

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CENTRO DE ESTUDIOS DE POSGRADO

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TEMA:

“LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FE Y ALEGRÍA DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”

Trabajo de Investigación

Previa a la Obtención del Grado Académico de Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo

Autor: Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

Director: Dr. Mg. Jaime Cepeda Collantes

Ambato – Ecuador

2013

Al Consejo de Posgrado de la UTA.

El tribunal receptor de la defensa del trabajo de investigación con el tema: **“LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FE Y ALEGRÍA DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”** Presentado por: Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez, y conformado por Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez, Dr. Mg. Joffre Venegas Jiménez, Lic. Mg. Washington Castro Acosta Miembros del Tribunal; Dr. Mg. Jaime Cepeda Collantes, Director del trabajo de Investigación presidido por: Ing. Mg. Wilma Gavilanes López, Presidenta del Tribunal; Ing. Mg. Juan Garcés Chávez, Director de CEPOS – UTA, una vez escuchada la defensa oral el Tribunal aprueba y remite el trabajo de investigación para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.

.....
Ing. Mg. Wilma Gavilanes López
Presidenta del Tribunal de Defensa

.....
Ing. Mg. Juan Garcés Chávez
DIRECTOR CEPOS

.....
Dr. Mg. Jaime Cepeda Collantes
Miembro del Tribunal

.....
Lic. Mg. Fernando Yucailla Sánchez
Miembro del Tribunal

.....
Dr. Mg. Joffre Venegas Jiménez
Miembro del Tribunal

.....
Lic. Mg. Washington Castro Acosta
Miembro del Tribunal

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el trabajo de investigación con el tema; **“LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FE Y ALEGRÍA DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”** nos corresponde exclusivamente a: Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez, Autor y de Dr. Mg Jaime Cepeda Collantes, Director del Trabajo de Investigación; y el patrimonio intelectual del mismo a la Universidad Técnica de Ambato.

Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

AUTOR

Dr. Mg. Jaime Cepeda Collantes

DIRECTOR

DERECHOS DEL AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este trabajo de investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi trabajo de investigación, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta, dentro de las regulaciones de la Universidad.

Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

DEDICATORIA

Esta Tesis la dedico a mi esposa.
A Mis hijos, que son mi adoración y
a mis queridosy bondadosos padres.

Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

AGRADECIMIENTO

En primer lugar a Dios, por darme la salud, fortaleza y sabiduría para seguir adelante en mi carrera profesional, al Centro de Posgrado de la Universidad Técnica de Ambato por su contribución en la formación de Profesionales. A cada uno de los Tutores de la Maestría por sus conocimientos y experiencias. Al Doctor Jaime Cepeda, Coordinador de la Maestría en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo y Director de mi proyecto de tesis; compañero de profesión y amigo, por su paciencia, y contribución científica en la realización de esta investigación. A la escuelita Fe y Alegría que permitió el estudio de esta temática.

Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PRELIMINARES

Portada	i
Al Consejo de Posgrado de la UTA	ii
Autoría de la Investigación	iii
Derechos del Autor	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vvi
Índice General	vii
Índice de Cuadros.....	x
Índice de Gráficos	xii
Resumen Ejecutivo	xxii
INTRODUCCIÓN	1

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis Crítico.....	8
1.2.3 Prognosis	8
1.2.4 Formulación del Problema	9
1.2.5 Interrogantes de la Investigación	9
1.2.6 Delimitación del Problema.....	9
1.3 Justificación del proyecto.....	10
1.4 Objetivos.	11
1.4.1 Objetivo General	11

1.4.2	Objetivos Específicos.....	11
-------	----------------------------	----

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1	Antecedentes Investigativos.....	12
2.2	Fundamentación Filosófica.....	12
2.3	Fundamentación Legal.....	14
2.4	Categorías Fundamentales.....	16
2.4.1	Práctica del taekwondo.....	19
2.4.2	Formacion integral.....	34
2.5	Hipótesis.....	48
2.6	Señalamiento de Variables.....	48

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1	Enfoque de la investigación.....	49
3.2	Modalidad básica de investigación.....	49
3.3	Nivel o Tipo de Investigación.....	50
3.4	Población y Muestra.....	50
3.5	Operacionalización de Variables.....	52
3.6	Plan de Recolección de la Información.....	54

CAPÍTULO IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1	Análisis e interpretación de resultados.....	57
4.2	Verificación de la Hipótesis.....	68

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones	68
5.2 Recomendaciones.....	69

CAPÍTULO VI
LA PROPUESTA

6.1. Datos Informativos.....	70
6.2. Antecedentes de la Propuesta.....	71
6.3 Justificación.	72
6.4 Objetivos	73
6.5 Análisis de Factibilidad.....	73
6.6 Fundamentación.	74
6.7 Metodología modelo operativo	92
6.8 Administración.....	94
6.9 Previsión de la Evaluación.....	95

C. MATERIALES DE REFERENCIA

Bibliografía	96
Anexos	100

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 3.1 Población y muestra.....	51
Cuadro N° 3.2 Operacionalización de la Variable Independiente.....	52
Cuadro N° 3.3 Operacionalización de la Variable Dependiente.....	53
Cuadro N° 3.4 Plan de Recolección de información.....	56
Cuadro N° 4.1 Pregunta 1.....	57
Cuadro N° 4.2 Pregunta 2.....	58
Cuadro N° 4.3 Pregunta 3.....	59
Cuadro N° 4.4 Pregunta 4.....	60
Cuadro N° 4.5 Pregunta 5.....	61
Cuadro N° 4.6 Pregunta 6.....	62
Cuadro N° 4.7 Pregunta 7.....	63
Cuadro N° 4.8 Pregunta 8.....	64
Cuadro N° 4.9 Pregunta 9.....	65
Cuadro N° 4.10 Pregunta 10.....	66
Cuadro N° 6.1 Metodología modelo operativo.....	92
Cuadro N° 11 Taller 1.....	87
Cuadro N° 12 Taller 2.....	88
Cuadro N° 13 Taller 3.....	89
Cuadro N° 14 Taller 4.....	90
Cuadro N° 15 Taller 5.....	91
Cuadro N° 16 Administración.....	94

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1.1 Árbol de Problemas.....	6
Gráfico N° 2.1 Categorías Fundamentales.....	15
Gráfico N° 2.2 Constelación de ideas Variable Independiente V.I.....	16
Gráfico N° 2.3 Constelación de ideas Variable Dependiente V.D.....	17
Gráfico N° 4.1 Pregunta 1.....	56
Gráfico N° 4.2 Pregunta 2.....	58
Gráfico N° 4.3 Pregunta 3.....	59
Gráfico N° 4.4 Pregunta 4.....	60
Gráfico N° 4.5 Pregunta 5.....	61
Gráfico N° 4.6 Pregunta 6.....	62
Gráfico N° 4.7 Pregunta 7.....	63
Gráfico N° 4.8 Pregunta 8.....	64
Gráfico N° 4.9 Pregunta 9.....	65
Gráfico N° 4.10 Pregunta 10.....	66

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CENTROS DE ESTUDIOS DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TEMA:“LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FE Y ALEGRÍA DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.

Autor: Lic.Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

Director:Dr. Mg. Jaime Cepeda Collantes

Fecha: 26 de Abril del 2013

RESUMEN EJECUTIVO

En este trabajo se mostrará la historia, definición y elementos básicos que se deben saber para la práctica del taekwondo, también se mostrará la definición, características y tipos de sistemas, por último se mostrará la aplicación del taekwondo en la tecnología de sistemas ya que es la carrera en la que estoy inscrito. Se espera que con este trabajo se aclaren dudas acerca del taekwondo y los sistemas para así poder aplicar los conocimientos adquiridos en el transcurso de nuestra vida, para podernos desenvolvernos de una mejor manera en la sociedad y contribuir al desarrollo de nuestro país.

En esta investigación se ha tenido la necesidad de buscar las causas de este fenómeno y qué factores inciden en la falta o escasa práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral de los niños de séptimo año de Educación Básica de la escuela Fe y Alegría. Esto nos dio fundamentos para plantear la problemática y conocer más sobre las dificultades que han tenido los niños De séptimo año, para esto nos propusimos investigar:

¿Averiguar cuáles podrían ser las causas para que los estudiantes, tiendan a tener problemas académicos y desordenes psico-comportacionales durante el año lectivo 2012-2013?

Descriptor: Formación, integración, emocional, espiritual, físico, mental práctica, Taekwondo, rendimiento, sociedad.

**TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
CENTERS OF GRADUATE STUDIES
FACULTY OF HUMANITIES AND EDUCATION
MASTER OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS TRAINING**

THEME: "THE PRACTICE OF TAEKWONDO AND ITS INFLUENCE ON THE COMPREHENSIVE TRAINING CHILDREN OF SEVENTH YEAR OF BASIC EDUCATION SCHOOL THE CANTON FAITH AND JOY AMBATO TUNGURAHUA PROVINCE".

Author: Lic. Clemente Wilfredo Arévalo Sánchez

Headmaster: Dr. Mg. Jaime Proaño Collantes

Date: April 26, 2013

SUMMARY

In this paper we show the history, definition and basic elements you need to know to practice taekwondo, it also displays the definition, characteristics and types of systems, finally will show the application of taekwondo in systems technology as it is the race in which I am enrolled. It is hoped that this work will clarify doubts about taekwondo and systems in order to apply the knowledge acquired in the course of our lives, so we could develop ourselves in a better way in society and contribute to the development of our country.

In this research has been the need to seek the causes of this phenomenon and what factors influence the lack or poor practice of taekwondo and its influence on the integral formation of children seventh year Basic Education Fey Alegrías school. This gave us grounds to raise the issue and learn more about the difficulties they have had children from seventh year, we decided to investigate this: Find out what could be? Causes for students, tend to have academic problems and psychological disorders interpersonal during the 2011-2012 school year?

Descriptors: Training, integration, emotional, spiritual, physical, mental practice Taekwondo performance society.

INTRODUCCIÓN

El tema a desarrollarse en la presente investigación abarca las dos variables que son la variable independiente, análisis del movimiento plasmados en la práctica del taekwondo; y la variable dependiente, situaciones del deporte y el niño, plasmados en la formación integral los mismos que serán parámetros a investigarse. El Proyecto de Investigación que se refleja en el argumento informe y que consta de:

EL CAPÍTULO I: EL PROBLEMA. Contiene el Planteamiento, las Contextualizaciones Macro, Meso, Micro, el Árbol de Problemas, el Análisis Crítico, la Prognosis, la Formulación del problema, los Interrogantes de la Investigación, las Delimitaciones, la Justificación y los Objetivos general y Específicos.

EL CAPÍTULO II: EL MARCO TEÓRICO, comprende los Antecedentes de la investigación, las Fundamentaciones, la Red de Inclusiones, la Constelación de Ideas de cada variable, la Categorías de la Variable Independiente y de la Variable Dependiente, la Formulación de la hipótesis y el señalamiento de Variables.

EL CAPÍTULO III: LA METODOLOGÍA. Abarca el Enfoque, las Modalidades de la Investigación, los Niveles o tipos, la Población y Muestra la Operacionalización de las dos variables independiente y dependiente, las Técnicas e Instrumentos de Investigación, el Plan de Recolección de la información, la Validez y confiabilidad, el Plan de Procesamiento de la información y el Análisis e interpretación de los resultados.

EL CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS. En este capítulo se explica el análisis e interpretación de los resultados mediante tablas y gráficos extraídos de la aplicación de las encuestas realizadas a los niños de séptimo año de educación básica de la escolita Fe y Alegría del cantón

Ambato Provincia de Tungurahua, para terminar con la comprobación de la hipótesis mediante sus argumentos y verificación.

EL CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES, en esta parte del trabajo de Investigación se especifica las conclusiones a las que se ha llegado mediante la investigación de campo, y a la vez se plantean las recomendaciones pertinentes.

EL CAPÍTULO VI: LA PROPUESTA, en este capítulo se vislumbra una propuesta de solución frente al problema fenómeno de estudio talleres teóricos prácticos relacionados al tema de estudio como una estrategia metodológica de aprendizaje para ser empleada dentro de la práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral de los niños de séptimo año de educación básica de la escuela fe y alegría del cantón Ambato provincia de Tungurahua

Finalmente se concluye con el MATERIAL DE REFERENCIA, el mismo que incluye la bibliografía y los anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FE Y ALEGRÍA DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1 CONTEXTUALIZACIÓN

A nivel mundial, no es un secreto para nadie que más del 90 % de los profesores de Taekwondo no elaboran planes de clases que organice el proceso de preparación de forma sistemática y racional en función a las posibilidades y necesidades reales de sus estudiantes y su formación integral. La gran mayoría de ellos enseñan con una planificación tradicional que se queda a nivel mental y espontáneo minutos antes de la clase o en la medida que va desarrollando la misma. Y no es eso lo que queremos a nivel mundial, nacional, o institucional; sino queremos que los profesores puedan generar explícitos planes y programas de Taekwondo que lo guíen organizadamente durante todo el proceso de enseñanza y entrenamiento como un verdadero profesional del Taekwondo, para bien de todos los niños a nivel mundial y en especial en Ecuador.

La práctica del taekwondo en el territorio ecuatoriano debe cambiar su forma de enseñanza y salir de los métodos tradicionales que se aplican en el entorno donde se desarrolla, sobre todo en los escolares que son el relevo para la defensa de la Patria como principio básico de su comportamiento ante las actividades que desempeñan.

Los métodos utilizados no solo deben basarse en las metodologías diseñadas, sino que deben buscarse estrategias que motiven la práctica y el aprendizaje de las técnicas del taekwondo que es el fin de este deporte. Dentro de los elementos y estilos que se practican uno de los aspectos fundamentales lo constituye el idioma donde se desarrolla.

La práctica del taekwondo a nivel nacional representada por la Federación Nacional de taekwondo, no toma en cuenta que es un deporte que requiere mucha más atención y dedicación para masificar y proyectar por sus beneficios espiritual y corporal que trae a las personas que lo practican. Con mucho asombro, vemos que en nuestro país durante los últimos años, se han venido dando situaciones demagógicas, por parte del gobierno para este deporte, pero nada en concreto, lo que conlleva al desinterés por la práctica de este y otros deportes; así convertirlos a los niños y jóvenes en seres sumisos o agresivos y poco sociables, con su afectación en el rendimiento académico y su formación integral; estos son factores que nos permiten medir la baja inteligencia emocional-afectiva-cognitiva de nuestros niños y jóvenes.

Este deporte debe practicarse porque permite mejorar las condiciones de salud-formación integral y por otro lado para alcanzar un prestigio en los distintos lugares del país.

El desarrollo de los conocimientos en los escolares de la provincia no se basa en su ejercicio sistemático y práctica constante del pensamiento a través de una influencia externa del educador que es quien debe inculcar en ellos los elementos necesarios para su aprendizaje.

La Federación Deportiva de Tungurahua ha tenido en los últimos años una serie de inconvenientes esto ha hecho que no exista una coordinación con las escuelas e instituciones educativas en la rama del taekwondo de Tungurahua. Además no se

ha dado la atención respectiva y por lo tanto se ha sentido la falta de entrenadores titulados.

La clase que se aplica en la práctica del taekwondo no forma parte del proceso pedagógico de la escuela Fe y Alegría, la que cuenta con un tiempo de 2 horas después del horario docente, por lo que los escolares han terminado en el día con la carga de actividades escolares desarrolladas en la mayor parte del día.

El profesor encargado de realizar las prácticas del deporte marcial después del proceso docente tiene la honrosa tarea de buscar las vías para que el practicante se desconecte de las actividades referidas y entre en un mundo nuevo pero que no deja de ser importante ya que el taekwondo contribuye a la formación intelectual e integral de los educandos.

El taekwondo es un importante factor instituyente de valores junto a la familia, la escuela y el entorno social inmediato. En su práctica se perfecciona el carácter, se forma al alumno en el espíritu del esfuerzo, la justicia y la solidaridad, la valentía, el amor a la naturaleza, el patriotismo, el respeto a las normas de convivencia social y el control a la agresividad.

Este es un arte para toda la vida que requiere de carácter, férrea voluntad ante el rigor del entrenamiento; un espíritu abierto y flexible aparte de aprehender su filosofía y una profunda vocación humanista de respeto y humildad, su espectacularidad la de formar seres humanos cultos, dignos y virtuosos dentro y más allá del dojo. Lo que no se da en la escuela Fe y alegría.

Mi investigación tiene en cuenta las anteriores afirmaciones para ganar en claridad en cuanto a la importancia que tiene el desarrollo físico y mental con la práctica del taekwondo, a partir de las virtudes que en él se encierran. Se trata de que este no constituya un obstáculo dentro del proceso pedagógico, sino una vía para seguir educando a las futuras generaciones en los valores de honestidad, solidaridad, disciplina, humanidad y patriotismo.

La inserción de la práctica del taekwondo y sus ejercicios implementados en la estrategia de aprendizaje tiene que alimentarse de estas características sin dejar de cumplir el objetivo que se propone, que es aprender las artes marciales. Pero se necesita de más creatividad y una de estas lo constituye la práctica sostenida, que sin variar el sentido de la clase impartida juega un papel importante en el aprendizaje profundo dentro de este valioso deporte. Así se está contribuyendo además, al desarrollo del niño de forma integral.

ÁRBOL DE PROBLEMAS

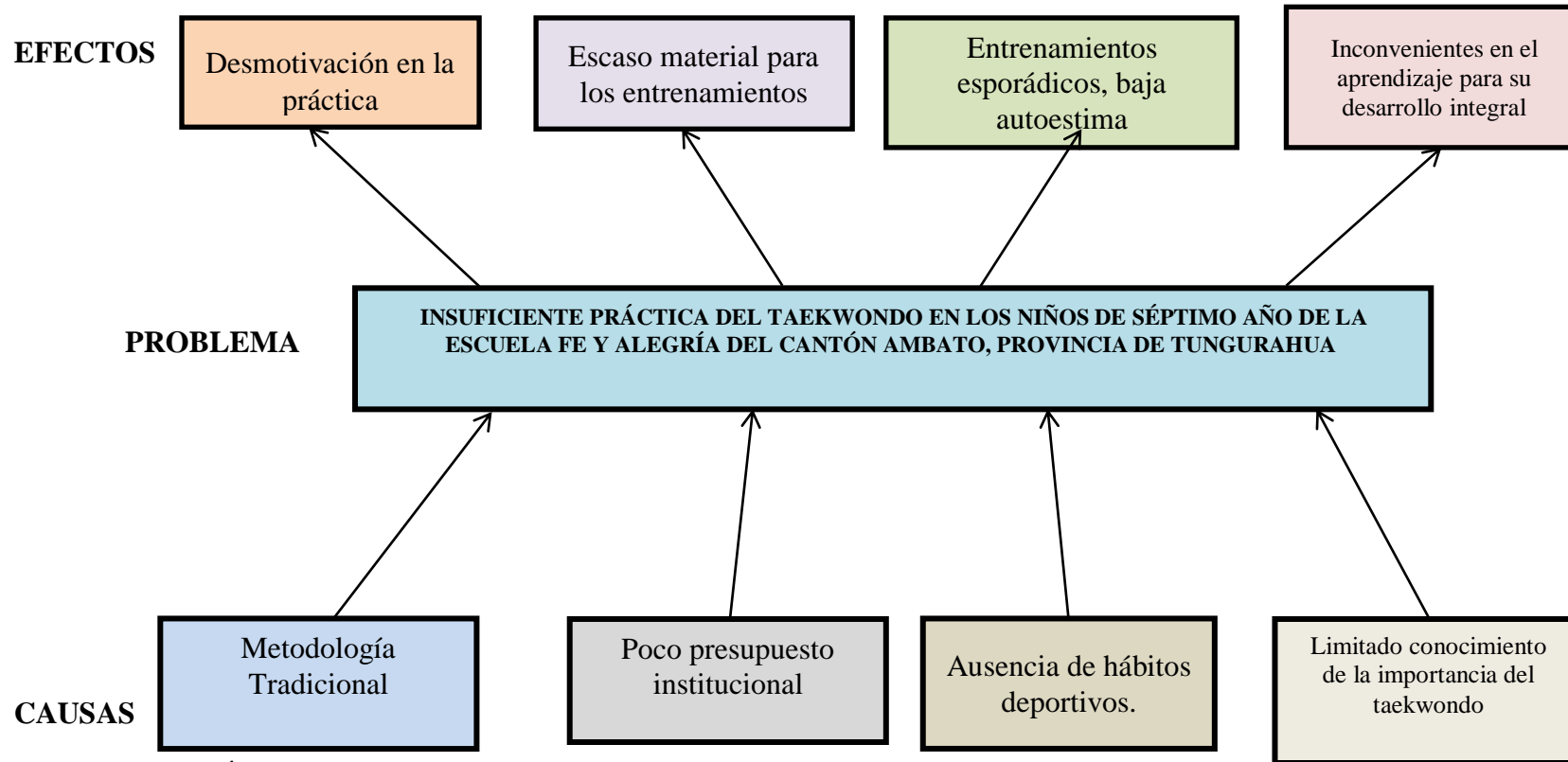


Gráfico N° 1 : Árbol de Problemas

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

1.2.2 Análisis Crítico

Analizando esta problemática de la insuficiente práctica del taekwondo se ha detectado una metodología tradicional por lo que muchos niños y niñas vienen arrastrando algunas falencias en la formación de su personalidad, la motivación y el rendimiento académico y su formación integral debido a que ellos están acostumbrados a no vivir en comunidad, presentan un estado de retraimiento, se sienten cohibidos, agresivos y desinteresados por el conocimiento siempre pronunciando el "no puedo", esto tiene una raíz en la escasa práctica de algún deporte como el taekwondo que les ayude a superar sus falencias y a ser seres humanos íntegros.

La escasa actividad física y práctica del taekwondo se produce por la falta de presupuesto y como consecuencia falta de recursos materiales lo que tiene desventajas psicológicas y sociales que afectan la salud de los niños. Así, la no participación de los niños en un deporte o en un ejercicio físico, trae como consecuencia una baja autoestima y una disminución de la calidad de vida entre niños y adultos. Estas desventajas, probablemente, obedecen a una combinación de la poca actividad física y práctica del taekwondo y los aspectos socioculturales que pueden acompañar a esta deficiencia por los limitados conocimientos de este deporte. El ser físicamente inactivo puede también contribuir a las conductas auto-destructivas y antisociales en la población niño-joven de la institución donde realizo mi investigación.

1.2. 3. PROGNOSIS

Si no se toman a tiempo medidas correctivas para la formación integral, con la práctica del taekwondo y sus beneficios, en el futuro tendríamos que lamentar la poca productividad intelectual y el aumento de niños y jóvenes que no practican esta disciplina deportiva lo que será perjudicial para la provincia y por ende la escuela y para los niños como futuros ciudadanos o personas desubicadas o tal vez desadaptadas y, como sucede actualmente, no tienen la capacidad suficiente para discernir entre lo que es bueno y malo para su vida y para la convivencia en comunidad

Por este motivo creo en esta disciplina deportiva es de vital importancia abordar este tema para hallar las posibles soluciones que permitirán mejorar el desarrollo emocional-cognitivo-motivacional de nuestros niños los mismos que se verán reflejados en una mejor formación integral.

1.2.4. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo la Práctica del Taekwondo influye en la Formación Integral de los niños de séptimo año de educación básica de la escuela Fe y Alegría?

1.2.5 INTERROGANTES

¿Qué Fundamentos Técnicos del Taekwondo se está aplicando en los niños de la Escuela Fe y Alegría del cantón Ambato?

¿Los Fundamentos Técnicos del Taekwondo influyen en la Formación Integral en los niños de la Escuela Fe y Alegría del cantón Ambato?

¿Participaría usted en el Diseño de talleres prácticos de taekwondo que influyan en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua.

1.2.6 DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE INVESTIGACIÓN

Tiempo: 14 de Septiembre del 2012. 26 de Abril del 2013

Lugar: Escuela Fe y Alegría.

Espacio: Niños de séptimo año de Educación Básica.

Tema: La práctica del taekwondo y su influencia en la Formación Integral

1.3 JUSTIFICACIÓN

Se considera al ser humanos como un ente en constante movimiento, capaz de modificar su comportamiento y estado emocional-afectivo por esta razón justifico la problemática comprometiéndome a ser parte de ella, con el fin de combatir debilidades y transformar en fortalezas, pues los niños y niñas poseen muchas cualidades, permitiendo que estas sean moldeadas, para lograr un equilibrio emocional-cognitivo y de valores y por supuesto esto eleve el grado de desarrollo diario en el aprendizaje y rendimiento académico y su formación integral todo esto con la práctica del taekwondo. De esta manera se puede evitar el fracaso escolar y las dificultades en la enseñanza-aprendizaje de este deporte bello en su parte formativa- integral.

Es importante considerar que existen pocos estudios sobre este tema, de ahí que se considera necesario hacer un estudio que ofrezca resultados que se acerquen a nuestra realidad para poner a disposición de las autoridades educativas pertinentes a fin de que se puedan hacer mejoras en el sistema educativo de nuestro país.

Este tema beneficia tanto a docentes como alumnos ya que proporciona conocimientos plenos en pedagogía y psicología de este deporte, de manera que facilite a la niñez una mejor calidad vida. También alcanzará un impacto social elevado pues tendremos la oportunidad de formar niños con pensamiento crítico, con conciencia ciudadana y alta autoestima.

Este proyecto investigativo propone solucionar ciertas problemáticas como:

- Tensión emocional
- Se dejan influenciar fácilmente por lo negativo
- Tiene miedo a ser burlados
- Es inseguro en sus acciones
- Su conducta es agresiva
- No les gusta participar en público
- No reconoce sus errores.

Este tema es factible de realizar porque contamos con el apoyo de la autoridad, padres de familia, niños en general y material científico que son la base fundamental para su

desarrollo. Esta investigación además de ser una exigencia académica se realiza con el fin de iniciarnos en el mundo del taekwondo y enriquecer nuestro conocimiento acerca de sus beneficios en los niños y niñas del futuro.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Investigar la práctica del Taekwondo y su influencia en la Formación Integral de los niños de séptimo año de educación básica, de la escuela Fe y Alegría, cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

1.4.2 Específicos

Comprobar la práctica del Taekwondo en los niños de séptimo año de educación básica, de la escuela Fe y Alegría, cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

Determinar la práctica del Taekwondo y su influencia en la Formación Integral de los niños de séptimo año de educación básica, de la escuela Fe y Alegría, cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

Diseñar talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.

De las investigaciones realizadas en la institución se desprende que no ha habido un trabajo investigativo referente al tema planteado, por lo que me permití realizar esta investigación, que sin duda aportará beneficios a la formación integral de los niños(as) de la escuela Fe y Alegría. Además podemos señalar que en la Universidad Técnica de Ambato no se encuentran proyectos ni tesis sobre la temática planteada.

2.2 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

La presente investigación se encuentra ubicada en el paradigma crítico-propositivo; crítico porque se realiza en una realidad cultural educativa; además porque nos ubica en el tiempo y en el espacio sobre la problemática investigada, propositivo por cuanto busca plantear una alternativa de solución a la insuficiente práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral de los niños de séptimo año de educación básica en la escuela Fe y Alegría y en si porque se busca reflexionar sobre la solución a esta problemática.

La práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral de los niños me lleva a que el paradigma propuesto es el más indicado dentro de las nuevas corrientes de enseñanza, pedagogía y didáctica modernas como es la Teoría de Ausubel, Piaget y Vygotsky.

Pretende que la problemática práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral de los niños de séptimo año de educación básica puedan mejorar y revestir en función de los niños que buscan la práctica del taekwondo para su formación integral.

La investigación busca rescatar y resaltar los valores de responsabilidad y compromiso para mejorar actitudes en las interrelaciones maestro alumno para lo cual debe haber una perspectiva que asuma una visión y orientación consiente a su papel de gestores del cambio positivo

En esta sociedad actual llamada tecnológica se necesitan cambios en los sistemas educativos y formativos de forma que estos se tornen más flexibles y de una manera más accesibles en costos varios a los que han de poderse incorporar los ciudadanos en cualquier momento de la vida dentro de la práctica del taekwondo, en los procesos de enseñanza – aprendizaje apoyados en recursos didácticos modernos e innovadores no puede estar apartada de la sociedad en la que vivimos porque es un servicio a los niños, ciudad y provincia.

Fundamentación Ontológica

Manifiesta que las estudiantes, son seres humanos con las características propias, que tiene ilusiones y aspiraciones propias de su edad, por lo tanto, el docente debe enfocar sus actividades hacia el cumplimiento de esas aspiraciones siempre que sea para mejorar el rendimiento académico, a través de ideologías y pensamientos críticos, de acuerdo a su avance y desarrollo intelectual de cada estudiantes, proponiendo tendencias interactivas estudiante - docente. Si se considera una visión socio- pedagógica totalizadora de la educación, se puede afirmar que sus fines y función lo constituyen la adaptación, la socialización y la culturización, así como también la creación y transformación de la cultura con la integración personal a un proceso renovador y transformador en la educación cumpliendo; consideraciones que apuntan al fin de mejoramiento académico.

Fundamentación Epistemológica

El docente y el estudiante interactúan entre sí para cumplir los objetivos de la enseñanza-aprendizaje, generando nuevos conocimientos y experiencias con fundamentos y métodos del conocimiento científico. Con motivación relacionar el conocimiento y el rol del docente en el devenir social. Es importante abandonar aquellas viejas prácticas de trabajo docente, donde no se permite desarrollar el pensamiento, formar estructuras cognitivas fuertes y tener una conciencia de sus propios aprendizajes.

Fundamentación Axiológica

Esta investigación se fundamenta en el servicio al estudiante para que valore la importancia de la práctica del Taekwondo en la formación integral para que tenga el derecho a una preparación académica de calidad del aprendizaje, y el compromiso de todos y cada uno de los miembros de la comunidad en forma continua y permanente, se inspira y fundamenta en la transmisión de la cultura, como una cosmovisión centrada en valores.

2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

Basándonos en los artículos, la ley de educación y la ley del deporte antepongo los siguientes artículos.

Art. 16 Capítulo IV de la ley de educación

En los campeonatos interescolares en el deporte que sea, en este caso el taekwondo, podrán intervenir niños deportistas, que cumplan con lo dispuesto en la ley. Sean estos de la jurisdicción que sean; así pueden ser de una parroquia, cantón o provincia ecuatorianas; además la ley respalda la libertad y práctica del deporte; es decir el buen vivir.

Art. 19. Capítulo 1 De La Ley del Deporte y Recreación

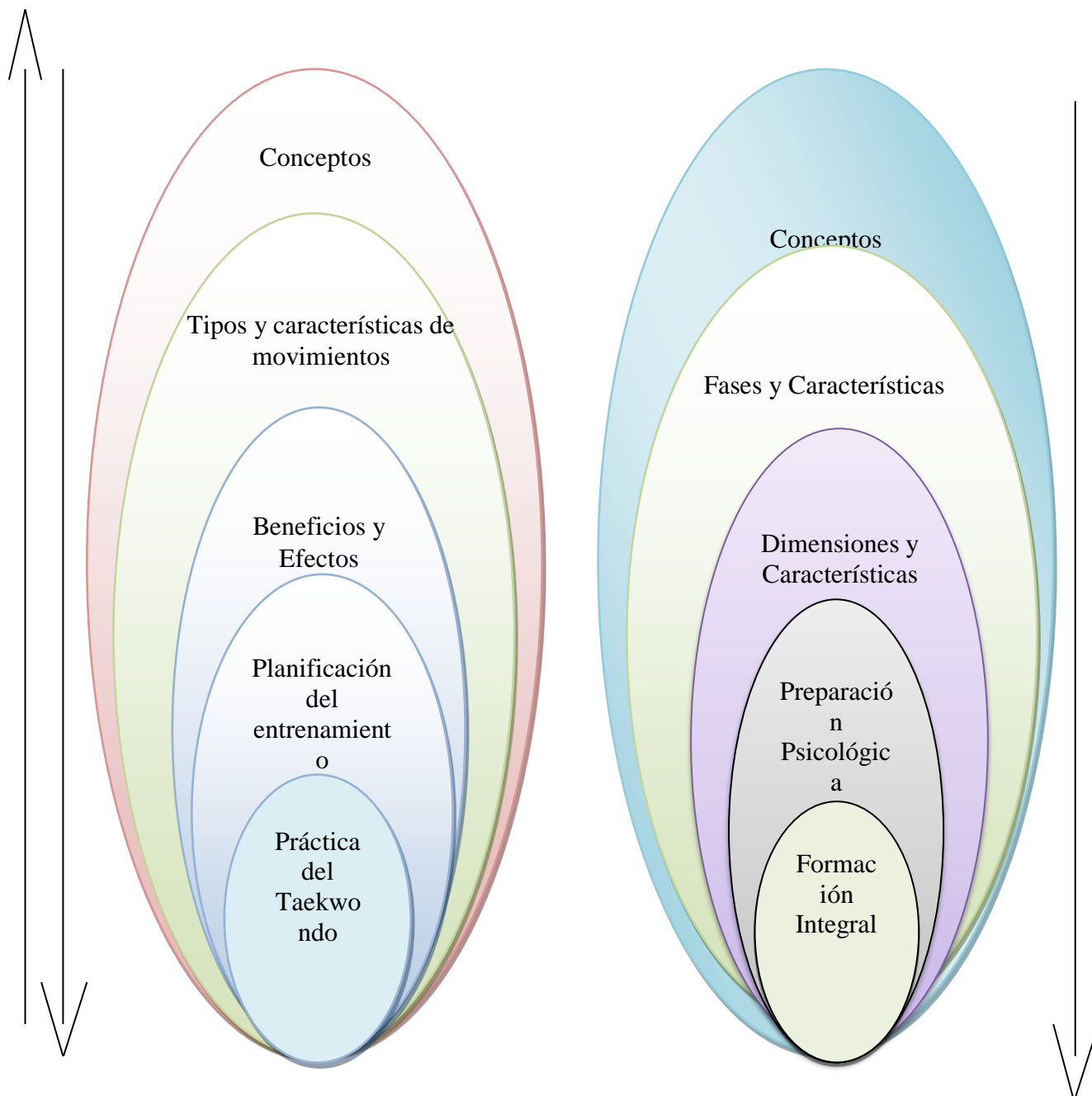
En cada año se realizará, el Campeonato provincial de taekwondo de las categorías infantil, pre juvenil, juvenil, elite-sub y máster, en mujeres y varones; la organización de cada evento se determinará en el reglamento que la Federación Ecuatoriana de Taekwondo dicte al efecto, acogiendo las normas internacionales de este deporte, que serán sometidas para su aprobación por el Directorio.

Art. 62 Capítulo VII ley del deporte

Se considera como niños deportistas nacionales en taekwondo a todos aquellos que son ecuatorianos por nacimiento o naturalización o los que habiendo nacido en el exterior lo son por ser hijos de ecuatorianos, de acuerdo a la constitución política del estado.

2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

Gráfico: N° 2



Fuente: La investigación

Investigador: Lcdo. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

Variable Independiente ← Inclusión → Variable Dependiente

CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

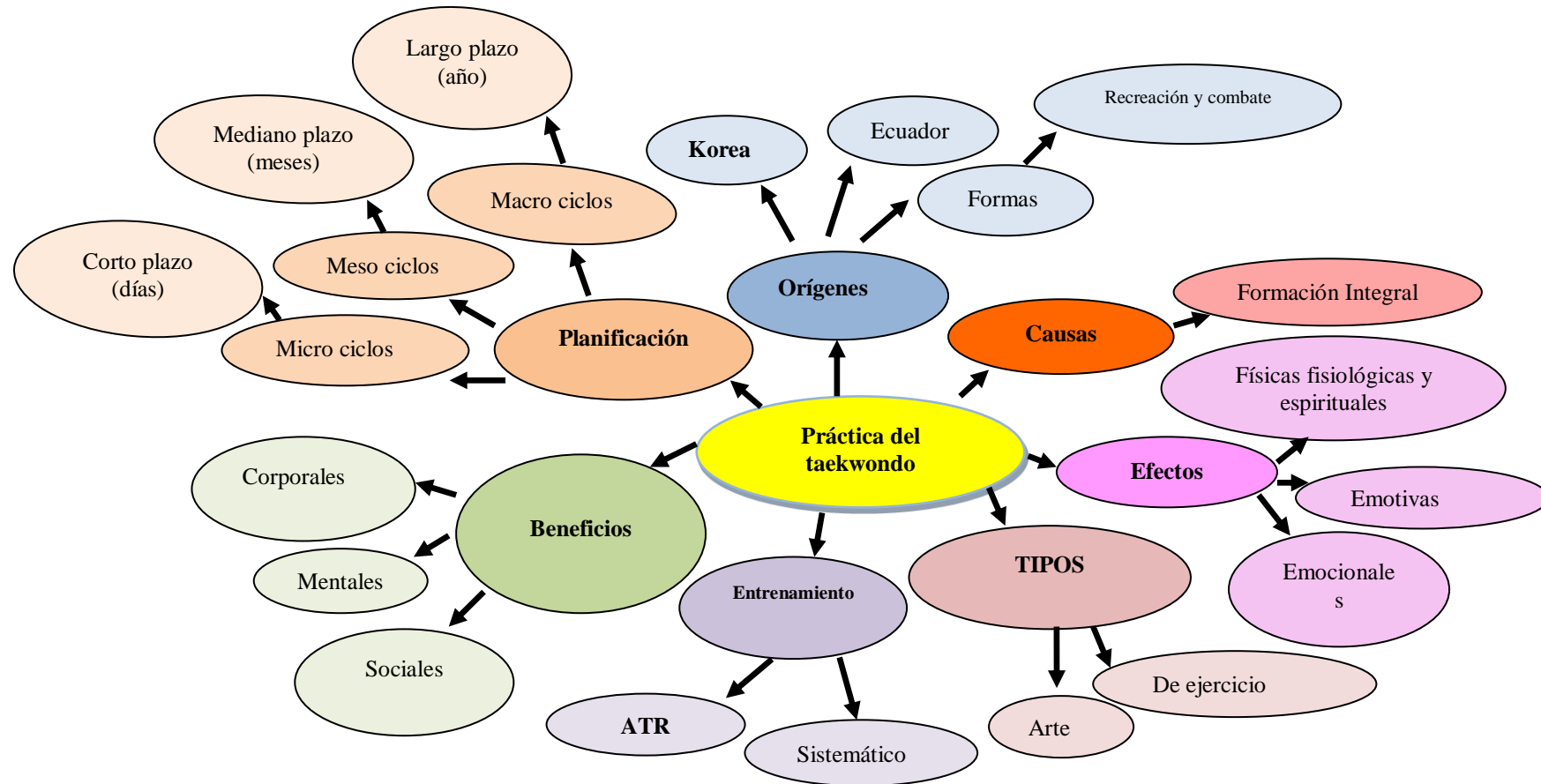


Grafico N°- 3 : Constelación de ideas
Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

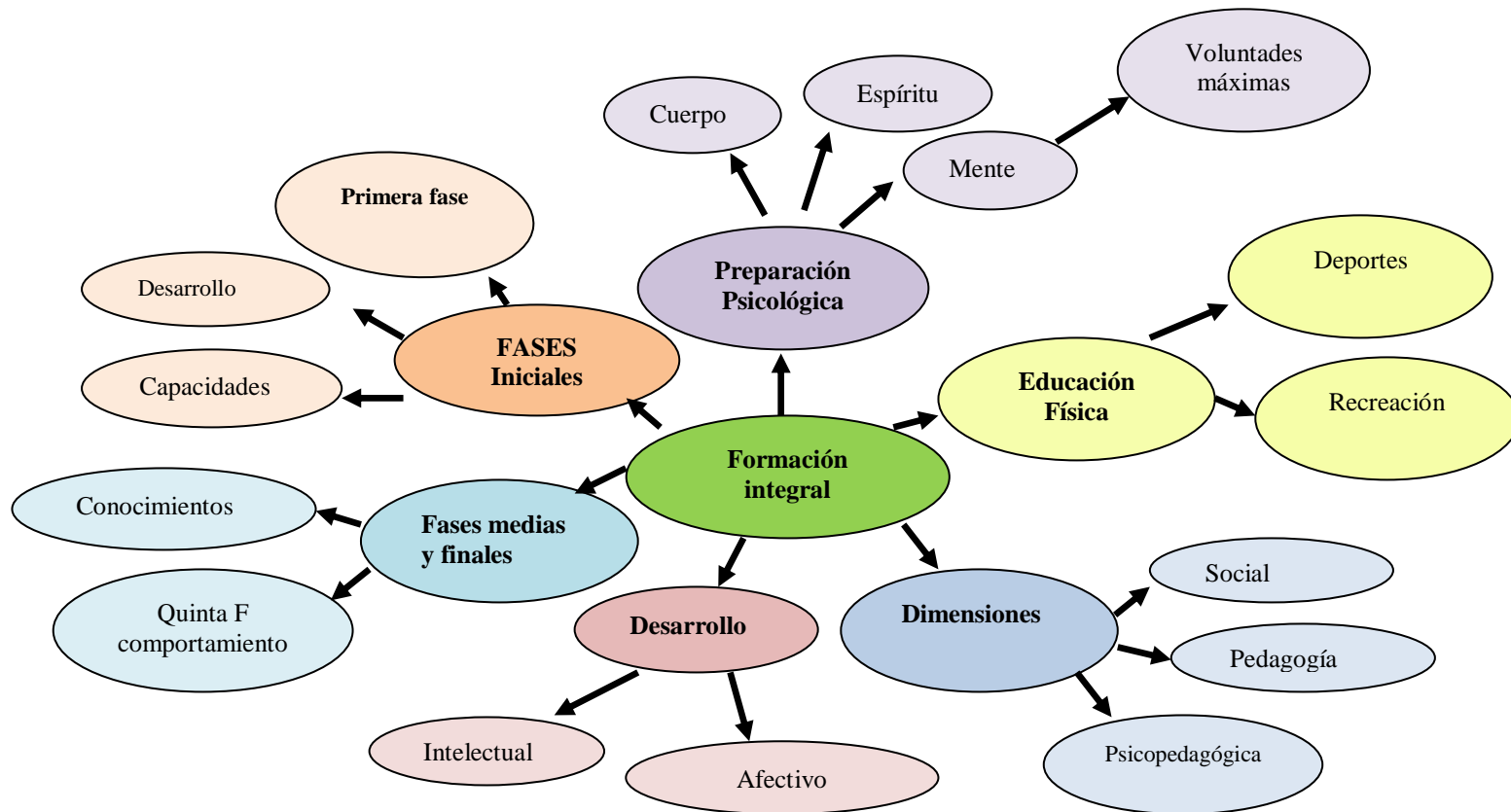


Grafico N° - 4 : Constelación de ideas
Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

DESARROLLO DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE.

LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO.

CONCEPTO.

La práctica deportiva constituye una actividad de gran complejidad, dado que requiere de la preparación del individuo, aplicando leyes, principios y reglas, las cuales van a determinar la especificidad de los objetivos, por edades y etapas del desarrollo deportivo. Estas a su vez, proyectan la selección y uso efectivo de los medios métodos y procedimientos que garantizan la obtención de la forma deportiva, tanto individual, como colectiva, en cada competencia significativa.

Considero que el Taekwondo es aquella actividad física y mental que nos sirve para estar preparados, corporal y fisiológicamente, que se requiere un aprendizaje efectivo, está sujeta a normas específicas, se practica de acuerdo a su forma deportiva.

DEFINICIÓN DE TAEKWONDO. Tae “kwon do” significa camino de pies y manos, el camino en oriente simboliza una forma de vida, su evolución y su desarrollo.

ORÍGENES.

El taekwondo surgió en la República de Corea hace más de dos milenios, de la necesidad de una técnica efectiva en la defensa sin armas y para el ejército físico. Originalmente se lo conoció con el nombre de Tae Kyón. El término taekwondo es de reciente creación, ya que fue adoptado en Corea durante una convención general de maestros historiadores en el año 1954 y que dio lugar a la unificación de escuelas.

Los primeros registros de práctica de artes marciales en Corea datan del año 50 A.C. aproximadamente, y fue conocida como el "Tae Kwon". La evidencia que esta arte marcial se practicara en ese tiempo fue encontrada en tumbas, donde murales muestran dos hombres en posición de pelea

El Tae Kwon Do moderno está influenciado por muchas otras artes marciales. La más importante de estos deportes es el Karate japonés, debido a que Japón dominó Corea desde 1910 hasta el fin de la segunda guerra mundial

El General Choi Hong Hi fue llamado para enseñar Tae Kwon Do a los soldados coreanos, quienes fueron los primeros alumnos de esta disciplina. Luego, la policía y la fuerza aérea también tuvieron que entrenar Tae Kwon Do. En ese tiempo, el Tae Kwon Do era una versión coreana del Karate Shotokan. En 1961 surgió la unión coreana de Tae Kwon Do desde la asociación Bakh Do y la asociación Tae Soo Do. En 1980 el Tae Kwon Do WTF fue reconocido por el Comité Olímpico Internacional (IOC) y llegó a ser un deporte de demostración en las olimpiadas de 1988. Finalmente en el año 2000 el TaeKwonDo WTF irá a competir en las olimpiadas.

Etimológicamente la palabra Tae Kwon-Do significa:

Tae = Patada.

Kwon = Puño.

Do = Camino.

EL TAEKWONDO EN EL ECUADOR

Esta disciplina deportiva llegó a nuestro país en 1969. Existen dos grandes teorías sobre el origen del Tae Kwon Do en el Ecuador, aquí expondremos las mismas en breves rasgos.

El maestro Bum Jae Lee llegó a la región costa del Ecuador en 1969 en una misión de embajadores provenientes de Corea y de inmediato ese mismo año inició con la preparación de alumnos en la práctica de esta arte marcial.

Entre los primeros alumnos están el profesor Jorge Medina, Mario Delgado, Juan Andrade, Jorge Ramírez, Eduardo Díaz, Alfredo Reyes, Javier Aroca, Fausto Quimba, Xavier Romero, Rubén Sabando entre otros grandes del TKD nacional. Los entrenamientos se realizaban en el gimnasio del campus de la Escuela Politécnica del Litoral diariamente y muy pronto se comenzó a propagar el deporte y a desarrollarse eventos a nivel provincial y nacional.

En aquel tiempo, el maestro Choul Wong Jang arribó al Ecuador por motivos laborales como importador de productos coreanos para su propio almacén. “Es economista de profesión, y su meta fue hacer negocios. Después se dedicó a impartir el deporte”, cuenta Medardo Salazar, presidente de la Asociación de Taekwondo de Pichincha.

Mientras en Quito ganaba fuerza este deporte, Choul Wong Jang viajó hacia Cuenca para fomentarlo con la ayuda de quien sería su alumno por ese lapso, Francisco Cisneros.

El aprendizaje y la práctica del taekwondo en los escolares

En la actualidad, se hace más evidente la necesidad de encontrar estrategias que permitan, a los escolares, asimilar los sistemas de conocimientos, los métodos de la actividad intelectual y práctica, que los pongan en posición de dar respuestas a las situaciones que se les presenten en la vida, con perseverancia y afán por lograr el objetivo propuesto.

El aprendizaje del taekwondo implica potenciar al máximo el carácter activo, transformador, auto determinado del sujeto, bajo la orientación del profesor que le propone tareas y crea condiciones que estimulan su capacidad y creatividad.

Lo que se aprende bien es memorizado de manera significativa y tiene poco que ver con la memoria mecánica. Una condición importante para que eso ocurra es

que el escolar debe estar suficientemente motivado, lo que se asocia en los mecanismos que debe adoptar la intervención pedagógica, para facilitar y orientar al máximo la relación de este tipo de aprendizaje.

El taekwondocista a lo largo de su vida, aprende los principios básicos de la cultura física, conocimiento jurídico, técnicas médica de reanimación y elementos de primeros auxilios, técnicas de masaje y rehabilitación, fundamentos de anatomía humana, traumatología, psicología, medicina tradicional y acupuntura; recibe historia de las artes marciales, así como algunas nociones del idioma coreano.

En la práctica de este deporte los escolares que se encuentran en una edad importante de su vida, donde comienzan en desarrollo de su adolescencia y su interés por aprender más de la vida y aún estando vinculados a esta disciplina deportiva es importante para ellos conocer el idioma coreano. El léxico constituye un aspecto necesario en el desarrollo del lenguaje y contribuye a mejorar la forma de expresarse ante los que le rodean.

EFFECTOS.

FÍSICOS.

- Desarrollo de habilidades y destrezas físico-corporales
- Conocimiento de si mismo
- Conocimiento del espacio y del tiempo
- Conocimiento de sus capacidades
- Conocimiento de sus limitaciones
- Estética corporal
- Defensa personal

PSICOLÓGICAS-ESPIRITUALES

- Desarrollo de valores y actitudes positivas
- Superarse

- Salud corporal – mental
- Salir de una rutina
- Ser campeón
- Disciplinarse

EMOTIVAS-EMOCIONALES

- Disfrutar su cuerpo
- Disfrutar sus logros
- Sentir placer por el movimiento
- Gritar y moverse al máximo.
- Diversión
- Necesidad de conocer más persona

MENTAL-COMPORTAMENTAL.

- 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.
- 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 dudar, sin tener en cuenta contra quién o contra cuántas personas se haya de enfrentar.

TIPOS Y CARACTERÍSTICAS

El sencillo y directo de la Federación Internacional de Taekwondo.

El combate y agresión de la Federación Mundial de Taekwondo.

El estilo ITF se caracteriza por un mayor predominio de ataques sencillos y directos. Con menor contacto que el estilo WTF cosa que muchos creen que es de menor efectividad, esto es un error ya que es mucho más difícil poder controlar el

golpe sin lastimar al oponente que simplemente golpearlo (este es un concepto tomado directamente del Karate-do japonés).

El combate deportivo de este estilo se suelen utilizar guantes, zapatos protectores e inguinales para los hombres. Este estilo tiene como ícono al general retirado Choi Hong Hi, creador de este arte marcial y fundador de la ITF, quien la presidió hasta su muerte en el año 2002.

El taekwondo y sus técnicas

El taekwondo es un arte marcial de origen coreano que se destaca por la variedad y espectacularidad de sus técnicas de patada ((chagui), también incluye técnicas de mano y puño (chirugui, chigui y chumok) , el codo, el pie e incluso la rodilla (por ejemplo, para efectuar rompimientos de tablas, ladrillos u otros objetos).

El Taekwondo está compuesto además de técnicas de defensa personal muy variadas como agarres, bloqueos, luxaciones o barridos.

Sus movimientos hacen que sea un arte marcial muy efectivo en la lucha de pie, y especialmente en larga y media distancia, en donde mejor se puede aprovechar la fuerza y velocidad en las piernas que desarrollan sus practicantes.

Con poco más de 50 años de antigüedad, es una de las artes marciales más conocidas, la practican en más de 144 países, estimándose en más de 30 millones de personas.

Fue deporte de exhibición en la Olimpiada 24 celebrada en Seúl en 1988 y en los Juegos Olímpicos 25 celebrados en Barcelona en 1992. Finalmente, durante la 103ª Sesión del Comité Olímpico Internacional celebrada en París, Francia, el 4 de Septiembre de 1994, se acordó la incorporación del Taekwondo como un deporte oficial en los Juegos Olímpicos.

Hizo su aparición oficial como deporte olímpico en los Juegos Olímpicos de Sídney 2000, donde se disputaron competiciones de combate.

CARACTERÍSTICAS DEL TAEKWONDO

ARTE DEL TAEKWONDO. Este arte marcial moderno, deportivo, es hoy una de las formas más completas y eficaces de lograr un armonioso desarrollo corporal, a la vez que en el orden mental, nos enseña a controlar los pensamientos, y las emociones.

El Taekwondo, a pesar de las apariencias no desarrolla la agresividad, sino que pone en orden y control a la misma. Además aprender una técnica de defensa personal, que nos permite actuar con ventaja ante un peligro, nos fortalece el carácter y nos otorga mayor seguridad y confianza en nosotros mismos.

Para los practicantes de taekwondo puede existir como:

- Arte Marcial
- Ejercicio Físico
- Educación
- Deporte Moderno

El taekwondo como Arte marcial se desarrolla cuando el practicante se consagra en mente y cuerpo al refinamiento de la habilidad en Taekwondo, moderando la búsqueda de un propósito práctico él mismo y convirtiéndose en el valor de la práctica del taekwondo.

Es decir, la búsqueda de la perfección en la habilidad, es el punto clave del Taekwondo como arte marcial.

El taekwondo como ejercicio físico tiene gran influencia en el desarrollo del crecimiento de los niños en las condiciones de salud de los jóvenes y mayores, constituyendo el tipo de educación que apunta a formar un hombre armonizado en inteligencia, emoción y voluntad, mediante acciones físicas.

El taekwondo como instrumento de la educación, establece el propósito de su práctica: hacer del practicante un verdadero ser humano, esto es, mejorar la salud mental y la condición física del hombre, debiendo comprender los principios de las técnicas orientadas a la paz y a mejorar la adaptabilidad a una vida humana más amplia a través de una disciplina constante.

El taekwondo como deporte moderno tiene tres metas ideales:

- La fortaleza
- La velocidad
- La exactitud

Cuando estas metas han sido logradas, podemos decir que el taekwondo goza del valor de la competición como un deporte moderno. Históricamente el taekwondo fue evolucionando en juego de competición.

La competición es un atributo propio del hombre. A través de la historia, la competición basada en la fuerza ha sido la forma más común de tal actividad. El taekwondo ha tenido su desarrollo dentro de la categoría del esfuerzo humano para prepararse en una medición de fuerza y habilidad. Toda persona desea probar que es superior a su oponente en cuanto a fuerza y técnica cuando compete.

Ese deseo combinado con los valores resultantes del desarrollo de técnica y experiencias de lecciones útiles, junto a los otros factores del espíritu deportivo (moral, placer, honor) ha dado lugar paulatinamente al desarrollo del Taekwondo como deporte. El combate deportivo de taekwondo, se lleva a cabo entre dos taekwonditos de una misma división de peso y sexo, en un área de 8x8mts llamada "área de combate", que se encuentra dentro de una superficie de 12x12 mts., llamada "área de seguridad", en una pugna de fuerza y habilidad. El combate es a 3 rounds o vuelta, por 1 minuto de descanso entre cada uno de estos y es manejado por un árbitro central, que es asistido por cuatro jueces de esquina.

Los jueces van anotando los puntos que marcan los contendientes, privilegiando el uso de las piernas, en una planilla que es entregada al árbitro central al finalizar cada round o vuelta y que éste a su vez entrega al jurado, quién va compatibilizando los puntos, para declarar al vencedor; que será aquel que produzca la mayor cantidad de puntos legalmente con sentido de superioridad.

Elementos pedagógicos del taekwondo.

“El taekwondo se convertirá en un poderoso factor educativo, si en el proceso pedagógico este se utiliza para la organización de la vida de los niños y niñas y sus actividades.”

El aspecto pedagógico lleva implícito la búsqueda de métodos y vías necesarias para la enseñanza a través de la práctica taekwondo.

Elementos metodológicos del taekwondo

Al realizar cualquier tipo de ejercicios del taekwondo es necesario tener en cuenta toda una serie de elementos metodológicos de los cuales depende el éxito de esta actividad entre los que se encuentran:

El taekwondo debe adecuarse al nivel físico e intelectual de los escolares.

Las condiciones externas para la realización de ejercicios del taekwondo deben estar preparadas con anticipación.

La estrategia de aprendizaje tiene como objetivo general Lograr en los escolares el aprendizaje del taekwondo y su incidencia en la formación integral.

PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.

La planificación es una actividad orientada a estructurar óptimamente el proceso de entrenamiento, en el que deben aparecer, como notas específicas, los objetivos

a conseguir, las técnicas, medios y métodos para llegar a ellos y los procedimientos de control de los resultados y del propio proceso.

Incide, por tanto, sobre aspectos globales del entrenamiento, que posteriormente exigirán una organización más detallada y concreta, tarea que se llevará a cabo precisamente con la programación.

En el proceso de entrenamiento debe buscarse el efecto óptimo, con la planificación y el subsiguiente empleo de los mejores medios posibles, y de las cargas y las pausas de recuperación más adecuadas a las circunstancias del momento. El máximo rendimiento sólo puede obtenerse con una planificación sistemática del entrenamiento en paralelo con las competiciones y con una retrospectiva constante sobre su desarrollo. Esta retrospectiva debe someterse a una crítica constructiva, a fin de suprimir o corregir eventuales errores que puedan afectar al proceso de entrenamiento.

Por medio del conocimiento de sus defectos y de la capacidad de sacar provecho de la corrección de los mismos, se llega a una mejora del rendimiento deportivo. Las mayores dificultades consisten en que las posibilidades biológicas del taekwondista, los ritmos naturales de elevación del nivel de entrenamiento y el desarrollo de la forma deportiva tienen que ser utilizados, óptimamente, en los plazos determinados por el calendario de entrenamiento o competición.

La planificación es el aspecto de la programación dedicado a secuenciar y temporalizar las actividades del deportista. La planificación es la aproximación sistemática, secuencial y progresiva a la planificación y organización del entrenamiento de todas las cualidades motoras dentro de una estructura cíclica para obtener el óptimo rendimiento de un deportista o de un equipo.

La máxima eficacia depende de saber interrelacionar en el tiempo de forma adecuada el entrenamiento de todas las habilidades motoras para obtener el máximo rendimiento específico.

A continuación hacemos un importante resumen de las características y particularidades del modelo de planificación ATR (acumulación, transformación y realización)

ACUMULACIÓN

- Objetivos
- Tareas principales
- Elevación del potencial técnico y motor.
- Acumular las capacidades técnicas y motoras que deben ser básicas para la preparación específica.

En este mesociclo se deben aplicar altas cargas para el desarrollo de la fuerza máxima estimulando de esta manera los mecanismos nerviosos e hipertróficos que la base adaptativa de fuerza explosiva. Sin embargo, este programa debe de estar suplementado por un fuerte trabajo aeróbico que eleve los procesos oxidativos y contráctiles de los músculos.

TRANSFORMACIÓN

- Transformación del potencial de las capacidades motoras y técnicas en la preparación específica.
- Transferir las capacidades motoras más generalizadas según las demandas técnicas y tácticas.
- Enfatizar la tolerancia a la fatiga y la estabilidad de la técnica.
- Entrenamiento con volumen óptimo e intensidad aumentada para capacidades de resistencia, fuerza, velocidad específica, ejercicios concentrados de fuerza dentro de la estructura de la técnica.

Este mesociclo se caracteriza por acumulación de fatiga y gran demanda en el trabajo que pudiera afectar la correcta ejecución técnica y táctica a causa del cansancio.

REALIZACIÓN

- Logro de los mejores resultados dentro del margen disponible de preparación.

- Utilizar de forma tan completa como sean posibles las capacidades motoras y técnicas dentro de la actividad competitiva específica.
- Obtener la disposición para la competición.

El principal objetivo es la condición física integrada que típicamente incluye trabajos de rapidez anaeróbicos alactácidos y tácticas competitivas, por lo que los deportistas deberán de entrenarse sin llegar a la fatiga con adecuados periodos de recuperación.

EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

El entrenamiento deportivo es un proceso planificado y complejo que organiza cargas de trabajo progresivamente crecientes destinadas a estimular los procesos fisiológicos de supercompensación del organismo, favoreciendo el desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades físicas, con el objetivo de promover y consolidar el rendimiento deportivo."

Así el entrenamiento deportivo se plasma como:

Un proceso planificado y complejo. El entrenamiento debe planificarse desde el principio hasta el final para conseguir alcanzar los objetivos en cada fase (microciclos, mesociclos y macrociclos) y para cada capacidad física. Es un proceso complejo pues los efectos del entrenamiento no son ni inmediatos (pueden pasar semanas hasta verlos) ni duraderos (el efecto residual de cada capacidad es limitado).

Que organiza cargas de entrenamiento. La carga es un estímulo que desequilibra al organismo y provoca efectos de adaptación. Las cargas vienen definidas por el tipo de ejercicio físico y otros parámetros como: volumen, intensidad, densidad y especificidad.

Las cargas son progresivamente crecientes. La planificación del entrenamiento permite emplear cada vez cargas más altas. Cuando el organismo se recupera, se adapta y aumenta su nivel morfo – funcional, pudiendo ser mayor la siguiente carga.

Carga que estimula y es súpercompensatoria. Procesos fisiológicos que como consecuencia de la aplicación de una carga que desequilibra el organismo y tras un tiempo de recuperación, provocan un aumento del nivel inicial del mismo. El cuerpo tras descansar aumenta su nivel.

Desarrolla las diferentes capacidades y cualidades. La supercompensación tiene como por objeto aumentar el nivel de las capacidades (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, potencia y agilidad) y cualidades físicas (coordinación y equilibrio) del deportista.

El objetivo es aumentar el rendimiento deportivo. La mejora de las capacidades y cualidades físicas pretenden mejorar el rendimiento deportivo.

EL ENTRENAMIENTO EN TAEKWONDO

BENEFICIOS

EL TAEKOWONDO. Es "el arte de golpear con los pies y las manos", cuya filosofía se basa en cinco principios: Cortesía, Integridad, Perseverancia, Autocontrol y Espíritu Indomable.

“No es más fuerte aquel que es capaz de vencer a los demás, sino aquel que es capaz de vencerse a sí mismo”. Confucio.

Considerado ya como deporte olímpico, el taekwondo se ha convertido para quienes lo practican en serio, en una forma de vida, un instrumento para alcanzar

el equilibrio físico y mental, dando como resultado personas felices, seguras y triunfadoras.

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, sexo o condición social.

Mejorando su calidad de vida, día a día con adultos, 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 esta deporte, han mostrado cambios positivos en su conducta, tanto en la casa como en la escuela y en el medio en que habitualmente de desarrollan.

Esto se debe a que el taekwondo temple el carácter de los niños; para aquellos que son muy agresivos se vuelven más tranquilos y conscientes, mientras que para los niños introvertidos y muy tímidos les proporciona mayor confianza, iniciativa y los motiva a aprender a valorarse por sí solos.

Beneficios físicos

- Aumenta la resistencia cardiovascular.
- Mejora la resistencia y la fuerza muscular.
- Aumenta la flexibilidad.
- Potencia el conocimiento del propio cuerpo.
- Ayuda a desarrollar mejor y más rápidamente las capacidades de coordinación.
- Aporta el control de un alto nivel de movimientos básicos que permitirán en el futuro realizar un forma óptima el trabajo técnico deportivo.

Beneficios psicológicos y sociales

- Su mente desarrollará las bases de la concentración.

- Los niños se vuelven más disciplinados.
- La seguridad en si mismos que se obtiene con el taekwondo, es por que los niños se dan cuenta que son capaces de dominar su cuerpo en el entorno, logrando también que su autoestima se eleve.
- A través de distintas tareas y variadas ejercitaciones, se inculca y fomenta en el niño el compañerismo y el trabajo en equipo, así como la importancia de cada individuo dentro del grupo.
- Con la práctica del taekwondo se fomentan valores como la honradez, lealtad, respeto, humildad, amor al prójimo.
- El niño obtiene enseñanzas culturales que les permitirán el conocimiento de costumbres, tradiciones y formas de pensar de otra raza, lo que los hace más tolerantes y solidarios.

DESARROLLO DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

FORMACIÓN INTEGRAL

CONCEPTO.

Formación Integral es un plan de orientado que sigue cada persona, a través de la realización de distintas actividades. De esta manera cada persona adopta un enfoque de vida globalizado y personalizado, que parte de las necesidades individuales. Las actividades físicas, psicológicas, mentales y espirituales se realizan por lo tanto de acuerdo a una programación individual orientada a la normalización social y al desarrollo integral de las capacidades de las personas que nos interrelacionamos.

La formación integral. Es todo lo que orientan e inspiran las acciones, la estructura y el funcionamiento de los diferentes elementos que deben ir de la mano con la sociedad actual. A partir de estas propuestas, se debe adoptar una forma responsable para la elaboración de los contenidos del programa de entrenamiento y, por consiguiente, en marcha a la incorporación real de los enfoques transversales en los procesos educativos, elevando la eficiencia formativa y educacional de manera integradora.

Las funciones de enseñanza y educación están relacionadas, ante todo, con el objetivo fundamental de la educación, con el desarrollo armónico espiritual y físico, mediante la práctica cotidiana de la Cultura Física y el Deporte, en el transcurso del proceso formativo organizativo.

Considero que Formación Integral es el proceso formativo en el que el deportista interioriza sus formas de pensar, hacer, actuar, vivir como un SER interactuante en el convivir diario.

FASES Y CARACTERISTICAS.

La formación integral está en íntima relación con el saber hacer, saber pensar, saber decidir. El proceso formativo y sus cinco fases del proceso formativo deben realizarse a lo largo de que ellas van alumbrando los valores y se descubre en qué consiste ser creativo. La creatividad y los valores no son objeto de enseñanza, como pueden serlo la mayor parte de los contenidos propios de las diferentes áreas: matemáticas, ciencias, historia, geografía... Los valores se alumbran, nos apelan, piden ser realizados. La creatividad es un modo de actividad singularmente fecunda que tiene lugar cuando respondemos a la apelación de los valores de forma activa y damos lugar a algo nuevo lleno de sentido. Primera fase del proceso formativo

Primera Fase. El punto de partida del proceso formativo es mirar alrededor, contemplar hondamente todas las realidades y percatarse de que no todas tienen el mismo rango. Unas son meros objetos, realidades cerradas en sí, delimitables, pensables, hacibles, situables en un lugar determinado del espacio y en un momento determinado del tiempo. Un bolígrafo, por ejemplo, presenta estas condiciones; es un objeto. Otras realidades también son delimitables, por tener una vertiente material, pero son más que objetos. Tienen iniciativa y desarrollan cierta actividad en distintos órdenes. Una persona no queda circunscrita por sus dimensiones corpóreas, abarca cierto campo en diversos aspectos: estético, ético, profesional, religioso... Es más bien un "campo de realidad" que un objeto. Suelo denominarla "ámbito de realidad" o, sencillamente, "ámbito".

Segunda Fase. En la vida realizamos a menudo acciones que van de nosotros a las realidades del entorno y allí terminan. Doy un empujón a un libro y éste se desplaza. No hay reacción por su parte a mi iniciativa. Yo he tenido todo el protagonismo. He realizado una acción coactiva. He mandado, y el libro ha obedecido mi mandato ciegamente. Mejor dicho: no ha habido ni mandato ni obediencia, sino un impulso físico y una reacción mecánica. Me he movido en el

plano de los objetos y en el de la fuerza muscular. Pero hay otras acciones que van dirigidas a una inteligencia y una voluntad libre. Te invito a dar un paseo por el parque. Este intercambio de influjos da lugar a un diálogo, un encuentro, por fugaz que sea.

Ya estamos preparados para comprender el encuentro en su génesis y hacemos cargo por propia cuenta de la razón profunda por la cual las disciplinas que estudian el enigma del ser humano subrayan actualmente que "el hombre es un ser de encuentro".

Tercera Fase. El lenguaje es el vehículo expresivo del encuentro. Al descubrir la importancia de los ámbitos y el encuentro, resalta el papel decisivo que juega el lenguaje en la vida humana. La función primera y primaria del lenguaje no es servirnos de medio para comunicarnos. Es el medio en el cual podemos crear relaciones de encuentro y convivencia, o bien destruirlas. El lenguaje es bifronte, como todo lo humano, nos permite crear formas excelsas de unidad pero también nos depara recursos para destruir toda posibilidad de unión. ¿cuál de las dos funciones, la constructiva o la destructiva, es la auténtica? Si aceptamos que el hombre es un ser de encuentro, debemos concluir que lenguaje auténtico es el que está inspirado por el amor y constituye el lugar en el cual se crean relaciones de encuentro.

Cuarta Fase. El ideal de la vida humana consiste en crear las formas más valiosas de unidad o encuentro que sea posible. Todo cuanto nos permita realizar ese ideal encierra para nosotros valor. Al asumir los diferentes valores de modo activo y comprometido, actuamos de manera creativa. Vemos la interconexión de los conceptos de encuentro, lenguaje dicho con amor, ideal, valor y creatividad. Son los conceptos nucleares del proceso formativo.

Los seres humanos tenemos que ir configurando la vida en cada instante mediante el impulso que recibimos del ideal.

Quinta Fase. Si nos encaminamos hacia el ideal de la unidad, ganamos un modo relacional de contemplar las realidades de nuestro entorno y adquirimos una visión nueva, fecundísima, de lo que es la vida humana y sus posibilidades. Al entregarme a las experiencias de encuentro, voy descubriendo cada día con más nitidez la importancia de la relación para mi vida y aprendo a ver todas las realidades como "nudos de relaciones", no como objetos opacos y cerrados. Con ello mi visión de la realidad se torna inmensamente prometedora, porque las realidades, vistas así, son posibles compañeros de encuentro. Para educar en creatividad y valores se necesita aprender a ver, pensar y sentir de modo relacional un todo dentro de la formación integral del ser humano.

DIMENSIONES Y CARACTERÍSTICAS.

DESARROLLO PERSONAL.

Definición. Se define hoy al desarrollo personal como "el proceso de expansión de las capacidades de las personas que amplían sus opciones y oportunidades". Tal definición asocia el desarrollo directamente con el progreso de la vida y el bienestar humano, con el fortalecimiento de capacidades relacionadas con todas las cosas que una persona puede ser y hacer en su vida en forma plena y en todos los terrenos, con la libertad de poder vivir como nos gustaría hacerlo y con la posibilidad de que todos los individuos sean sujetos y beneficiarios del desarrollo.

DESARROLLO DEL NIÑO

El niño preescolar características, físicas, psicológicas y sociales propias, su personalidad se encuentra en proceso de construcción, posee una historia individual y social, producto de las relaciones que establece con su familia y miembros de la comunidad en que vive, por lo que un niño, es un ser único

- Tiene formas propias de aprender y expresarse
- Piensa y siente de forma particular
- Gusta de conocer y descubrir el mundo que le rodea.

El niño es unidad biopsicosocial, constituida por distintos aspectos que presentan diferentes grados de desarrollo, de acuerdo con sus características físicas, psicológicas, intelectuales Y su interacción con el medio ambiente.

En el programa de educación Preescolar de 1992 se distinguen cuatro dimensiones del desarrollo que son: Afectiva, Social, Intelectual y Física, las cuales han sido presentadas de esta manera con fines explicativos; y aún cuando las dimensiones se exponen en el programa en forma separada, el desarrollo es un proceso integral. Se puede definir a la "dimensión", como la extensión comprendida por un aspecto de desarrollo, en la cual se explicitan los aspectos de desarrollo, en la cual se explicitan los aspectos de la personalidad del objetivo.

DIMENSIONES DEL DESARROLLO.

Aspectos del desarrollo que se considera en cada una:

Dimensión Afectiva:

- Identidad personal
- Cooperación y participación
- Expresión de afectos Autonomía

Dimensión Social:

- Pertenencia al grupo
- Costumbres y tradiciones familiares y de la comunidad
- Valores Nacionales

Dimensión Intelectual:

- Función simbólica
- Construcción de relaciones lógicas: Matemáticas y Lenguaje
- Creatividad

Dimensión Física:

- Integración del esquema corporal

- Relaciones espaciales
- Relaciones temporales

DIMENSIÓN AFECTIVA.

Esta dimensión está referida a las relaciones de afecto que se dan entre el niño, sus padres, hermanos y familiares con quienes establecen sus primeras formas de relacionar, más adelante se amplía su mundo al ingresa al Jardín de Niños, al interactuar con otros niños, docentes y adultos de su comunidad.

La afectividad en el niño se aplica emociones, sensaciones y sentimientos; su auto concepto y autoestima están determinados por la calidad de las relaciones que establece con las personas que constituyen su medio social.

Los aspectos de desarrollo que están contenidos en esta dimensión son:

- Identidad personal
- Cooperación y participación
- Expresión de afectos
- Autonomía Identidad personal:

Identidad personal. Se constituye a partir del conocimiento que el niño tiene de sí mismo, de su aspecto físico, de sus capacidades y el descubrimiento de lo que puede hacer, crear y expresar; así como aquello que lo hace semejante y diferente de los demás a partir de sus relaciones con los otros.

Cooperación y participación: Se refiere a la posibilidad de intercambios de ideas, habilidades y esfuerzos para lograr una meta en común, paulatinamente el niño preescolar descubre la alegría y satisfacción de trabajar conjuntamente, lo que gradualmente, lo llevará a la descentración, y le permite tomar en cuenta los puntos de vista de los otros.

Expresión de afectos: Se refiere a la manifestación de sentimientos y estado de ánimo del niño, como: alegría, miedo, cariño, rechazo, agrado, desagrado, deseo y fantasía, entre otros. Posteriormente, llegará a identificar estas expresiones en otros niños y adultos.

Autonomía: "Autonomía" significa ser gobernado por uno mismo, bastándose así mismo en la medida de sus posibilidades. Es lo opuesto a heteronomía, que quiere decir, ser gobernado por otros.

DIMENSIÓN SOCIAL.

Esta dimensión se refiere a la transmisión, adquisición y acrecentamiento de la cultura del grupo al que se pertenece, a través de las interrelaciones con los distintos integrantes del mismo, que permite al individuo convertirse en un miembro activo de su grupo.

En las interrelaciones con las personas, se produce el aprendizaje de valores y prácticas aprobadas por la sociedad, así como la adquisición y consolidación de los hábitos encaminados a la preservación de la salud física y mental. Estos aprendizajes se obtienen por medio de vivencias, cuando se observa el comportamiento ajeno y cuando se participa e interactúa con los otros en los diversos encuentros sociales.

Durante el proceso de socialización, gracias a la interacción con los otros, el niño aprende normas, hábitos, habilidades y actitudes para convivir y formar parte del grupo al que pertenece.

Después de que el niño adquiere la identidad personal, al estar inmerso en la cultura de su localidad, región y país, va logrando construir la identidad cultural, gracias al conocimiento y apropiación de la riqueza de costumbres y tradiciones de cada estado de la República, de cada región y de cada comunidad, a la cual se pertenece, en donde existen diversas manifestaciones culturales como: lengua, baile, música, comida, vestimenta, juego y juguetes tradicionales.

En el nivel preescolar se propicia en el niño el conocimiento y aprecio por los símbolos patrios y por momentos significativos de la historia, local, regional y nacional. Los aspectos del desarrollo que contiene esta dimensión son:

Pertenecía al grupo: Se constituye a partir de la relación del individuo con los miembros de su grupo por medio de la interacción; las oportunidades de cooperar, la práctica de normas de convivencia y la aceptación dentro del grupo, le permite sentirse parte de él.

Costumbres y tradiciones familiares y de la comunidad: Se refiere a las prácticas que cada pueblo ha sido elaborado en su devenir histórico y que se expresan en múltiples formas dentro del hogar y comunidad: bailes, cantos, comida, fiestas populares, tradiciones religiosas.

Valores nacionales: Se refiere al fortalecimiento y preservación de los valores éticos, filosóficos y educativos, que cohesionan e identifican a los ecuatorianos, a partir del conocimiento de la historia de nuestro país y de sus características económicas, políticas, sociales y culturales, así como la apreciación de los símbolos históricos nacionales.

DIMENSIÓN INTELECTUAL.

La construcción del conocimiento en el niño, se da a través de las actividades que realiza con los objetos, ya sean concretos, afectivos y sociales, que constituyen su medio natural y social. La interacción del niño con los objetos, personas, fenómenos y situaciones de su entorno le permite descubrir cualidades y propiedades físicas de los objetos que en un segundo momento puede representar con símbolos; el lenguaje en sus diversas manifestaciones, el juego y el dibujo, serán las herramientas para expresar la adquisición de nociones y conceptos.

El conocimiento que el niño adquiere, parte siempre de aprendizaje anteriores, de las experiencias previas que ha tenido y su competencia conceptual para asimilar nuevas informaciones. Por lo tanto el aprendizaje es un proceso continuo donde cada nueva adquisición tiene su base en esquemas anteriores, y a la vez, sirve de sustento a conocimientos futuros. La construcción de relaciones lógicas está vinculada a la psicomotricidad, al lenguaje, a la afectividad y socialización del niño, lo que permite resolver pequeños problemas de acuerdo a su edad.

Los aspectos del desarrollo que constituye esta dimensión son:

Función simbólica: Esta función consiste en la posibilidad de representar objetos, acontecimientos, personas, etc., en ausencia de ellos. Esta capacidad de representativa, se manifiesta en diferentes expresiones de su conducta que implica la evocación de un objeto.

Construcción de relaciones lógicas: Es el proceso a través del cual a nivel intelectual se establecen las relaciones que facilitan el acceso a representaciones objetivas, ordenadas y coordinadas con la realidad del niño; Lo que permitirá la construcción progresiva de estructuras lógicas - matemáticas básicas y de la lengua oral y escrita.

Lenguaje escrito: Es la representación gráfica del lenguaje oral; para la reconstrucción del sistema de escritura el niño elabora hipótesis, las ensaya, las pone a prueba y comete errores, ya que para explicarse lo que es escribir, pasa por distintas etapas las cuales son: presilábica, silábica, transición silábica - alfabética.

Creatividad: Es la forma nueva u original de resolver problemas y situaciones que se presentan, así como expresar en un estilo personal, las impresiones sobre el medio natural y social.

DIMENSIÓN FÍSICA.

A través del movimiento de su cuerpo, el niño va adquiriendo nuevas experiencias que le permite tener un mayor dominio y control sobre sí mismo y descubre las

posibilidades de desplazamiento con lo cual paulatinamente, va integrando el esquema corporal, también estructura la orientación espacial al utilizar su cuerpo como punto de referencia y relacionar los objetos con él mismo.

En la realización de actividades diarias del hogar y jardín de niños, el niño va estableciendo relaciones de tiempo, de acuerdo con la duración y sucesión de los eventos y sucesos de su vida cotidiana.

Los aspectos de desarrollo que constituyen esta dimensión son:

Integración del esquema corporal: Es la capacidad que tiene el individuo para estructurar una imagen interior (afectiva e intelectual) de sí mismo.

Relaciones espaciales: Es la capacidad que desarrolla el niño para ubicarse en el espacio, los objetos y las personas con referencia a sí mismo y a los demás.

Relaciones temporales: Es la capacidad que desarrolla en niño ubicar hechos en una sucesión de tiempo, paulatinamente diferenciará la educación, orden y sucesión de acontecimientos, que favorecerá la noción temporal.

PERSONALIDAD

¿Qué es la personalidad? Allport nos dice de la adaptación particular del individuo a su medio, su conducta y pensamiento característico.

Para Lawther, es un término usado para describir el tipo de conducta característico y habitual del individuo. La personalidad viene a ser la suma y expresión de las conductas de un individuo por la que se le puede caracterizar y distinguir de otros.

¿Qué es la conducta? James Drever define la conducta como, el término referido para aquel nivel de comportamiento que está presumiblemente determinado por la previsión y la voluntad.

Lagache define la conducta como la totalidad de las reacciones del organismo en la situación total. Para José Bleger es ubicar a la conducta como fenómeno central de la psicología, donde el estudio de la conducta se hace en función de la personalidad y del inseparable contexto social del cual el ser humano es siempre integrante.

EL AMBIENTE Y LA PERSONALIDAD.

Proceso de Socialización-

A los deportistas profesionales los rodea un ambiente con características singulares. Al equipo de entrenamiento se le suman; familia, amigos, admiradores y críticos. Cuando el deportista profesional se destaca en su disciplina, es acompañado por distintos medios de comunicación masiva.

El periodismo suele ir informando al público el recorrido exitoso, como también las bajas y malas actuaciones. La suma de estas situaciones produce cambios significativos en la personalidad. Es decir, el deportista se ve involucrado en un proceso de socialización que no siempre es su ideal imaginario ni es el que desearía para sentirse estimulado.

Cada niño deportista poseerá una herencia cultural la que a su vez será potenciada y o modificada por todos los cambios que el ambiente y las circunstancias aportan en el proceso de socialización.

En este camino de socialización que se va produciendo desde el nacimiento En la edad donde se comienza a vislumbrar el desarrollo y los logros deportivos, el profesional se halla muchas veces presionado, llevándolo a situaciones incómodas y de estrés que lo hacen pensar en abandonar la actividad.

Tanto la frustración, debida a múltiples razones, como la exacerbación de la autoestima lo hacen variar de ánimo, reforzando o debilitando su personalidad el psicólogo tendrá a su cargo ayudar al deportista en las mesetas que se le presentan, como también, hacer lo posible en mantenerlo en la mejor performance el mayor tiempo posible, en forma directa, o a través de su equipo de entrenamiento.

PEDAGOGÍA Y PSICOPEDAGOGÍA

Pedagogía

Se denomina pedagogía a la ciencia encargada del estudio de la educación como fenómeno social. El término se deriva de las raíces griegas “paidos” (niño) y “gogía” (conducir); en efecto, en la antigua Grecia, el pedagogo era el esclavo encargado de educar a los niños. Con el tiempo la palabra adquiere nuevos matices hasta convertirse en la disciplina encargada de abocarse a la transmisión eficiente de conocimientos. Es así como cualquier persona integrada al ámbito docente debe tener conocimientos en esta materia.

No obstante, la pedagogía como disciplina propiamente dicha inicia su derrotero en el siglo XIX para afianzarse en el siglo XX y ha acogido una gran variedad de tendencias en su seno: pedagogía tradicional, en la que el rol activo lo ostenta el maestro y el alumno es un mero receptor de conocimientos; pedagogía activa, en la que el alumno tiene un rol activo y el maestro es ante todo un conductor; enseñanza programada, en la que la tecnología tiene un rol fundamental; constructivismo, que hace hincapié en la responsabilidad del individuo ante su propio aprendizaje; y finalmente, la pedagogía no directiva, en la que el educador es un motivador que crea situaciones problemáticas que deben ser resueltas.

PARTICULARIDADES DE LA PEDAGOGÍA DEL DEPORTE

Es un proceso pedagógico, encaminado a la formación multilateral de la persona, desde el punto de vista físico – funcional, motriz, psicológico, cognitivo y moral. Estas manifestaciones o áreas de incidencia del Entrenamiento Deportivo, se agrupan, dentro de los tres grandes componentes, propiedad de todo proceso pedagógico: la instrucción o enseñanza, el aprendizaje o asimilación y la educación, todas ellas mediadas por las relaciones que se establecen entre el entrenador – pedagogo y el alumno – deportista.

Precisamente la misión del Entrenamiento Deportivo, enmarcada en la formación multilateral de las personas, orientada hacia las direcciones anteriormente expuestas, lo convierten en un proceso pedagógico complejo o especial, por lo que esta característica del mismo apunta hacia la necesidad del tratamiento de sus particularidades a través de una Pedagogía Especial, en correspondencia con las mismas, surge así la denominada Pedagogía del Deporte.

PSICOPEDAGOGÍA

La psicología es la ciencia que estudia los procesos mentales. La palabra proviene del griego: psico- (alma o actividad mental) y -logía (estudio). Esta disciplina analiza las tres dimensiones de los mencionados procesos: cognitiva, afectiva y conductual. La psicología moderna se ha encargado de recopilar hechos sobre la conducta y la experiencia humana, organizándolos en forma sistemática y elaborando teorías para su comprensión. Estos estudios permiten explicar el comportamiento de los seres humanos y hasta predecir sus acciones futuras.

La psicopedagogía es la rama de la psicología que se encarga de los fenómenos de orden psicológico para llegar a una formulación más adecuada de los métodos didácticos y pedagógicos. Se encarga de los fundamentos del sujeto y del objeto de conocimiento y de su interrelación con el lenguaje y la influencia socio histórico, dentro del contexto de los procesos cotidianos del aprendizaje.

En otras palabras, es la ciencia que permite estudiar a la persona y su entorno en las distintas etapas de aprendizaje que abarca su vida. Psicopedagogía, a través de sus métodos, estudia el problema presente vislumbrando las potencialidades cognoscitivas, afectivas y sociales para un mejor desenvolvimiento en las actividades que desempeña la persona

Psicopedagógicas de la edad infantil

Área cognoscitiva.-exigencias internas y externas dentro de las cuales encontramos lo social y lo intelectual.

Pensamiento: En esta etapa se desarrolla un Pensamiento individualizado y personalizado vinculado con capacidades especiales realizan sus valoraciones críticas y emiten a su juicio sus propios criterios

Imaginación: Su imaginación es creadora ya que se dirige hacia sus sueños vinculados con grandes objetivos de la vida.

Atención: Cuenta con una buena atención ya que el mismo interés o curiosidad por aprender les hace concentrarse en lo que le concierne.

Memoria: En esta edad es de suma importancia y más en este deporte ya que necesita de una gran memorización para realizar las diferentes actividades o rutinas a realizar.

Sensopercepción: cuenta con gran capacidad de observación y un desarrollo de percepciones especializadas en el deporte.

Área motivacional: Motivación estable, mayor participación de la conciencia en la toma de decisiones como elaboración de planes y proyectos.

Tendencias motivacionales: Aspiraciones: planes y proyectos como la unidad de lo cognitivo y afectivo, permiten la autorregulación de la conducta.

Autovaloración: Valoración de su misma personalidad.

Intereses: motivación que este mismo presenta hacia su deporte en este caso.

Valores: Desarrollo moral para respetar las reglas aplicadas al deporte.

Área emocional: Disminuye los sentidos emocionales, acumulando las experiencias en el control de los sentimientos o vivencias que marcaron sus pensamientos, hay un perfeccionamiento de las cualidades físicas y capacidades condicionales.

Área volitiva.- Desarrollo de cualidades volitivas, supera conscientemente los obstáculos y dificultades, manifestando también un auto regulación de su conducta.

2.5 HIPÓTESIS.

La práctica del Taekwondo influye en la Formación Integral de los niños de séptimo de básica de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua, periodo del 14 de Septiembre del 2012 al 26 de Abril del 2013.

2.6 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES.

Variable Independiente: **LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO**

Variable Dependiente: **FORMACIÓN INTEGRAL**

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 ENFOQUE

La investigación por ser medible, tiene un enfoque cuali-cuantitativo; cualitativo porque se trabaja abstrayendo las cualidades positivas y negativas de los investigados y cuantitativas por cuanto se trabajará con datos estadísticos medibles y sujetos a una interpretación.

3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

Campo

Esta investigación por ser de carácter social –deportiva es una investigación de campo porque nos permite ponernos en contacto con la realidad en el lugar de los hechos y vivencias de la problemática existente.

Documental-Bibliográfica

Para realizar esta investigación se acudió a documentos basándose en fuentes primarias documentales y bibliográficas que permite aclarar la investigación llegando a diferentes actores para profundizar, ampliar, clarificar y contextualizar el problema

Experimental

Porque se puede cambiar o modificar nuestra realidad. Además se utiliza las técnicas del estudio que es la encuesta y su respectivo instrumento que es el cuestionario.

3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Exploratoria.

La presente investigación es de carácter exploratorio tiene una metodología flexible de mayor amplitud y dispersión ya que da apertura a la investigación y permite sondear un problema poco investigado.

Descriptiva.

Esta investigación es de carácter descriptivo porque permite tener predicciones rudimentarias y requiere de conocimientos suficientes para comparar entre dos o más fenómenos, situaciones o estructuras y clasificar elementos de modelos de comportamientos según ciertos criterios.

Explicativa.

Esta investigación es de carácter explicativo porque conduce a la formulación de leyes en un estudio altamente estructurado que nos permite detectar los factores determinados de ciertos comportamientos.

Asociación de Variables

Este tipo de investigación no permite determinar la relación que existe entre la variable dependiente y la variable independiente.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

Población

Para la presente investigación se tomará en cuenta a la totalidad de niños y niñas de séptimo año de educación básica de la escuela Fe y Alegría” y un docente, en

un total de 51 participantes, por ser la población muy pequeña no se aplica la fórmula estadística comparativa para sacar la muestra, por consiguiente se trabajará con todo el universo

Cuadro: N° 1

Población y Muestra

Población	Muestra	%
Deportistas	50	98 %
Docente	01	2 %
Total	51	100%

Fuente: Escuela Fe y Alegría

Elaborado por: Lcdo.ClementeWilfrido Arévalo Sánchez

3.5 Operacionalización de las Variables.

Variable Independiente. La Práctica del Taekwondo.

Cuadro N°2

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Es aquella actividad física y mental que nos sirve para estar preparado, corporal y fisiológicamente, que se requiere un aprendizaje efectivo, está sujeta a normas específicas, se practica de acuerdo a su forma deportiva.	<p>Corporal fisiológico</p> <p>Aprendizaje.</p> <p>Forma Deportiva</p>	<p>Sistema muscular- óseo. Funcional-articular- orgánico.</p> <p>Técnico Táctico Estratégico</p> <p>Recreación o Competición.</p>	<p>¿Le gusta practicar la disciplina deportiva del Taekwondo? SI.....NO.....</p> <p>¿La práctica de la disciplina del Taekwondo desarrolla el sistema corporal y fisiológico del niño? SI.....NO.....</p> <p>¿En el aprendizaje del taekwondo se estimula la técnica y la táctica en los niños? SI.....NO.....</p> <p>¿Practica la disciplina del Taekwondo, motivado para fines recreativos o competitivos? Recreativos.....Competitivos....</p>	<p>Observación. Ficha de Observación.</p> <p>Encuesta. Cuestionario Estructurado</p>

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

VARIABLE DEPENDIENTE:

Cuadro N° 3 Formación Integral.

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMES BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Proceso formativo en el que el deportista interioriza sus formas de pensar, hacer, actuar, vivir como un SER interactuante en el convivir diario</p>	Forma de pensar.	Actitudes.	<p>¿La práctica de las actividades físicas ayuda al desarrollo de las actitudes en el niño? SI.....NO.....</p>	<p>Observación. Ficha de Observación.</p>
	Forma de hacer.	Creativo.	<p>La práctica deportiva propicia la creatividad en los niños? SI.....NO.....</p>	<p>Encuesta. Cuestionario Estructurado.</p>
	Forma de actuar.	Diálogo y comunicación	<p>¿El dialogo y la comunicación favorece el desarrollo del pensamiento? SI.....NO.....</p>	
	Forma de vivir y convivir	Desarrollo del pensamiento.		
	Formas de SER	Relación con la realidad.	<p>¿Considera Ud. que su forma de SER se debe a la práctica de las actividades físicas deportivas? SI.....NO.....</p>	

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Se realizará mediante observación directa encuesta a estudiantes.

Observación directa.- Es una técnica de campo, será utilizada por su importancia para determinar las influencias que intervienen en este fenómeno investigativo.

Encuestas.- Se realizará a los niños del séptimo año de educación básica de la escuela “Fe y Alegría” durante el periodo Septiembre 2012- Abril 2013.

Luego de recogidos los datos serán transformados siguiendo los siguientes procedimientos:

Se limpiará la información de toda contradicción, que sea incompleta, no pertinente.

Si se detectan fallas se repetirá la recolección de información, finalmente se tabulará según las variables, en este caso la variable independiente y la variable dependiente, luego se realizará los cambios de cada variable y el cuadro de cruce de variables. Se realizará un estudio estadístico de datos para la presentación de resultados y gráficos estadísticos de los mismos.

Técnicas e instrumentos de recolección de la información

La encuesta es una técnica que consiste en una investigación realizada sobre una muestra de sujetos, representativa de un colectivo más amplio que se lleva a cabo en el contexto de la vida cotidiana, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con el fin de conseguir mediciones sobre una gran cantidad de características objetivos y subjetivos de la población.

Validez y confiabilidad

La validez y confiabilidad de la encuesta está dada por cuestionario y su acción representativa las respuestas; así decimos que cuestionario es un instrumento de recogidas de datos en la encuesta, rigurosamente estabilizada, que operacionaliza las variables objeto de observación en investigación, para ellos las preguntas de un cuestionario se plantea de manera lógica y sostenida sobre el tema de la práctica del taekwondo y la formación integral. La validez y confiabilidad en nuestro caso lo dan los niños que son los actores de la problemática; la que contestarán sin sesgo y a la vez con pensamiento crítico propositivo.

3.7 Plan de Recolección de la Información.

Una vez recolectada las encuestas se procede a tabular, y a realizar el estudio estadístico de los datos para la presentación de los resultados y su análisis respectivo e interpretación en los gráficos estadísticos correspondientes.

Cuadro N° 4 Plan de Recolección

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1.- ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación, la práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral.
2.- ¿De qué personas?	De niños de séptimo año de educación básica.
3.- ¿Sobre qué aspectos?	La importancia de la práctica del taekwondo y la formación integral para el niño del séptimo año.
4.- ¿Quién?	El investigador.
5.- ¿Cuándo?	En el periodo investigativo Septiembre 2012, Abril 2013.
6.- ¿Dónde?	En la escuela Fe y Alegría
7.- ¿Cuántas veces?	Se realizará la encuesta una o dos veces según requiera el visto bueno de la problemática.
8.- ¿Con qué técnicas de recolección?	Con la técnica de la encuesta.
9.- ¿Con qué?	Cuestionario estructurado.
10.- ¿En qué situación?	En espacios abiertos.

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis e interpretación de resultados de la encuesta aplicada a niños y niñas de séptimo año de la escuela Fe y Alegría en el área de Cultura Física disciplina de Taekwondo.

Pregunta No. 1

¿Le gusta practicar la disciplina deportiva del Taekwondo?

Cuadro No. 5

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	10	16,67
No	41	83,33
Total	51	100%

Fuente: Encuesta.

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez.

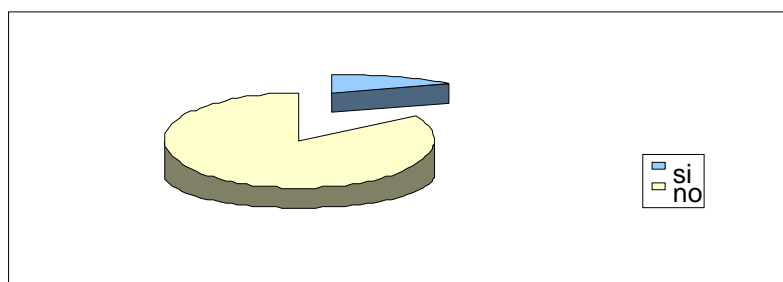


Gráfico No.5

Análisis.

El 83,33% de los niños, contestan que les gusta practicar esta disciplina deportiva. El 16,67% contestan que no.

Interpretación.

La mayoría de los deportistas afirman que tienen afición por la disciplina del Taekwondo y un grupo minoritario demuestra no tener gusto por esta disciplina deportiva lo que puede ser aprovechado para alcanzar la formación integral del estudiante a través de la práctica disciplinada de este deporte.

Pregunta No. 2

¿La práctica de la disciplina del Taekwondo desarrolla el sistema corporal y fisiológico del niño?

Cuadro No. 6

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	0	0%
No	51	100%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

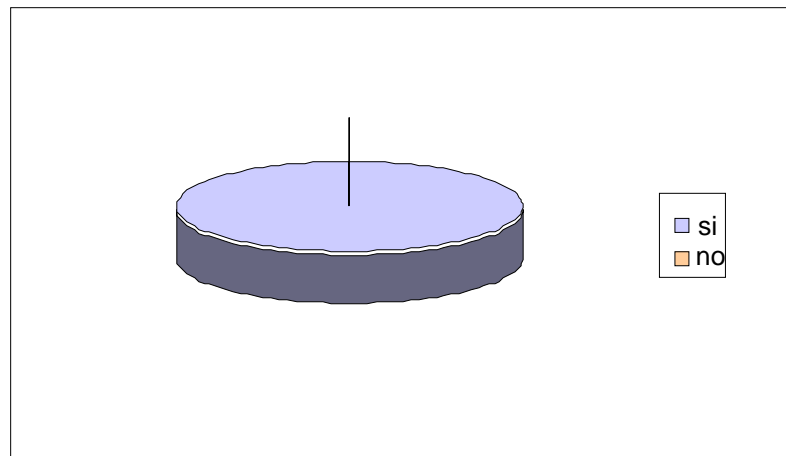


Gráfico No. 6.

Análisis.

Para el **100%** de encuestados no consideran que la práctica de este deporte ayuda en el crecimiento corporal y fisiológico del niño.

Interpretación. Lo que se puede sacar en conclusión en las respuestas de esta pregunta es que las personas observadas y que son objeto de la investigación desconocen el aporte en el desarrollo corporal y fisiológico que ofrece la práctica de este deporte.

Pregunta No. 3

¿En el aprendizaje del taekwondo se estimula la técnica y la táctica en los niños?

Cuadro No.8

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	10	16,67
No	41	83,33
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

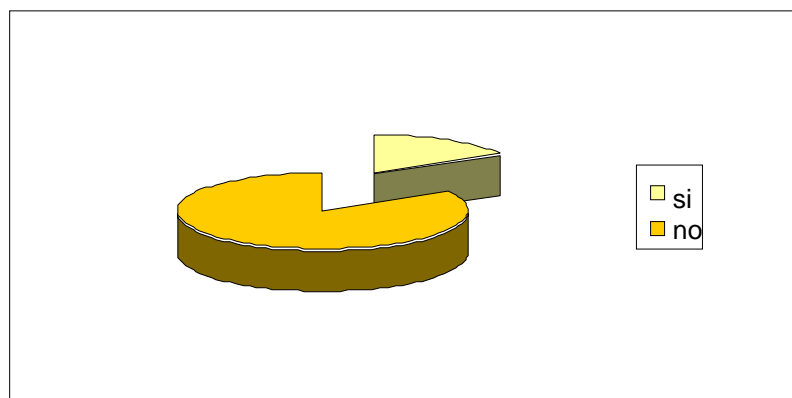


Gráfico No. 4.3

Análisis.-El **83,33** contestan que no mejoran el desenvolvimiento de la técnica y la táctica **16,67%** afirman que si son eficaces los aprendizajes referentes a la táctica y la técnica.

Interpretación.-La mayoría de los encuestados desconocen sobre el mejoramiento que produce en la técnica y en la táctica el aprendizaje de este deporte que podemos decir necesita el dominio de estos componentes del entrenamiento.

Pregunta No. 4

¿Prácticas la disciplina del Taekwondo, motivado para fines recreativos o competitivos?

Cuadro No. 9

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	15	25%
No	36	75%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

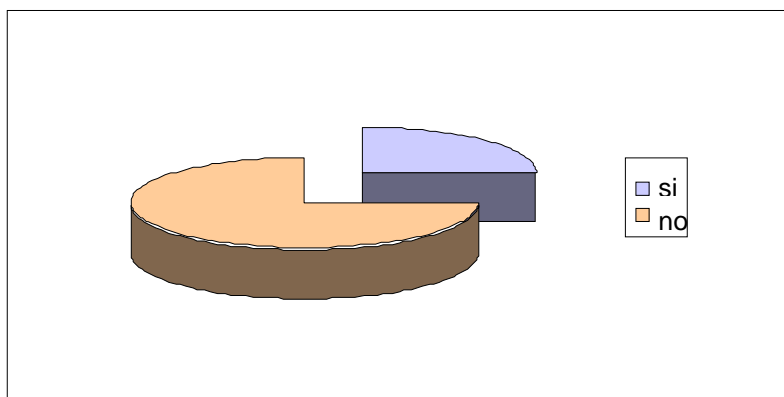


Gráfico No. 4

Análisis.-El 75% de los encuestados manifiestan que la práctica del taekwondo no les hace sentir bien en su entorno 25% manifiesta que sí.

Interpretación.-La mayoría de deportistas señalan la ausencia de motivación en la práctica del Taekwondo por lo que manifiestan no sentirse bien en su entorno es decir el área física y los entrenamientos.

Pregunta No. 5

¿La práctica de las actividades físicas ayuda el desarrollo de las actitudes en el niño?

Cuadro No. 10

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	15	25%
No	36	75%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta.

Elaborado por: Lic.ClementeWilfrido Arévalo Sánchez.

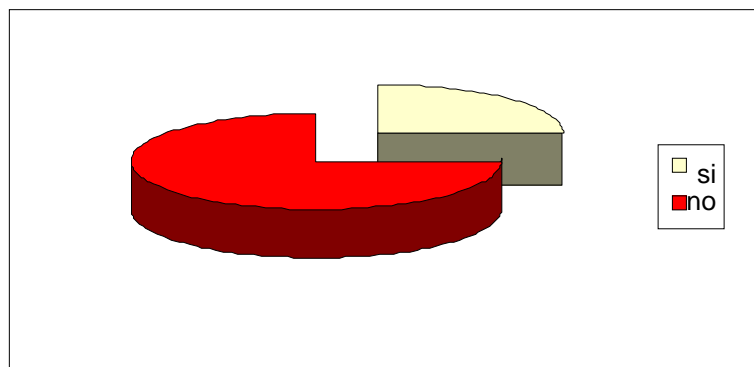


Gráfico No. 11

Análisis.-El 75% de los niños manifiestan que las actividades físicas no ayudan en el desarrollo de actitudes en el niño. El 25% manifiestan que si se sienten íntegros con buena actitud para la práctica del Taekwondo

Interpretación.- La mayoría de niños manifiestan que no se mejora actitudinalmente con las prácticasde taekwondo loque se deduce que no se le está enseñando la práctica de valores que es fundamental en la enseñanza de este deporte.

Pregunta No. 6

¿La práctica deportiva propicia la creatividad en los niños?

Cuadro No.11

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	51	100%
No	0	0%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

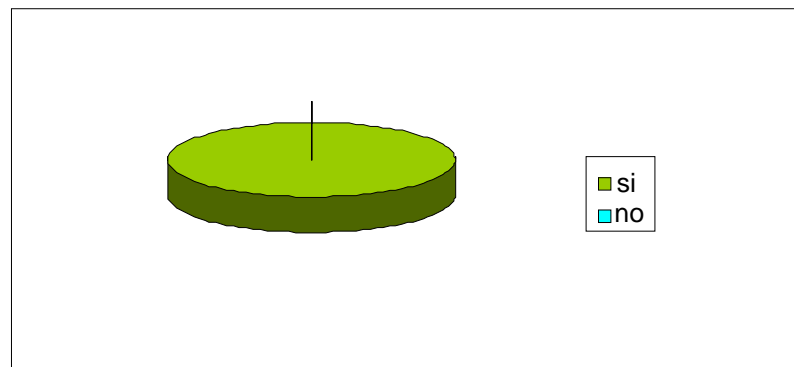


Gráfico No. 6

Análisis.-El 100% está de acuerdo que si puede desarrollar la creatividad con este deporte.

Interpretación.-Con los datos obtenidos permite afirmar que la práctica del taekwondo permite el desarrollo de la creatividad en el niño ya que en el combate este puede solucionar problemas que le presenta el contrincante de acuerdo a las necesidades que se presentan en esos momentos donde el niño debe implementar su defensa.

Pregunta No. 7.

¿El diálogo y la comunicación favorecen el desarrollo del pensamiento?

Cuadro No.12

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	5%
No	48	95%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

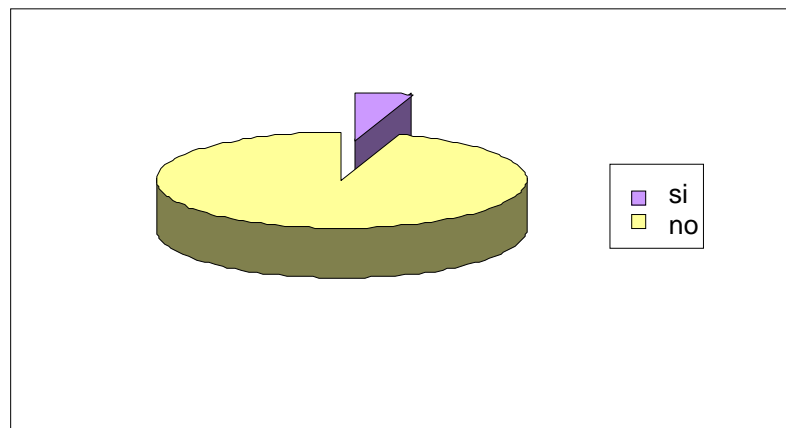


Gráfico No. 7

Análisis.-El 95% de la mayoría de los niños, contestan que no están desarrollando el pensamiento a través de la comunicación.

Interpretación.- La información proporcionada nos indica que el entrenador no ejecuta las tareas completas en el entrenamiento diario lo cual perjudica el aprendizaje y no permite que a través de una buena comunicación desarrolle el pensamiento que es uno de los objetivos fundamentales en la práctica adecuada del deporte esto afecta de manera sustancial el proceso de aprendizaje.

Pregunta No. 8

¿Considera Ud. que su forma de SER se debe a la práctica de las actividades físicas deportivas?

Cuadro No.13

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	0	0%
No	51	100%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

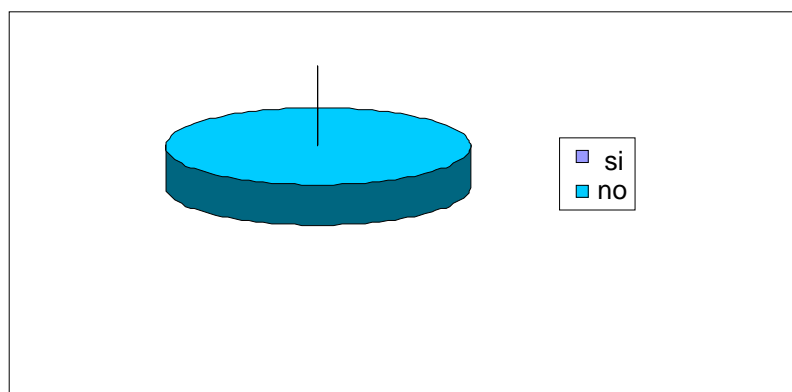


Gráfico No. 8

Análisis.- Los niños en un 100% determinan y sostienen que la práctica del Taekwondo no mejorará su forma de ser.

Interpretación.- Se evidencia que el entrenador no conoce el mensaje espiritual y corporal de este arte marcial que también es deporte, el Taekwondo es un deporte altamente formativo e integral y en este caso el entrenador no está aplicando de manera adecuada y pierde la oportunidad de formar al individuo con cimientos sólidos contribuyendo a su forma de ser para que sea un ente positivo para la sociedad y de bien del mañana.

Pregunta No. 9

¿Piensa Ud. Que existe relación entre la práctica del Taekwondo con la formación integral?

Cuadro No. 14

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	49	96.67%
No	2	3.33%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic.Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

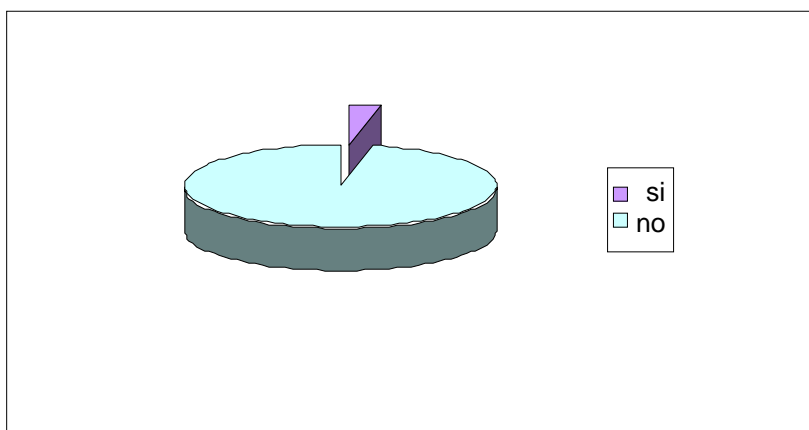


Gráfico No.10

Análisis.- El 96,67% de la mayoría de los niños encuestados, manifiestan que si mejorarán en la formación integral con la práctica del Taekwondo. El 3,33% manifiestan que no porque no son participativos de ese deporte.

Interpretación.- Esto nos permite afirmar que el Taekwondo es en beneficio de la escuela Fe y Alegría y de los niños con una formación integral para enfrentar una sociedad conflictiva y deformante.

Pregunta No. 10

¿Participaría Ud. en talleres prácticos de Taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños y niñas de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua?

Cuadro No. 15

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	51%
No	25	49%
Total	51	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

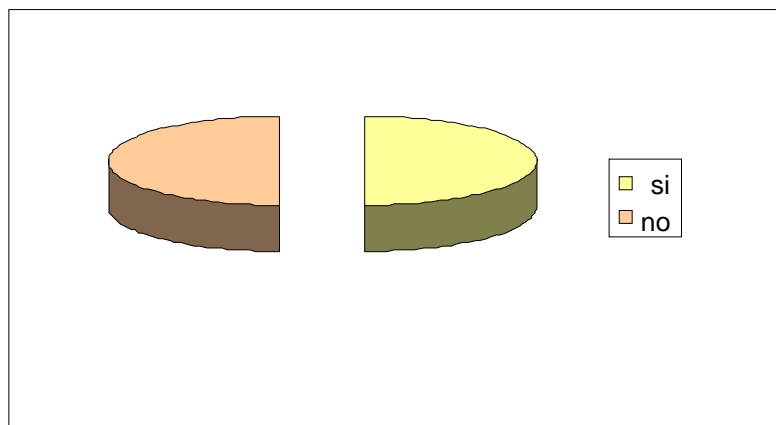


Gráfico No. 14

Análisis.-En los datos obtenidos el 51% la mitad más uno manifiestan que si participarían en un taller de esta disciplina deportiva. El 49% restante manifiestan que no desean participar de estos talleres.

Interpretación.-Los datos recabados determinan que el área sentimental y mental de los niños respaldan de una manera la participación de éstos en talleres de este deporte mientras que un número considerable tienen afición otras disciplinas deportivas por no haber sido motivados de una manera correcta por parte del docente que imparte este deporte en la escuela.

4.2 Verificación de la Hipótesis

Con todos estos parámetros, se comprueba que la hipótesis de la práctica del Taekwondo y su influencia en la Formación Integral, en los niños de séptimo año de la escuela Fe Y Alegría en el período del 14 de Septiembre del 2012 al 26 de Abril del 2013, es un hecho ya que con una efectiva planificación de las prácticas, mejora el desarrollo técnico de los deportistas de Taekwondo. La verificación se lo realiza bajo la concepción cualitativa-descriptiva y ya que la población es muy pequeña no es necesario demostrarla por medio del chi cuadrado, ya que las respuestas de los deportistas son claras, demostrando decisiones en su interpretación, por lo tanto la hipótesis queda comprobada.

Esta verificación servirá como antecedente para establecer la propuesta correspondiente dando solución al problema, la aplicación de Talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua. que con lleve a una planificación ordenada y científica, para la práctica deportiva del Taekwondo, así preparar a los niños acoplando las diversas circunstancias que lo rodean, como el aspecto alimenticio, climático, social, socioeconómico, disponibilidad de tiempo y actividades educativas.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES:

- 1.- Se detecta que el maestro de Cultura física como entrenador de Taekwondo no realiza una motivación adecuada para que los alumnos de la escuela Fe y Alegría practiquen esta disciplina deportiva, por lo que los niños deportistas no acuden regularmente y disciplinadamente a entrenamientos.
- 2.- Los entrenamientos son rutinarios, no existe secuencia ni coordinación entre el nivel recreativo, formativo y competitivo, por cuanto las prácticas deportivas en el nivel escolar está separado de los entrenamientos, así como también son muy pocos los docentes de Cultura Física que tengan conocimiento como entrenadores deportivos especializados en Taekwondo.
- 3.- Los deportistas de la escuela desconocen el beneficio que conlleva la práctica del Tae Kwon Do especialmente en lo que se refiere al desarrollo del pensamiento y los valores que los niños deben ir aprendiendo desde edades tempranas para alcanzar su formación integral y ser a futuro seres útiles a la sociedad.
- 4.- En la provincia de Tungurahua los centros educativos no dan la importancia necesaria a la participación del deportista en los campeonatos organizados por Federación Deportiva Estudiantil en la disciplina deportiva de Taekwondo y con esto limitan la interacción que brinda las competencias para desarrollar la creatividad de los estudiantes y de esta manera empezar en la resolución de problemas que se presentan en la vida cotidiana y de esta manera se obstaculiza los aprendizajes significativos que impulsa la práctica de este deporte.

RECOMENDACIONES:

- 1.- El maestro de Cultura Física debe concientizarse en la necesidad de motivar a los estudiantes a la práctica de este deporte y dar impulso al entrenamiento deportivo en la disciplina del Taekwondo, no sólo a la tarea pedagógica sino también a la formación integral. Las instituciones educativas deben brindar las facilidades necesarias a los deportistas para sus participaciones y sean motivados permanentemente, pues de lo contrario los jóvenes prefieren desertar.
- 2.- La aplicación de planes y programas en los que exista secuencia de contenidos permitirá recrear lo formativo y lo competitivo, así como también es necesario la actualización y capacitación docente en las diferentes disciplinas deportivas y poner en juego sus competencias profesionales para de esta manera alcanzar deportistas formados integralmente a través de este deporte..
- 3.- Los valores y la formación integral jamás deben faltarse en todas las actividades del ser humano, más aun en el deportista que además de ser deportista, es un ejemplo de superación, por lo tanto se sugiere que se implementen programas que impulsen la práctica del Taekwondo que es un deporte altamente formador en la parte mental y espiritual.
- 4.- Diseñar talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

TEMA:

Talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua.

6.1. Datos informativos.

Institución:	Escuela Fe y Alegría.
Tipo:	Fisco misional.
Provincia:	Tungurahua
Cantón:	Ambato
Parroquia:	La Matriz
Dirección:	Calle Isidro Viteri. Pasaje la Carolina.
Teléfono:	032847714.
Investigador:	Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez.
Beneficiarios:	Estudiantes de Séptimo año de Educación Básica.
Tiempo:	
Inicio	14 de Septiembre 2012
Fin:	26 de Abril 2013
Costo:	El costo estimado de esta propuesta es de \$ 300,00 dólares.
Provincia:	Tungurahua
País:	Ecuador

6.2. Antecedentes de la propuesta.

En la sociedad contemporánea a nivel deportivo se hace necesario desarrollar y perfeccionar los fundamentos técnicos del Taekwondo pues estos son la base del proceso de aprendizaje de este deporte. Tomando en cuenta las nuevas transformaciones en el campo deportivo las cuales se vienen dando a cada momento, connotados científicos y más personas vinculadas con el deporte señalan programas modernos de entrenamiento como una herramienta necesaria y fundamental al momento de analizar el movimiento deportivo, los talleres prácticos de taekwondo que influyan en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua es pues una solución a una sociedad ávida de aprender este deporte de combate.

La comunidad deportiva da poca importancia a la deficiente enseñanza del Taekwondo en niños y su relación con su formación integral; ya sea por problemas intrínsecos del entrenador o por problemas del entorno. De la investigación realizada se pudo deducir que la relación entrenador – niño o profesor-niño no es la más óptima en el plano del aprendizaje; así la problemática del Taekwondo, está localizada en algunos entrenadores del área y de otras instituciones, pues hay una apatía por parte de ellos a realizar una clase adecuada y orientada al buen desarrollo integral en el niño que es el futuro de la patria.

Con la investigación realizada y la aprobación de la propuesta se pretende facilitar y contribuir al mejor desenvolvimiento del maestro-entrenador dentro de su trabajo diario, fortalecer la relación entrenador–alumno así también se espera conseguir mejores resultados formación corporal e intelectual de los niños dentro del Taekwondo.

Es importante en esta propuesta la socialización, que permite adaptarse al mundo externo, es un factor de equilibrio, desarrolla los aspectos psicológicos, físicos,

sociales, intelectuales, deportivos, que facilita el aprendizaje, e incorpora valores, es motivo de alegría, supera tensiones.

Los establecimientos educativos e instituciones deportivas deberán contar con espacio físico adecuado para poder enseñar de mejor manera las actividades lúdicas-deportivas y el Taekwondo en niños para un mejor aprendizaje.

6.3 Justificación.

Es evidente que el uso de la tecnología deportiva, la información y la investigación científica aplicada al deporte está motivando cada vez a entrenadores y deportistas a ser el cambio y transformación continúa pues debemos enfrentar los nuevos retos que presentan la sociedad actual. Así en el Taekwondo se ha investigado científicamente que la práctica de este deporte ayuda en la formación integral de los niños, qué bien aplicada da resultados óptimos en los deportistas esos es el porqué de la práctica del Taekwondo. El poder de la información está disponible para cada ser humano que consulte esta tesis, todo aquel que tenga acceso a este documento tiene seguro el contacto con la información llevada a verificación científica, pues todo lo que existe sobre la práctica del taekwondo y la formación integral del ser humano es infinito. Si bien es cierto que las nuevas investigaciones deportivas va relacionada con todas las ciencias afines al deporte, que beneficia el ámbito deportivo Taekwondo, sin embargo solamente poniendo en práctica ayuda a manejar y aplicar esta planificación.

El resultado estadístico de la Investigación de campo revela que no realizan ni conocen bien del Taekwondo y sus beneficios, por lo tanto no saben cuál es su funcionalidad y aplicación de las nuevas tendencias deportivas por lo que es necesario que los docentes y entrenadores tengan el conocimiento necesario acerca del Taekwondo básico para poder enseñar bien a los niños.

6.4 Objetivos

Objetivo General.

Diseñar Talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua.

Objetivos específicos

Determinar los Talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

Analizar los Talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

Elaborar un modelo operativo de difusión de los Talleres prácticos de taekwondo que influya en la Formación Integral de los niños de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

6.5 Análisis de factibilidad

Este proyecto es factible de ejecutarse, porque existe la predisposición de todos los involucrados como autoridades de la escuela Fe y Alegría, padres de familia, niños deportistas, y el docente de Cultura Física, quienes han comprometido su apoyo para la obtención de datos primarios y secundarios que luego de procesados denotarán soluciones alternativas en su ejecución.

6.6 Fundamentación.

La propuesta está orientada por la corriente constructivista, incentivando el aprendizaje de los fundamentos técnicos del Taekwondo en los niños y niñas de séptimo año de la escuela Fe y Alegría, las alternativas que existen para darle a los estudiantes las herramientas necesarias para desenvolverse en un ambiente donde se necesita de la participación del talento humano constituido en sus características biológicas, psicológicas y sociales que le permita adquirir el nuevo conocimiento de acuerdo a la realidad.

Con la presente propuesta se pretende lograr un conocimiento efectivo sobre la fundamentación del Taekwondo para ser aplicadas en las prácticas de las actividades deportivas y por consiguiente el mejoramiento en su formación integral como también el fortalecimiento en la relación del entrenador y el deportista dentro de los parámetros de respeto, tolerancia y responsabilidad para obtener un bien común e institucional.

Esta investigación aborda la temática de la inserción social a través de la utilización de la actividad física y deportiva esto es el taekwondo y su práctica que será en beneficio de los niños en su formación integral, para que en un futuro sean hombres y mujeres honestas y propositivas.

MEJORAR EL APRENDIZAJE DEL TAEKWONDO

El Taekwondo es un deporte acíclico, es decir, de distintos movimientos encadenados y realizados a gran velocidad, donde la rapidez y la explosividad permiten lograr el éxito. Por esa razón, el principal interés de los deportistas actuales consiste en saber cómo aumentar la velocidad de todos sus movimientos.

Los esfuerzos realizados por los deportistas en un entrenamiento son de distinto tipo e intensidad. Por ello, las necesidades energéticas deben adaptarse a la intensidad y a la duración del ejercicio. En este sentido, en el Taekwondo entran

en juego el metabolismo aeróbico y anaeróbico. En los ejercicios de gran intensidad se utilizan sistemas anaeróbicos (fosfágenos y glucolíticos anaeróbicos) y en la recuperación se utilizan sistemas aeróbicos glucolíticos. Los deportes de combate presentan características inherentes al propio deporte que determinan en gran medida las necesidades físicas. A lo largo del combate existen variables técnicas y tácticas, por lo que el deportista intenta, en definitiva, encontrar el patrón de movimientos más rápido para la solución táctica más efectiva.

BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS.

El Tae Kwon Do es una Disciplina Marcial de origen Coreano, que se ha nutrido de las más diversas artes de combate practicadas en la península de Corea desde hace más de 2000 años.

Esta artes ha llevado diferentes nombres tales como Tae Kyon ,SooBak y TangSoo, llegando así hasta el año 1955 en donde adquirió el nombre definitivo de Tae Kwon Do.

Tae significa acción con los pies

Kwon significa acción con las manos

Do es el camino o sendero que ha de recorrer el practicante durante su aprendizaje, algo que en realidad nunca se ha de completar, puesto que el perfeccionamiento del conocimiento adquirido, durará el transcurso mismo de la vida, en pos de convertirse en la esencia misma del arte.

Beneficios de la actividad

La práctica y el entrenamiento del Tae Kwon Do posibilitan un paulatino pero real desarrollo en lo personal, tanto en la evolución física como en la espiritual, desde el hombre individual hasta abarcar incluso su entorno social, adquiriendo por sobre todo la cultura del respeto y el crecimiento permanente para su Formación Integral, planteados a través de la elección simple y del convencimiento propio, en

contraposición a la obligación infringida y la sumisión forzada, que aún hoy es la creencia de quienes ven en las Disciplinas Marciales un camino simplista hacia el comportamiento violento.

El tránsito a través del Tae Kwon Do colabora con el entendimiento de que sólo con esmero, dedicación y entereza se logra hacer posible lo imposible, y que el sacrificio nunca es en vano cuando se trata de hallar respuestas acertadas respecto a la búsqueda de la verdad.

A quienes deciden adoptar la práctica a su vida cotidiana, les brinda la posibilidad de superación constantemente, puesto que el sentido del progreso evolutivo es propuesto desde el inicio mismo del contacto con el arte.

Una vez que se adoptan las cinco premisas que hacen a la esencia del Tae Kwon Do, podemos decir que iniciamos el camino hacia el sentido real del entrenamiento, que no solo se tratará de arrojar golpes de pies o puños, sino que fortalecerá ese luchador interior que todos llevamos dentro, posibilitando que nuestro carácter y nuestra actitud se tornen firmes y seguros.

Cortesía, Integridad, Perseverancia, Autocontrol y Espíritu Indómito, hacen de cada practicante un potencial creyente que nada se logra sin verdadera voluntad y compromiso, asignando la importancia debida a los actos cotidianos, forjando el concepto del bien, por sobre las acciones egoístas y malintencionadas.

En los niños, particularmente, beneficia en su desarrollo psicofísico, aportando pautas que incentivarán la concepción de ideas con valores conceptuales respecto de la importancia del buen comportamiento y la conducta acertada, los buenos modales, la necesidad de la capacitación intelectual, el respeto hacia sí mismo, a la familia y a todos quienes conforman su entorno de vida.

En síntesis, la práctica consciente y bien supervisada por instructores idóneos, aportará lo necesario para incentivar un crecimiento armonizado desde lo físico y

lo espiritual que hará de cada alumno un potencial exponente de esta fascinante actividad, y a su vez ser el referente de los beneficios, que sin lugar a duda, se van adquiriendo a través del tiempo de entrenamiento

LA NECESIDAD DE PRACTICAR TAE KWON DO.

De la misma manera, la constante inseguridad inmersa en la sociedad, motiva la práctica consiente y responsable de técnicas de defensa personal, junto a su aplicación ante situaciones extremas reales.

Se debe tener en cuenta que toda actividad es siempre supervisada por docentes idóneos y capacitados al efecto.

Algunas temáticas que aborda el entrenamiento del Tae Kwon Do (Iniciales).

PLANIFICACIÓN DE LOS TALLERES

OBJETIVOS:

OBJETIVOS GENERALES:

Implementar y desarrollar la práctica del Taekwondo como Formación Integral de los niños y niñas de la escuela Fe y Alegría.

Establecer las bases y fundamentos básicos de esta disciplina en correspondencia con las edades de las deportistas distintas edades, etapas o fases de desarrollo de los deportistas.

Crear a través del juego las bases estructurales de la formación física general.

Fomentar el desarrollo de los talleres de enseñanza a mediano y largo plazo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Alcanzar una adecuada preparación física general y especial, por medio de juegos pre deportivos de acuerdo a las particularidades del Taekwondo.

Garantizar una formación integral que propicie una buena pre-disposición durante la práctica deportiva y en un futuro en la competencia y que se haga extensiva a otras áreas de la vida.

Despertar un profundo interés por el Taekwondo, basado en el amor y la vocación hacia el mismo.

Implementar y desarrollar desde el inicio, un proceso que permita una formación integral para todos los niños participantes.

Desarrollar en los deportistas la motricidad gruesa como rapidez, resistencia, flexibilidad, fuerza, mediante el juego y principalmente la técnica fundamental de esta disciplina deportiva para no obstaculizar el avance de la misma a nivel escolar.

Protocolo de Cortesía y Saludos Tradicionales

Protocolo de cortesía en el Dojang o Salón de clases

Protocolo de cortesía con alumnos o instructores de menor o mayor grado de cinta.

Protocolo de saludos a los Emblemas Patrios.

Posiciones

- Posición de Firmes (Charyot)
- Posición de preparación (Ponty Sogui)
- Posición de saludo (Kyon ye)
- Posición de jinete (Chumchusogui)
- Posición corta o de caminante (AnSogui)
- Posición corta o de combate (Apsogui)
- Posición larga o adelantada (ApKubi)

Defensas o Bloqueos

- Bloqueo bajo con borde cubital del antebrazo
- Bloqueo bajo con canto externo de la mano
- Bloqueo bajo con base de la palma de la mano

- Bloqueo medio de aducción la parte cubital del antebrazo
- Bloqueo medio de abducción con la parte cubital del antebrazo
- Bloqueo medio de abducción con la parte radial del antebrazo
- Bloqueo medio de aducción con la base de la palma de la mano
- Bloqueo medio de aducción con el borde externo de la mano
- Bloqueo medio de abducción con el borde externo de la mano
- Bloqueo alto diagonal ascendente con el borde cubital de la muñeca
- Bloqueo alto ascendente con la base de la palma de la mano
- Bloqueo alto de abducción con la parte cubital del antebrazo
- Bloqueo alto de abducción con la parte radial del antebrazo

Paltuk: Antebrazo

Palkup: Codo

Anpalmok: Lado radial

Bakkatpalmok: Lado posterior

Wipalmok: Lado posterior

Mitpalmok: Lado anterior

Ataque con Puños y Manos: JIRUGUISUL

CHUMOK –PUÑO

- Ataque con puño normal
- Ataque con puño cruzado
- Ataque con puño en ¼ de giro
- Ataque con puño invertido
- Ataque con canto externo de la mano
- Ataque con canto interno de la mano
- Ataque con base de la palma de la mano
- Ataque con la muñeca del dorso de la mano
- Ataque con la punta de los dedos de la mano

Ataque con Pies:

- Ataque frontal con planta del pie
- Ataque semicircular con empeine o metatarso del pie
- Ataque descendente con talón y planta del pie
- Ataque de aducción con borde interno del pie
- Ataque de abducción con borde externo del pie
- Ataque lateral con borde externo del talón del pie
- Ataque en gancho con talón y planta del pie
- Ataque recto hacia atrás con talón del pie
- Ataque circular con talón y planta del pie
- Ataque de desequilibrio empujando con metatarso

Combates Semi – Libres:

- Combates Semi-libres con miembros superiores
- Combates Semi-libres con miembros inferiores
- Combates Semi-libres alternando roles de Atacante y Defensor
- Combates Semi-libres a objetivos predeterminados

Combates Libres:**Rompimientos:**

- Rompimientos en altura
- Rompimientos en longitud
- Rompimientos de potencia con puño o mano
- Rompimientos de potencia con pie
- Rompimientos de potencia usando otras partes del cuerpo
- Rompimientos de destreza a blancos disociados
- Rompimientos creativos y originales

Formas:

- Formas Taeguk
- Formas creativas y originales

Defensa Personal:

- Defensa personal contra tomadas o agarradas
- Defensa personal palo u objeto contundente
- Defensa personal contra arma blanca
- Defensa personal contra arma de fuego
- Defensa personal contra golpe de pie o mano

Fundamentos Técnicos Deportivos del Taekwondo W.T.F.:

- . Fundamentos ofensivos o de ataque
- . Fundamentos de anticipación
- . Fundamentos defensivos o de contraataque
- . Fundamentos posiciones y de desplazamientos
- . Fundamentos complementarios de Finteo, Amague y Bloqueo
- . Fundamentos teóricos

Desglose de Fundamentos Técnicos Deportivos en Taekwondo W.T.F.:**. Fundamentos Ofensivos o de Ataque:**

- Con pies
- Con puños
- Directos
- Indirectos
- Singles
- Combinados
- Mixtos
- Observados

Fundamentos de Anticipación:

- Con pies
- Con puños
- Pura o primer tiempo

- Por distancia o descuido
- Por momento muerto

Anticipación: es la acción técnico – táctica limítrofe entre el ataque y el contraataque, que procura anteponerse a la iniciativa de ataque rival, abortando sus intenciones ofensivas en su fase de inicio (**Anticipación Pura o en Primer Tiempo**).

Se denomina anticipación por distancia o descuido, a la iniciativa ofensiva del competidor, que ejecuta toda vez que el rival invade inconscientemente su distancia media o de acción obligada, sin tener aparentemente un objetivo táctico preconcebido.

Llamamos anticipación por momento muerto, a la iniciativa ofensiva del competidor, que realiza justo después de la orden de inicio de un asalto o reanudación de las acciones por parte del juez central. Igualmente ante cualquier distracción o variación del foco de atención del adversario.

Fundamentos Defensivos o de Contraataque:

- Con pies
- Con puños
- En tiempo de apoyo
- En simultaneidad o segundo tiempo

Contraataque: es la respuesta defensiva agresiva que ejecuta el competidor, Ante un ataque desarrollado por el rival.

La acción de contraataque puede realizarse durante la fase de descenso o justo al momento que el pie del adversario todo el suelo tras realizar una acción de ataque (contraataque en tiempo de apoyo o tercer tiempo). Este tipo de contraataque, es comúnmente precedido por una acción de esquina o bloqueo.

También se puede contraatacar durante la fase de desarrollo o principal de un ataque rival, justo antes que logre conectar su ataque (Contraataque en simultaneidad o segundo tiempo)

Fundamentos Posicionales y de Desplazamientos:

- Guardia derecha
- Guardia izquierda
- Posición abierta
- Posición cerrada o cruzada
- En cambio de guardia normal
- En cambio de guardia por la espalda
- En provocación o aproximación al rival
- En esquivas o alejamiento del rival
- En provocación lineal
- En provocación con paso

Guardia: se refiere a la posición combativa del competidor en relación a sí mismo y será Guardia derecha, cuando su pie derecho se encuentra atrasado, o Guardia izquierda cuando su pie izquierdo sea retrasado.

Fundamentos Complementarios de Finte, Amague y Bloqueo

- Fintas corporales
- Amagues con rodillas
- Bloqueos pasivos
- Bloqueos activos

Finta: en Taekwondo WTF, es la simulación de una iniciativa ofensiva en base sorpresivas gesticulaciones o movimientos cortos y explosivos, realizados con distintas partes del cuerpo del competidor, con el objetivo de confundir o desequilibrar al competidor contrario y poder atacarlo.

Amague: en Taekwondo WTF, es lo mismo que una Finta, sin embargo el engaño se realiza en base a una sesuda acción ofensiva de golpe hacia un blanco determinado, que luego es variado o corregido con un golpe real dirigido hacia un blanco u objetivo del rival.

Fundamentos Teóricos:

- Reglamento de competición vigente
- Bases teóricas de la Técnica
- Bases teóricas de la Táctica o Teoría del Combate Métodos para el trabajo de la resistencia aeróbica:

- Continuo
- A ritmo uniforme
- A ritmo variable
- Fraccionado
- Juegos
- Fartlek

Familia de ejercicios principales para el desarrollo de la resistencia:

- Caminatas
- Trotes
- Juegos Deportivos con reglas especiales
- Fútbol
- Baloncesto
- Juegos de Carreras
- Carreras por diversos lugares y terrenos

El Trabajo de La Velocidad:

Familia de ejercicios principales para el desarrollo de La Velocidad:

- Juegos de relevos
- Juegos deportivos con reglas especiales (fútbol, baloncesto)

- Ejercicios de reacción sencilla
- Carreras entre obstáculos
- Carreras con líder
- Carreras progresivas
- Arrancadas en diferentes posiciones iniciales
- Carrera en tramos de 10 a 60 metros
- Juegos pre deportivos
- Carreras con ascensos y descensos de pendientes
- Carreras con cambio de velocidades

El Trabajo de La Fuerza:

Familia de ejercicios principales para el desarrollo de la Fuerza:

- Ejercicios sencillos en parejas sin grandes cargas
- Oposición de fuerza (empujando), traccionando (arrastre, transporte)
- Ejercicios con implemento (pelotas medicinales de 1 a 3 kg)
- Hacia arriba
- Laterales
- Torsiones del tronco
- Ejercicios con su propio cuerpo
- Lanzamiento de pelota medicinal (hasta 3 kg) de frente
- Lanzamiento de pelota medicinal (hasta 3 kg) de espalda
- Lanzamientos de objetos (piedras, palos, trocitos de hierro y otros)
- Desplazamiento en distintas posiciones (cuadrúpeda, reptando).
- Tregar
- Escalar
- Flexiones de brazo con el peso del cuerpo en (brazos, piernas, compartido)
- Flexiones de piernas.

Además dentro del trabajo de fuerza podemos direccionar actividades para el desarrollo de la saltabilidad:

- Juegos con saltos (correr y saltar)
- Salto con ambas piernas hacia arriba, franqueando obstáculos sencillos
- Saltos con cambio de piernas
- Saltos de zigzag hacia diferentes posiciones de las piernas
- Saltos longitudinales

El Trabajo de La Flexibilidad:

Familia de ejercicios principales para el desarrollo de La Flexibilidad:

- Ejercicios con implementos
- Ejercicios sin aparatos (individuales)
- Ejercicios en parejas
- Acrobacia
- Juegos

La Coordinación: Familia de ejercicios principales para el desarrollo de La Coordinación:

- Ejercicios con implementos (lanzamiento de objetos)
- Ejercicios sin aparatos (individuales)
- Ejercicios en pareja (de oposición)
- Ejercicios en grupo (de oposición)
- Movimientos consecutivos
- Juegos de desplazamientos diversos
- Cuadrúpeda (en pronación y supinación)
- Combinaciones de ejercicios.

Taller N° 1

Lunes 1° de abril del 2013

Objetivo: Hacer conocer al niño lo que es taekwondo en breves rasgos históricos, ejecutar movimientos básicos para posteriormente realizar la patada frontal Ap chagüi.			
	Contenido	Dosificación	Indicaciones metodológicas
I N I C I A L	-Historia del deporte. -Protocolo de cortesía y posiciones (Apkubi y Ansogui. -Juegos de integración con mucha risa y alegría.	5 min 3 min 10 min	- Motivación -Dialogo sobre el tema a tratar -Inducir al niño a la práctica de este deporte.
P R I N C I P A L	Ejercicios de flexibilidad. Ejercicios fundamentales encaminados a desarrollar Técnica de pierna Ap chagüi y Técnica de brazos Are maki. Demostración y ejecución de la técnica Ap chagüi por parte del maestro con apoyo en la pared. Perfeccionamiento del contenido impartido	5 min 5 min 5 min 10 min	Enseñanza de las fases de flexión, extensión y recuperación con los niños de cubito supino apoyando los antebrazos. Enseñanza de la patada frontal unilateralmente en series alternas de 10 repeticiones. Enseñanza bilateralmente y de manera estacionaria en 20 repeticiones gritando kihap en todas las ejecuciones,
F I N A L	Juegos pre-deportivos. Ejercicios de flexibilidad Saludos finales	5 min 10 min 2 min	Juego de Ap chagüi en parejas manteniendo un globo de cumpleaños o los pateadores elevado el mayor tiempo posible.
Tiempo total de la clase		1h	

Taller N° 2

Martes 2 de abril del 2013

Objetivo: Hacer conocer al niño lo que es taekwondo en breves rasgos históricos, ejecutar movimientos básicos para posteriormente realizar la patada frontal Ap chagüi,			
	Contenido	Dosificación	Indicaciones metodológicas
I N I C I A L	Saludos iniciales Juego de la Pinta...el niño pillado debe perseguir y tocar a otro. Flexibilidad en parejas diferentes ejercicios sentados y parados.	2 min 8 min 10 min	- Motivación -Reglas del juego -Mantener la posición correcta para el desarrollo de cada uno de los ejercicios.
P R I N C I P A L	Demostración de golpes de puño por parte del profesor, en Are, Montong y OlgulMaki. Identificación de focos o blancos bajo, medio y alto. Repeticiones en posición bípeda. Pateo frontal a la paleta, avanzando y rotando en hileras.	2 min 10-15 min 10 min	Enseñanza de la coordinación básica que relaciona la simultaneidad entre el puño que ejecuta y el puño que se guarda Empuñar correctamente. Extensiones de puño ejecutante o positivo. Retracciones de puño a guardar o negativo Simultaneidad de las acciones entre positivo y negativo en baja velocidad... Simultaneidad en velocidad normal.
F I N A L	Juego de competencia, carreras en postas, formando 2 equipos paralelos. Ejercicios de flexibilidad con él con la ayuda del compañero o sobre una barra de apoyo. Saludos finales	10 min 10 min	Desarrollar la flexibilidad en la barra de apoyo frontal y lateralmente.
Tiempo total de la clase		1h07	

Taller N° 3

Miércoles 3 de abril del 2013

Objetivo: Buen manejo del puño.			
	Contenido	Dosificación	Indicaciones metodológicas
I N I C I A L	Saludos iniciales Juego en parejas saltando sobre el compañero 6 veces, 1 vez cada niño Juego de orientación ..La gallina ciega, póngale la cola al burro Demostración y enseñanza de la posición de jinete, ChumchumSogui.	2 min 5 min 10 min 5 min	- Motivación Reglas del juego
P R I N C I P A L	Ejecuciones de golpes de puño en posición de jinete a distintas alturas, en posiciones singles y luego dobles. Demostración por parte del maestro y después la ejecución de los deportistas de la técnica de bloqueo o defensa Are maki o bloqueo bajo.	5 min 10min	Manteniendo la posición de jinete enseñanza de la coordinación básica que relaciona la simultaneidad entre el puño que ejecuta y el puño que se guarda .Empuñar correctamente. Ejecución de todos los movimientos de bloqueo con fuerza.
F I N A L	Ejercicios de flexibilidad de forma individual y en parejas, con ayuda de una barra de apoyo o en la pared. Despedida	25 min 1 min	Adoptar la posición correcta demostrada para evitar una lesión por malo manejo de la biomecánica del movimiento.
Tiempo total de la clase			1h05

Taller N° 4

Jueves 4 de abril del 2013

Objetivo: Conocer cada una de las posiciones básicas de este deporte.			
	Contenido	Dosificación	Indicaciones metodológicas
I N I C I A L E S	Saludos iniciales Calentamiento (Preparación física general y específica). Tenis en parejas utilizando paletas como raquetas, con la variante de que el que va al saque toca con la paleta a todo el grupo en un tiempo determinado.	5 min 3 min 20 min	Dialogo sobre el tema a tratar. Tener un control del tiempo para quemar o atrapar a todo el grupo.
P R I N C I P A L	Demostración y enseñanza de Posición Frontal Corta y Larga, Bloqueo zona baja. Competencias de carreras bípedas, en cuatro apoyos de cubito ventral y supino, arrastrándose por el piso rodando simulando un cilindro.	15min 15 min	Tomar en cuenta que la posición corta se lo realiza de manera frontal .Adoptamos la misma posición a la que cuando vamos a caminar. En la posición larga o adelantada procuramos dejar extendida la pierna trasera.
F I N A L	Repeticiones abdominales (20) Protocolo de cortesía al finalizar la clase.	5 min 2 min	Realizar las repeticiones abdominales con la ayuda de un compañero para evitar que se desvié la posición de la columna vertebral.
Tiempo total de la clase		1h05	

Taller N° 5

Viernes 5 de abril del 2013

Objetivo Ejecución de golpes de puño a diferentes alturas al aire y la paleta.			
	Contenido	Dosificación	Indicaciones metodológicas
I N I C I A L	Saludos iniciales Juego de la pinta Flexibilidad en parejas...diferentes ejercicios sentados y parados. Preparación física general y específica.	2 min 5 min 15 min	- Motivación Reglas del juego
P R I N C I P A L	Demostración del profesor golpes de puño bajo, medio y alto avanzando. Niños observan después ejecutan. Golpe de puño a la paleta, avanzando y rotando en hileras.	3 min 15min	Enseñanza de la coordinación básica que relaciona la simultaneidad entre el puño que ejecuta y el puño que se guarda Empuñar correctamente. Golpes de puños Singles:Jan bon jirugui Dobles:DubonJirugui Triples: Se bónJirugui
F I N A L	Juego de competencia, carreras en postas, formando 2 equipos paralelos. Flexibilidad en parejas o sobre una barra de apoyo o pared. Despedida	10 min 10 min 2 min	Desarrollar la flexibilidad en la barra de apoyo frontal y lateralmente.
Tiempo total de la clase		1h05	

6.7 Metodología. Modelo Operativo.

ESTRATEGIAS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RESPONSABLES	PRODUCTO
SENSIBILIZAR	Motivar al personal de la escuela Fe y Alegría.	Concienciar a las autoridades, entrenador, niños y padres de familia sobre la importancia de la práctica del Taekwondo	Investigador	Personal de la Escuela Fe y Alegría motivada.
PROMOCIONAR	Fomentar la práctica de los fundamentos técnicos del Taekwondo.	Mediante boletines y trípticos.	Investigador Autoridades	Conocimiento de los fundamentos técnicos del Taekwondo docente, entrenador, niños y padres de familia.
PLANIFICAR	Organizar agendas de trabajo al personal de la escuela Fe y Alegría	Mediante circulares y oficios.	Investigador. Autoridades.	Equipo de trabajo organizado.
CAPACITAR	Actualizar conocimientos en temas relacionados al aprendizaje del Taekwondo.	Talleres. Conferencias. Diálogos. Demostraciones.	Investigador Autoridades.	Personal capacitado.
SELECCIONAR	Elegir al técnico con conocimiento sobrefundamentos de Taekwondo.	Priorizar temas sobre talleres prácticos del Taekwondo.	Autoridades Investigador Personal capacitado.	Personal seleccionado.

ESPECIFICAR	Delegar funciones al personal capacitado que compartirán Teoría y Práctica sobre Taekwondo.	Coordinación con autoridades y técnico para planificación, organización y ejecución de la propuesta.	Investigador Autoridades.	Personal técnico organizado.
EVALUAR	Revisar las actividades planificadas.	Optimizar lo planificado con pautas como: Qué hacer, Cómo hacer, Cuándo hacer, para qué hacer.	Autoridades. Investigador Técnico Personal Capacitado.	Conocimiento efectivo de la organización y toma de decisiones.
SOCIALIZAR	Informar a la comunidad de la escuela Fe y Alegría, sobre la actividad a realizarse.	Socialización mediante diálogos motivacionales, circulares, folletos, trípticos y videos.	Autoridades. Investigador Técnico Personal Capacitado.	Propuesta socializada
EJECUTAR	Compartir las actividades de la propuesta	Asistencia del personal de la escuela a los Talleres.	Autoridades. Investigador Técnico Personal Capacitado.	Propuesta puesta en marcha.

6.8 Administración

La propuesta será administrada por el investigador y autoridades de la escuela Fe y Alegría.

Cuadro No. 17

TIEMPO ACTIVIDADES	2.013															
	ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
SEMANAS	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
SENSIBILIZAR	■	■														
PROMOCIONAR			■	■												
PLANIFICAR					■	■										
CAPACITAR							■	■								
SELECCIONAR									■							
ESPECIFICAR										■	■					
EVALUAR												■	■			
SOCIALIZAR														■		
EJECUTAR															■	■

Elaborado por: Lic.Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

6.9 Previsión de la evaluación

Con antelación a la evaluación del proyecto, se ha examinado la coherencia de los componentes del mismo, su esquema estructural, en lo inherente al tema, planteamiento del problema, justificación, objetivos, marco teórico, hipótesis, metodología, análisis e interpretación de resultados, conclusiones, recomendaciones y la propuesta, para ejecutarla de acuerdo a los lineamientos y toma de decisiones de las autoridades.

Auditoría Interna: Se realizará un seguimiento íntegro a los talleres prácticos de Taekwondo y su influencia en la Formación Integral de los niños y niñas de séptimo año de la escuela Fe y Alegría de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua..

Auditoría Externa: Se realizará diálogos permanentes con las autoridades, técnico y padres de familia para conocer si los niños y niñas deportistas están interiorizando la Formación Integral en forma positiva.

BIBLIOGRAFIA

ACTIVIDAD FÍSICA – Deportiva(1998).. INEF Lleida. España.

AICARDI, A. (1985).La disposición esencial infantil como problema social. Gimnasia médica. Editorial Minerva. Roma.

ÁLVAREZ, I. (1998 A).Proceso General de la Investigación. Universidad Central de Las Villas, Cuba.

ANGUERA, M. & A. BLANCO (2000).La metodología observacional en el deporte: conceptos básicos. Revista Digital efdeportes. Buenos Aires.

BALHEIM K, (1975)Deporte y Educación Física. Conferencia ISCF, Granma.

BOLOBAN, V. N. (1990).El sistema de aprendizaje de los movimientos estado dinámico. Resumen de Tesis Doctoral en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Kiev.

BRIÑONES, A. (2005).Propuesta metodológica para la enseñanza de la técnica Básica Ap chagüí en niños que inician la práctica del Taekwondo. Tesis en Opción al grado de Doctor en Ciencias del Deporte. Universidad de las Palmas de Gran Canarias. España.

BRIÑONES, A. (1998).La postura corporal y la conducta espacial: Una condición para iniciar la enseñanza de las técnicas de ataque con el pie. INDER. Granma.

BRIÑONES, A. (2004).Análisis de la postura corporal en la enseñanza. Un acercamiento al entrenamiento actual del Taekwondo. Simposio Internacional de Deportes de Combate. Holguín. Cuba.

BRIÑONES FERNÁNDEZ, A. (2006).Estudio de la combinación de la postura corporal de cúbito supino y bípedo para la enseñanza de la técnica Ap. Chagui en niños que inician la práctica del Taekwondo: una alternativa metodológica. La Habana, Tesis doctoral.

CAILLIET, R. (1977).Dolor sacrolumbálgico. Editorial Minerva. Roma.

CALLIGARIS, A. (1983).Didáctica del movimiento. Editorial Minerva. Roma.

CIAMMARONI, E. (1978).El movimiento racional. Editorial Minerva. Roma.

FERRY, H. (1982)El trabajo en grupo. Ed. Paídos, Buenos Aires.

GIMÉNEZ, J. (2001).La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva.Efedeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 6, N° 31.

GONZÁLEZ, F. (2000).Influencia del nivel de desarrollo cognitivo en la toma de decisión durante los juegos motores de situación. efeeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 5, N° 25.

GONZÁLEZ, F. (2001)La motivación en niños, adolescentes y jóvenes. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

HERRERA, NARANJO, MEDINA. Módulo de corrientes, métodos y técnicas de la investigación educativa. Ambato – Ecuador.

HERRERA, NARANJO, MEDINA. Guía de proyectos de investigación social y educativa. Ambato – Ecuador.

HERRERA, NARANJO, MEDINA. Tutoría de la investigación. Editorial Diemerino. Quito – Ecuador.

HERRERA, NARANJO. Currículo por Competencias. Colección Sembrar para el futuro. Ambato – Ecuador.

LAZARUS, R. (2000).La coordinación de los escolares. Editado por Polymia. Minsk.

LÓPEZ, M. (2000).Tendencias de la Educación Física y el Deporte Contemporáneos: Aportes y limitaciones. ISCF. La Habana. Cuba.

LÓPEZ, M. (1998).Fisiología del ejercicio. Editora Médico, Panamericana, S.A.

MAYO, J. (2003)El camino de las Artes Marciales. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

MICHEL, D. (1995).Taekwondo. Editorial Paidotribo. Barcelona.

MUNNÉ, F. (1980)Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico. México, Trillas.

PLATANOV, V. (1991).La adaptación en el Deporte. Editorial Paidotribo. Barcelona. España.

PSICOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DEL DEPORTE. (1973) La Habana, Instituto Cubano del Libro.

PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD (1984) La Habana, Editorial Ciencias Sociales.

ZATSIORSKI, V. (1989).Metrología Deportiva. Editorial Planeta. Moscú.

LINKOGRAFÍA O PÁGINAS EN INTERNET

MASTAEKWONDO.com www.masTaekwondo.com /

info@mastaekwondo.com

http://www.monografias.com

http://www.elnavegante.com

http://www.elrincondelvago.com

http://www.espanol.yahoo.com

ANEXOS

ANEXO N. 1

ENCUESTA
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
CENTRO DE ESTUDIOS DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

CUESTIONARIO PARA NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO ESCUELA FE Y
ALEGRÍA DEL CANTÓN AMBATO

Objetivo: Investigar la práctica del taekwondo y su influencia en la formación integral en los niños y niñas de la escuela Fe y Alegría de la ciudad de Ambato.

Instructivo: Lea detenidamente cada pregunta y señale la alternativa que usted crea conveniente.

Cuestionario.

1. ¿Le gusta practicar la disciplina deportiva del Taekwondo?

SI.....NO.....

2. ¿La práctica de la disciplina del Taekwondo desarrolla el sistema corporal y fisiológico del niño?

SI.....NO.....

3. ¿En el aprendizaje del taekwondo se estimula la técnica y la táctica en los niños?

SI.....NO.....

4. ¿Prácticas la disciplina del Taekwondo, motivado para fines recreativos o competitivos?

Recreativos.....Competitivos....

5. ¿La práctica de las actividades físicas ayuda el desarrollo de las actitudes en el niño?

SI.....NO.....

6. ¿La práctica deportiva propicia la creatividad en los niños?

SI.....NO.....

7. ¿El dialogo y la comunicación favorece el desarrollo del pensamiento?

SI.....NO.....

8. ¿Considera Ud. que su forma de SER se debe a la práctica de las actividades físicas deportivas?

SI.....NO.....

9.¿Piensa Ud. Que existe relación entre la práctica del Taekwondo con la formación integral?

SI..... NO.....

10. ¿Participaría Ud.en talleresprácticos de Taekwondo que influya en la Formación Integralde los niños y niñas de séptimo año de la escuela Fe y Alegría del cantón Ambato, provincia del Tungurahua?

SI.....NO.....

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO N. 2

FICHA DE OBSERVACIÓN

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CENTRO DE ESTUDIOS DE POSGRADO

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Objetivo: Conocer de qué manera realizan las prácticas del taekwondo y cómo interactúan con la formación integral los niños y niñas de séptimo año de educación básica de la escuela Fe y Alegría de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua.

Instructivo: Lea detenidamente cada pregunta y señale la alternativa que usted crea conveniente.

Cuestionario.

	GRADO DE DESARROLLO	SI	NO
Capacidades cognitivas			
1	Domina el niño los movimientos básicos del taekwondo		
2	Utiliza el cuerpo adecuadamente para describir los movimientos en el taekwondo		
3	Analiza el niño y la niña de forma adecuada las relaciones entre práctica del taekwondo y comportamiento con el entorno		
4	Realiza construcciones nuevas en la práctica del taekwondo		
5	Construye movimientos sostenidos basados en una motricidad adecuada para el taekwondo		
6	Conoce y aplica movimientos simétricos que expresan un lenguaje corporal óptimo en las prácticas		
7	Realiza y Aprecia la simetría de las figuras en los movimientos del taekwondo.		
8	Usa las herramientas corporales como giros. saltos		

	para construir movimientos		
ACTITUDES, VALORES, HÁBITOS Y TRABAJO EN CLASE			
1	Está atento a las explicaciones del profesor		
2	Acepta las correcciones e intenta mejorarlas.		
3	Trae el material necesario para trabajar en este deporte		
4	Participa y expone cuando se lo solicita.		
5	Trabaja de forma individual y en conjunto.		
6	Pregunta dudas al profesor en clase		
7	Ayuda a sus compañeros, en caso de necesidad		

Elaborado por: Lic. Clemente Wilfrido Arévalo Sánchez

GRACIAS POR TÚ COLABORACIÓN



















