADO.-solidaridad se refiere al sentimiento de unidad basado en metas o intereses comunes, es saber comportarse con la gente.

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.

Un jugador se colocará en el exterior del círculo. Los jugadores que están situados en círculo se pasan un balón, en el sentido de las agujas del reloj, uno tras otro. El jugador exterior debe correr tras el balón (siempre por fuera del círculo) intentando tocarlo con el propósito de interceptarlo y colocarse en el lugar del jugador que todavía no haya tocado el balón.



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Al trabajar este aspecto podemos utilizar diferentes formas de competición, juegos o ejercicios que pueden ser desarrollados durante un tiempo prolongado

**NORMAS.-** Los pases no pueden saltarse a ningún jugador. Podemos iniciar el juego realizando los pases con la mano, pero a medida que se consolide el juego podemos realizar los pases con los pies y cambiar la dirección del recorrido del balón.

**AGRUPAMIENTOS.-** De 8 a 10 participantes

**TIEMPO.-** De 10 a 15 minutos

**ESPACIO.-** Espacio mayor

**MATERIALES.-** Balón, Cronometro, Pito

**CANALES DE INFORMACIÓN.-** Utilizar apoyos verbal, físico, gestual.

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado, demostrando.

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTES.-** En el viaje del balón se pueden saltar un jugador, juego es que se puede jugar con dos balones o dos perseguidores.

## TÉCNICA No 9

NOMBRE DEL JUEGO.

“La caza de esferas”

OBJETIVO GENERAL.

Desarrollar la coordinación viso motriz por medio del juego cooperativo para lograr integración social.

OBJETIVO ESPECÍFICO.

Desarrollar coordinación ojo mano así como la comunicación directa e indirecta.

VALOR DESARROLLADO.-el autocontrol es una actitud que nos estimula a cambiar positivamente nuestra personalidad. Esto se debe a que uno puede controlar los impulsos de nuestro carácter y la tendencia a la comodidad mediante la voluntad.

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO.

Las pelotas de tenis o de pin-pong que tengan el mayor rebote posible. Cada niño debe aprisionarlas después de haberlas lanzado al suelo, deben coger la pelota antes de que la pelota haya dado dos botes.



## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Al coger la pelota individualmente debe hacerlo con una sola mano e ir alternando la mano de agarre en cada lanzamiento.

**NORMAS.-** Se deben coger la pelota antes de que la pelota haya dado el bote.

**AGRUPAMIENTOS.-** Individual

**TIEMPO.-** Flexible

**ESPACIO.-** El mayor espacio posible

**MATERIALES.-** Se podrán utilizar diferentes tipos de pelotas

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.-**

Pelotas de colores

Se acompañara de lenguaje verbal y gestual

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIABLES.-** Ejemplos

- Se puede tomar la pelota antes de que de dos botes
- Se tomara la pelota solo con la mano derecha
- Se tomara la pelota solo con la mano izquierda

## TÉCNICA No 10

NOMBRE DEL JUEGO.-Pelea de gallos

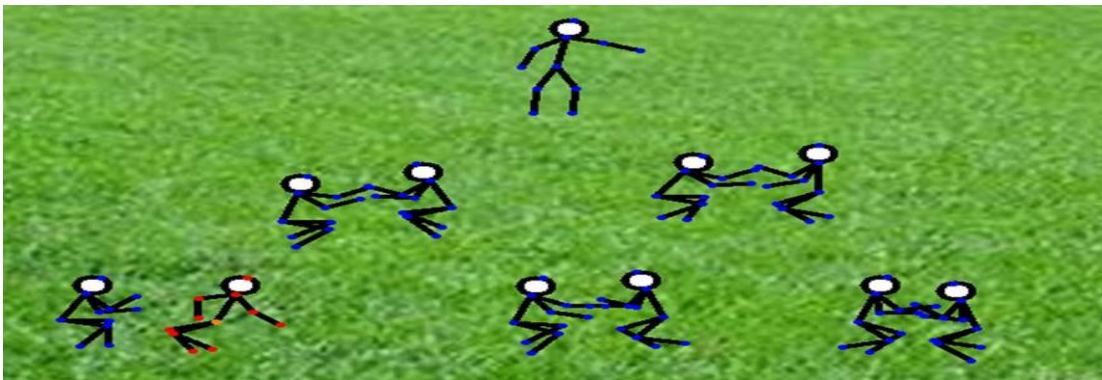
OBJETIVO GENERAL.-Desarrollar la Fuerza de Disputa Uno contra Uno

OBJETIVO ESPECÍFICO.-Desarrollar tolerancia a la frustración y la actitud en competencias.

VALOR DESARROLLADO.-

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO. Mediante conos, formaremos varios círculos en el suelo, uno para cada pareja, donde se realizaran las “peleas”. Para iniciar la lucha los jugadores se colocan en cuclillas (como si fueran gallos) e intentan hacer perder el equilibrio a su contrincante por medio de empujones con las palmas de las manos.

Cuando un jugador lo logra se le concede un punto y ganará el equipo con mayor puntuación.





## **ADAPTACIÓN AL TAEKWONDO**

**ADAPTACIÓN DE TAREA.-** Se puede permitir que en determinadas ocasiones el participante coloque la planta del pie

**NORMAS.-** No vale agarrar de la ropa. Si dos jugadores no logran derrotarse al término del tiempo (30 segundos) se declara empate.

**AGRUPAMIENTOS.-** En parejas

**TIEMPO.-** De 5 a 8 minutos

**ESPACIO.-** Círculos delimitados

**MATERIALES.-** Cómos, Cronometro, Pito

**CANALES DE INFORMACIÓN Y OTROS.-**

- Refuerzo verbal
- Gestual
- Ejemplificación.

**METODOLOGÍA.-** Descubrimiento guiado

**EVALUACIÓN.-** Observación directa, con inmediata corrección.

**VARIANTES.-**En vez de hacer el juego de cucullas, deberán delimitar un círculo, e igual agarrados de las manos y de pie tendrán que sacar a su oponente.

**Tocar las rodillas/cachete:** el juego trata de por parejas uno en frente del otro, deberán intentar tocar la parte del cuerpo que el profesor acuerde y a la vez evitar que le toquen a él.

## 6.7.-CRONOGRAMA Y ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

CUADRO N° 32 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013

### ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

FECHA	ACTIVIDADES	TIEMPO DEL JUEGO	RESPONSABLE	EVALUACIÓN	LOGROS
Martes Jueves	La Pescadilla	30 minutos	Docente de Cultura Física. Entrenador	Modo Visual Directo. Inmediato Corrección	Desarrollo de la velocidad de reacción. Estimular el contacto físico leve través del juego socializando con sus Compañeros.
Lunes Miércoles	Peleas De Caballos	30 minutos	Docente de Cultura Física. Entrenador	Modo Visual Directo. Inmediato Corrección	Desarrollo de la Resistencia y Velocidad de desplazamiento. Estimula la comunicación con su par

CUADRO No 32 (CONT.)

Lunes Jueves	Las Liebres, Los Perros Y El Cazador	30 minutos	Docente de Cultura Física. Entrenador	Modo Visual Directo. Inmediato Corrección	Responder a un estímulo prefijado o nuevo en el menos tiempo posible...  Socialización y manejo del comportamiento con su grupo de pares
Martes Viernes	Pulso Gitano	30 minutos	Docente de Cultura Física. Entrenador	Modo Visual Directo. Inmediato Corrección	Coordinar el equilibrio por medio del juego para lograr coordinación en los movimientos.  Lograr el equilibrio mediante el juego de arenas movedizas fomentando compañerismo
Miércoles Jueves	Equilibrio “Atravesar el puente”	20 minutos	Docente de Cultura Física. Entrenador	Modo Visual Directo. Inmediato Corrección	☐ Mantener el equilibrio durante el juego para lograr coordinación general.  Experimentar el equilibrio dinámico a través, del juego

CUADRO No 32 (CONT.)

<p>Martes Jueves</p>	<p>El Hombre Sombra</p>	<p>30 minutos</p>	<p>Docente de Cultura Física. Entrenador</p>	<p>Modo Visual Directo. Inmediata Corrección</p>	<p>Determinar la posición de los segmentos y de la totalidad del cuerpo en el espacio  Determinar la ubicación cognitiva del yo en el grupo de pares.</p>
<p>Lunes Miércoles</p>	<p>Fútbol De Cangrejos</p>	<p>30 minutos</p>	<p>Docente de Cultura Física. Entrenador</p>	<p>Modo Visual Directo. Inmediata Corrección</p>	<p>Repetir más veces tensiones musculares relativamente elevada, sin variar el desarrollo del ejercicio.  Desarrollar tolerancia a la frustración y fomentar el trabajo en equipo</p>
<p>Martes Viernes</p>	<p>Balón Viajero</p>	<p>30 minutos</p>	<p>Docente de Cultura Física. Entrenador</p>	<p>Modo Visual Directo. Inmediata Corrección</p>	<p>Tolerar la fatiga en ejercicios físicos de diversos tipos  Desarrollar la capacidad de liderazgo así como la integración grupal.</p>

CUADRO No 32 (CONT.)

<p>Miércoles y Jueves</p>	<p>La De Caza Esferas</p>	<p>30 minutos</p>	<p>Docente de Cultura Física. Entrenador</p>	<p>Modo Visual Directo. Inmediata Corrección</p>	<p>Desarrollar la coordinación viso motriz por medio del juego cooperativo para lograr integración social  Desarrollar coordinación ojo mano así como la comunicación directa e indirecta</p>
<p>Martes y Viernes</p>	<p>Pelea De Gallos</p>	<p>30 minutos</p>	<p>Docente de Cultura Física. Entrenador</p>	<p>Modo Visual Directo. Inmediata Corrección</p>	<p>Desarrollar la Fuerza de Disputa Uno contra Uno  Desarrollar tolerancia a la frustración y la actitud en competencias.</p>

## **6.8 MONITOREO Y EVALUACIÓN**

El monitoreo del proyecto se sujetó a las siguientes normas:

- ✓ El entrenador es el encargado del monitoreo permanente del proyecto para ello se toma en cuenta indicadores como:
- ✓ Puntualidad
- ✓ Asistencia
- ✓ Permanencia a la capacitación que dará la autora a los entrenadores y deportistas Participación.

Otro factor importante de la evaluación de los procesos consiste el criterio de los deportistas quienes emiten sus juicios de valor sobre la nueva metodología de técnicas lúdicas respondiendo preguntas como:

- ✓ ¿El uso o no de estrategias metodológicas?
- ✓ ¿El grado de motivación al deporte?
- ✓ ¿El grado de confianza que genera el entrenador con la nueva propuesta?

### **6.8.1 LINEAMIENTOS PARA EVALUAR LA PROPUESTA.**

- ✓ La evaluación será potencializadora y sistemática comprenderá los siguientes aspectos:
- ✓ Cumplimiento del cronograma.
- ✓ Se evaluará la capacitación dada a docentes y padres de familia. La aplicación de los entrenadores de la nueva metodología.
- ✓ La asesoría que preste el autor a entrenadores y deportistas
- ✓ El nivel de mejoramiento de los aprendizajes logrado por los deportistas.

## 6.9 PREVISIÓN DE LA EVALUACIÓN

CUADRO N° 33 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013

### PREVISIÓN DE LA EVALUACIÓN

<b>PREGUNTAS BÁSICAS</b>	<b>EXPLICACIÓN</b>
1. ¿Quiénes solicitan evaluar?	1. Autoridades de la facultad
2. ¿Por qué evaluar?	2. Para conocer la incidencia de la inteligencia emocional en la práctica deportiva.
3. ¿Para qué evaluar?	3. Determinar el coeficiente emocional.
4. ¿Qué evaluar?	4. rendimiento físico, habilidades y emociones.
5. ¿Quién evalúa?	5. Investigador
6. ¿Cuándo evaluar?	6. Primera y tercera semana julio del año 2013.
7. ¿Cómo evaluar?	7. Aplicación del test de inteligencia emocional de Daniel Goleman.
8. ¿Con qué evaluar?	8. Con diferentes instrumentos curriculares

## **6.10.-REGISTRO ECONÓMICO DE INVERSIÓN PARA EL PROYECTO**

CUADRO N° 34 FUENTE: RAÚL TAPIA, 2013

### REGISTRO ECONÓMICO

<b>RUBROS DE GASTOS</b>	<b>VALORES</b>
Material de Escritorio y Fotografía	\$50.00
Test de inteligencia emocional de Daniel Goleman.	\$25.00
Trabajo de Campo y Entrevista	\$80.00
Impresión de Proyecto de Investigación	\$50.00
Gastos Varios	\$50.00
Asesoría	\$200,00
Total.	405.00



## BIBLIOGRAFÍA

American Psychological Association - APA (2000). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Washington: American Psychological Association -APA.

2. Argentina en Movimiento. (2000). Hábitos deportivos de la población argentina. Investigación realizada por la Secretaría de Turismo y Deporte de la Nación, con el soporte calificado del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC).

3. Blumenthal, J.; Babyak, M.; Moore, K.; Craighead, W.; Herman, S. y Khatri, P. (1999). Effects of exercise training on older patients with major depression. *Archives of Internal Medicine*, 159, 19, 2349-56.

4. BrainWork. (2002). *The Neuroscience Newsletter*, 12.

5. Bredemeier, B. (1994). Children's moral reasoning and their assertive, aggressive, and submissive tendencies in sport and daily life. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 1-14.

6. Carratala, V. y Carratala, E. (1999). El judo en edades tempranas. Una propuesta de competición. Ponencia en el I Congreso sobre la actividad física y el deporte en la universidad. Universidad de Valencia. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

7. Clínica Alemana (2002). Sedentarismo chileno: ¿preocupante o una exageración?. Santiago. Disponible en: <http://www.alemana.cl>

8. Cocke, A. (2002). Brain May Also Pump up from Workout. Disponible en: <http://www.neurosurgery.medsch.ucla.edu/whastnew/societyforneuroscience.htm>
  
9. Davis, C.; Kennedy, S.; Ravelski, E. y Dionea, M. (1994). The role of physical activity in the development and maintenance of eating disorders. *Psychological Medicine*, 24, 957-967.
  
10. Devís, J. (1995). Deporte, educación y sociedad: hacia un deporte escolar diferente. *Revista de Educación*, 306, 455-472.
  
11. Dwyer, T.; Sallis, J. F.; Blizzard, L.; Lazarus, R. y Dean, K. (2001). Relation of Academic Performance to Physical Activity and Fitness in Children. *Pediatric Exercise Science*, 13, 225-238.

# Anexos

**ANEXO I.- Encuestas Realizadas a Deportistas.**

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**ENCUESTA DIRIGIDA A DEPORTISTAS**

**Objetivo:** Recolectar información confiable en lo referente a la utilización de las técnicas lúdicas motivacionales en la práctica de la disciplina deportiva de su elección en la liga deportiva cantonal (L.D.C) de “Salcedo”.

**Instrucciones:**

**Lea detenidamente la pregunta y marque con una “X” la respuesta de su elección.**

PREGUNTA No. 1

**¿En los entrenamientos se utilizan técnicas lúdicas motivacionales para iniciar con la actividad física?**

**SI ( ) NO ( ) A VECES ( )**

PREGUNTA No. 2

**¿Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros?**

**SI ( ) NO ( )**

PREGUNTA No. 3

**¿Cree usted que la motivación así como el auto control ayuda a mejorar los niveles de rendimiento físico en competencias?**

**( ) Siempre**

**( ) Casi siempre**

**Rara vez**

**Nunca**

**PREGUNTA No. 4**

**¿Piensa usted que la práctica de la filosofía del taekwondo ayuda a desarrollar la interacción social de los deportistas?**

**Totalmente**

**Medianamente**

**Poco**

**Nada**

**PREGUNTA No. 5**

**¿Piensa usted que los fundamentos filosóficos de las artes marciales fortalecen y dan seguridad al a personalidad de deportistas?**

**SI**

**NO**

**PREGUNTA No. 6**

**¿Piensa usted que la práctica de taekwondo han ayudado a desarrollar el respeto y el auto control?**

**SI**

**NO**

**PREGUNTA No. 7**

**¿Existe en la (L.D.C de Salcedo) una guía lúdica metodológica de práctica de taekwondo que permita una fácil y oportuna aplicación?**

**SI**

**NO**

PREGUNTA No. 8

**¿Cómo deportista piensa usted que se motiva más para entrenar por medio de?**

- Por medio de entrenamiento estricto**
- Por medio de práctica y un ambiente motivacional**
- Por medio de la palabra**

PREGUNTA No. 9

**¿Piensa usted que las técnicas lúdico metódicas ayudan a desarrollar la cognición de un deportista?**

- Totalmente**
- Medianamente**
- Poco**
- Nada**

PREGUNTA No. 10

**¿Cree usted que con la ayuda de técnicas lúdicas el deportista se integra más fácilmente al grupo de entrenamiento y a su grupo parental?**

**SI ( )**

**NO ( )**

**A VECES ( )**

**ANEXO II.-** Encuesta Realizada a Entrenadores

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**ENCUESTA DIRIGIDA A ENTRENADORES**

**Objetivo:** Recolectar información confiable en lo referente a la utilización de las técnicas lúdicas motivacionales en la práctica de la disciplina deportiva de su elección en la liga deportiva cantonal (L.D.C) de “Salcedo”.

**Instrucciones:**

**Lea detenidamente la pregunta y marque con una “X” la respuesta de su elección.**

PREGUNTA No. 1

**¿En los entrenamientos se utilizan técnicas lúdicas motivacionales para iniciar con la actividad física?**

**SI ( )                      NO ( )                      A VECES ( )**

PREGUNTA No. 2

**¿Tienes miedo de equivocarte ante tus compañeros?**

**SI ( )                                      NO ( )**

PREGUNTA No. 3

**¿Cree usted que la motivación así como el auto control ayuda a mejorar los niveles de rendimiento físico en competencias?**

**SI ( )                      NO ( )                      A VECES ( )**

PREGUNTA No. 4

**¿Piensa usted que la práctica de la filosofía del taekwondo ayuda a desarrollar la interacción social de los deportistas?**

**Totalmente**

**Medianamente**

**Poco**

**Nada**

PREGUNTA No. 5

**¿Piensa usted que los fundamentos filosóficos de las artes marciales fortalecen y dan seguridad al a personalidad de deportistas?**

**SI**

**NO**

PREGUNTA No. 6

**¿Piensa usted que la práctica de taekwondo han ayudado a desarrollar el respeto y el auto control?**

**SI**

**NO**

PREGUNTA No. 7

**¿Existe en la (L.D.C de Salcedo) una guía lúdica metodológica de práctica de taekwondo que permita una fácil y oportuna aplicación?**

**SI**

**NO**

PREGUNTA No. 8

**¿Cómo deportista piensa usted que se motiva más para entrenar por medio de?**



- Por medio de entrenamiento estricto**
- Por medio de práctica y un ambiente motivacional**
- Por medio de la palabra**

PREGUNTA No. 9

**¿Piensa usted que las técnicas lúdico metódicas ayudan a desarrollar la cognición de un deportista?**

- Totalmente**
- Medianamente**
- Poco**
- Nada**

PREGUNTA No. 10

**¿Cree usted que con la ayuda de técnicas lúdicas el deportista se integra más fácilmente al grupo de entrenamiento y a su grupo parental?**

**SI ( )                      NO ( )                      A VECES ( )**

**ANEXO III., Cronograma**

**Cuadro No 35 Fuente RAÚL TAPIA**

		MESES																															
Nº	Actividades	Abril				Mayo				Junio				Julio				Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración capítulo I	■	■	■	■																												
2	Elaboración capítulo II	■	■	■	■																												
3	Elaboración capítulo III					■	■	■	■																								
4	Elaboración capítulo IV									■	■	■	■																				
5	Elaboración capítulo V													■	■	■	■																
6	Elaboración capítulo VI																	■	■	■	■												
7	Revisión del proyecto de investigación																					■	■	■	■								
8	Redacción final del proyecto de investigación																									■	■	■	■				
9	Defensa del proyecto de investigación																													■	■	■	■

**ANEXO IV.- Liga Deportiva Cantonal De Salcedo**



**INSTALACIONES**

**ANEXO V.- Posiciones Técnicas De Taekwondo**



## POSICIÓN AHP SOGUI



## CHUCHUM SOGUI





**OLGUL MAKI**



**MOMTONG MAKI**



**ARE MAKI**



**MOMTONG JIRUGUI**





## BALDUNG CHAGUI



## DOLYO CHAGUI



**AMPALMO**



**TUI KUBY "DEFENSA HANS SONAL "**





## PALKUT PIO CHOK CHIGU

### ANEXO VI.- Indumentaria De Utilizada En La Práctica De Taekwondo



**Protección: Casco, Peto, Guantes, Canilleras, Ante Braceras Bucal, Inguinal**

### ANEXO VII.- Vestimenta



## DOH BOHK, TI, GUANTES

ANEXO VIII.- Entrenador



SA BOM NIM “RAÚL TAPIA” WTF, CAMPEÓN NACIONAL “ALEX ARIAS”

ANEXO IX.- Grupo De Deportistas De La Disciplina Taekwondo





**ANEXO X.- Combate Deportistas**



**ANEXO XI.- Secuencia De Entrenamiento**



**ANEXO XII.-Nuevos Integrantes De La Disciplina Taekwondo**



**ANEXO XIII.-Entrenadores De La Liga Deportiva Cantonal De “Salcedo”**



**GRUPO DISCIPLINA “CICLISMO”**





**GRUPO DISCIPLINA “AJEDREZ”**



**GRUPO DISCIPLINA DE “KARATE DO”**

**ANEXO XIV.-Autoridades de la Liga Deportiva Cantonal de “Salcedo”**



**MAGISTER RODRIGO SALAZAR, DIRECTOR DEPARTAMENTO  
TÉCNICO, LIGA DEPORTIVA CANTONAL DE “SALCEDO”**

## ANEXO XV.-Test de inteligencias emocional de Daniel Goleman.



### ASOCIACION ECUATORIANA DE PSICOLOGOS

#### **VALIDEZ Y CONFIABILIDAD CIENTÍFICA** **DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

La investigación realizada a nivel mundial por *The Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations* ([www.eiconsortium.org](http://www.eiconsortium.org)), arrojó un resultado sorprendente y vinculado a nuestro Cociente de Éxito: el mismo se debe un **23%** a nuestras capacidades intelectuales, y un **77%** a nuestras aptitudes emocionales.

La investigación se realizó en **Europa, Asia y América**, con **121** organizaciones, que en total sumaron **5.000.000 millones de trabajadores**.

Esto explica que, actualmente, el Consorcio creado por el Dr. Goleman cuente con sponsors mundiales como *American Express* y *Johnson & Johnson*, y la propia Oficina de Recursos Humanos del Gobierno Federal de los EE.UU. tome empleados públicos siguiendo las normativas y las herramientas de evaluación fundadas en las 5 Habilidades Prácticas de la Inteligencia Emocional.

**ANEXO XVI.-**      Certificado

**CERTIFICACIÓN**

Yo, Magister Rodrigo Salazar en calidad de Director departamento técnico de la Liga deportiva cantonal de “Salcedo”, CERTIFICO que el Sr. **Raúl Tapia Fernández** con cédula de identidad #0501124747, ha realizado la investigación pertinente a su tema de tesis en la liga deportiva cantonal de “Salcedo”

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, el interesado puede hacer uso del presente como estime conveniente.

Atentamente,

.....

Magister Rodrigo Salazar

Director departamento técnico Liga deportiva cantonal de Salcedo