



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Facultad de Aprendizaje Lenguas y Comunicación

Trabajo de Titulación como requisito previo para la obtención del título de Magíster en
Educación, Mención Educación Física y Deporte

**Título: Diseño de Planificación microcurricular para la enseñanza aprendizaje del
Karate-Do estilo Shotokan en Niños de 10 a 11 Años, en el Bloque Curricular de
Prácticas Deportivas, en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo**

Autor: Henry Alejandro Verduga Shiguango

Directora: Mtr. Thania Quintero Castellano

Quito, 21 de enero, 2026

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, HENRY ALEJANDRO VERDUGA SHIGUANGO con C.I. 1722259593 autor del trabajo de graduación titulado **Diseño de planificación microcurricular para la enseñanza aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan en Niños de 10 a 11 años, en el bloque curricular de prácticas deportivas, en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo**, previa a la obtención del grado académico de **MAGISTER EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE** en la Facultad de **Aprendizaje Lenguas y Comunicación**

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad central del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 21 de enero de 2026



Henry Alejandro Verduga Shiguango
1722259593

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi carácter de Directora del Trabajo de Posgrado Titulado: **“Diseño de planificación microcurricular para la enseñanza aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan en Niños de 10 a 11 años, en el bloque curricular de prácticas deportivas, en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo”**, presentado por el maestrante **Henry Alejandro Verduga Shiguango**, titular de la Cédula de Identidad N.º 1722259593, para optar al Grado de Magíster en Educación con Mención en Educación Física y Deporte, considero que dicho Trabajo de Investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación por parte de los Lectores – Evaluadores que se designen para tal fin por parte de las autoridades de la Facultad de Aprendizaje Lenguas y Comunicación.

En la ciudad de Quito, a los 21 días del mes de enero del 2026.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Thania", is shown above a horizontal line.

Mtr. Thania Quintero Castellano
C.I 1756755912
Correo: tquintero@puce.edu.ec
#Teléfono: 0992503030

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, Henry Alejandro Verduga Shiguango, titular de la Cédula de Identidad N.º 1722259593, declaro que los resultados obtenidos en la investigación que presento como informe final, previo la obtención del Grado de Magíster en Educación, mención en Educación Física y Deporte son absolutamente originales, auténticos y personales.

En tal virtud, declaro que el contenido, las conclusiones y los efectos legales y académicos, que se desprenden del trabajo de investigación, y luego de la redacción de este documento, son y serán de mi sola y exclusiva responsabilidad legal y académica.

Quito, a los 21 días del mes de enero de 2026.



HENRY ALEJANDRO VERDUGA SHIGUANGO

C.I 1722259593

AGRADECIMIENTO

Expreso mi sincero agradecimiento a Dios por brindarme la vida, la salud y la fortaleza necesarias para culminar esta etapa tan importante de mi formación académica.

Agradezco profundamente a mis padres por su apoyo incondicional, sacrificio y motivación constante, pilares fundamentales en mi desarrollo personal y profesional.

Mi gratitud especial a Thania Quintero Castellano, por su apoyo, acompañamiento y motivación a lo largo de este proceso académico.

De manera especial, agradezco a mi tutora, por su orientación, paciencia y valiosos conocimientos brindados durante el desarrollo del presente trabajo, los cuales fueron esenciales para su correcta culminación.

Finalmente, agradezco a mi novia, familiares y amigos por su comprensión, apoyo moral y palabras de aliento, que me impulsaron a no rendirme y alcanzar este objetivo.

DEDICATORIA

Gracias a Dios por concederme la vida, la salud y la fortaleza necesarias para culminar esta etapa tan importante de mi formación académica.

Dedico este logro a mis padres, Moisés Verduga y Nelly Shiguango, por su amor incondicional, sacrificio, apoyo constante y por inculcarme valores que han guiado mi camino personal y profesional.

De manera especial, dedico este trabajo a mi novia, quien desde el primer día estuvo a mi lado brindándome apoyo, motivación y comprensión, ayudándome a superar cada dificultad y alentándome a no rendirme en este proceso.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	11
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
1.2. Formulación del problema.....	15
1.3. Preguntas directrices.....	15
1.4. Objetivos de la investigación.....	15
1.4.2. Objetivos específicos.....	15
1.5. Justificación de la investigación.....	16
CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	18
2.1. Antecedentes de la investigación.....	18
2.2. Bases teóricas	19
2.2.1. Fundamentos del Karate-Do Estilo Shotokan	20
2.2.2. Pedagogía Deportiva y Desarrollo Infantil.....	20
2.2.3. Diseño de Recursos Didácticos y Metodologías Activas	20
2.2.4. Valores y Formación Integral	21
2.2.5. Contexto Escolar y Actividades Extracurriculares	22
2.2.6. Relación con la presente investigación.....	23
2.3. Origen y filosofía del Karate-Do estilo Shotokan	25
2.3.1. Principios Filosóficos del Shotokan	25
2.3.2. Desarrollo y expansión del Shotokan	26
2.3.3. El Shotokan como Herramienta Educativa.....	26
2.4. Estructura del entrenamiento: kihon, kata y kumite	27
2.4.1. Kihon: la base de todo	28
2.4.1.1. Objetivos y Beneficios del Kihon.....	29
2.4.1.2. Metodología de Enseñanza del Kihon	29
2.4.1.3. Relación entre el Kihon y los Otros Pilares del Karate-Do.....	29
2.4.1.4. El Kihon como Formación Integral	30
2.4.2. Kata: el arte en movimiento	30
2.4.2.1. Importancia técnica y filosófica del Kata	31
2.4.2.3. El Kata como herramienta educativa.....	33
2.4.2.4. Relación del Kata con el Kihon y el Kumite	34
2.5. Pedagogía deportiva en el contexto escolar.....	36
2.5.1. Principios de la Pedagogía deportiva.....	36
2.5.2. Características del aprendizaje en niños de 10 a 11 años	38
2.5.2.1. Desarrollo cognitivo y procesos de aprendizaje	38

2.5.2.2.	Desarrollo económico y social	40
2.5.2.3.	Desarrollo físico y motor	42
2.5.3.	Estilos de aprendizaje en niños de 10 a 11 años	44
2.5.4.	Métodos pedagógicos aplicados a las artes marciales	46
2.5.4.1.	Métodos Tradicionales vs. Métodos Modernos	47
2.5.4.2.	Desarrollo integral y valores formativos	48
2.5.4.3.	El Karate Do como Herramienta para el Desarrollo Integral	49
2.5.4.4.	Valores Formativos en la Enseñanza del Karate Do	50
2.6.	Actividades extracurriculares en la educación formal	51
2.7.	Rol de las guías metodológicas en el éxito de programas extracurriculares ..	53
2.7.1.	Guías Didácticas: Entrenamiento deportivo	53
2.8.	Fundamentación legal	55
2.9.	Constitución de la República del Ecuador	56
2.10.	Ley Orgánica de Educación Intercultural	56
2.11.	Ley del Deporte, Educación Física y Recreación	57
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA		59
3.	Enfoque de investigación	59
3.1.	Población y muestreo	60
3.2.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	60
3.3.	Operacionalización de variables	62
3.4.	Técnicas de análisis de datos	63
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS		64
4.1.	Análisis de resultados cuantitativos	64
4.2.	Análisis de resultados cualitativos	75
4.3.	Discusión de resultados	82
CAPÍTULO V: PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA		84
5.1.	Descripción de la propuesta	84
5.2.	Justificación de la propuesta	84
5.3.	Objetivos de la propuesta	84
5.4.	Temporización de la propuesta	85
5.5.	Beneficiarios de la propuesta	85
5.6.	Metodología de la propuesta	85
5.7.	Periodo de ejecución de la propuesta	85
5.9.	Estructura Curricular de la Planificación	86
6.1.	Conclusiones	118

6.2. Recomendaciones	118
Referencias Bibliográficas.....	120
Anexos.....	125
Instrumento de recolección de datos	125

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de variables	62
Tabla 2. Género.....	64
Tabla 3. Título académico.....	65
Tabla 4. Factor que más limita la efectividad del programa de Karate-Do para niños de 10-11 años en la institución	66
Tabla 5. Enfoque metodológico actual de la enseñanza del Karate-Do	67
Tabla 6. Uso de instrumentos en la institución instrumentos de evaluación objetivos ..	68
Tabla 7. Principio rector del Shotokan	71
Tabla 8. Progresión didáctica.....	72
Tabla 9. La aplicación de la Práctica Variable (Pigott, 1985) en la clase de Karate-Do	73

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. ¿Qué tipo de actividades didácticas (juegos, ejercicios) considera que generan mayor desinterés o fatiga en los niños de 10-11 años durante la clase de Karate-Do? Actividad o tipo de ejercicio.	75
Gráfico 2. ¿Qué significa fomentar la Metacognición en un estudiante antes de que ejecute una técnica (ej. Una postura), según el aprendizaje motor?	77
Gráfico 3. Función principal que cumple el Kata (Forma) dentro de la estructura de entrenamiento (Kihon→Kata→Kumite).	79
Gráfico 4. Estrategia que pueda aplicar en un ejercicio de Kumite	81

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Facultad de Aprendizaje Lenguas y Comunicación

Maestría en Educación

Mención Educación Física y Deporte

Diseño de Planificación microcurricular para la enseñanza aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan en Niños de 10 a 11 Años, en el Bloque Curricular de Prácticas Deportivas, en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo

Autor: Henry Alejandro Verduga Shiguango

Directora-Tutora: Mtr. Thania Quintero Castellano

Fecha: 21 de enero de 2026

RESUMEN

La presente investigación aborda la problemática de la enseñanza empírica y la falta de planificación técnica en la instrucción del Karate-Do, estilo Shotokan, dentro del ámbito escolar. El estudio se centra en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, donde se identificó que el proceso de enseñanza-aprendizaje en niños de 10 a 11 años carece de una estructura pedagógica orientada al desarrollo integral. El objetivo principal es diseñar una planificación microcurricular para el bloque de Prácticas Deportivas que articule los fundamentos técnicos del arte marcial con principios pedagógicos contemporáneos. Bajo un enfoque de investigación mixto (cualitativo y cuantitativo), se aplicaron encuestas y fichas de observación para diagnosticar el estado actual de la instrucción. Los resultados evidenciaron una tendencia hacia la repetición mecánica y una ausencia de instrumentos de evaluación, estandarizados, lo que limita el progreso motor y socioemocional del estudiante. La propuesta consiste en una guía metodológica que integra secuencias didácticas basadas en el modelo de práctica variable y el refuerzo de valores éticos. Se concluye que la implementación de una planificación científica no solo optimiza la adquisición técnica de kihon, kata y kumite, sino que fortalece la disciplina, la resiliencia y el control emocional en la etapa escolar, transformando la práctica deportiva en una herramienta educativa, sistémica y eficiente.

PALABRAS CLAVE: educación física, Karate-Do Shotokan, planificación microcurricular, prácticas deportivas, pedagogía deportiva

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Facultad de Aprendizaje Lenguas y Comunicación

Maestría en Educación

Mención Educación Física y Deporte

Microcurriculum Design for Teaching and Learning Shotokan-Style Karate-Do To children aged 10 to 11, in the Sports Practices Curriculum Block, at the Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo

Author: Henry Alejandro Verduga Shiguango

Director-Counselor: Mtr. Thania Quintero Castellano

Date: 21 de enero de 2026

ABSTRACT

This research addresses the problem of empirical teaching and the lack of technical planning in the instruction of Shotokan-style Karate-Do in schools. The study focuses on the Eugenio Espejo Municipal Educational Unit, where it was identified that the teaching-learning process for children aged 10 to 11 lacks a pedagogical structure oriented towards comprehensive development. The main objective is to design a micro-curriculum plan for the Sports Practices block that articulates the technical fundamentals of martial arts with contemporary pedagogical principles. Using a mixed research approach (qualitative and quantitative), surveys and observation sheets were applied to diagnose the current state of instruction. The results showed a tendency toward mechanical repetition and an absence of standardized assessment tools, which limits students' motor and socio-emotional progress. The proposal consists of a methodological guide that integrates teaching sequences based on the variable practice model and the reinforcement of ethical values. It is concluded that the implementation of scientific planning not only optimizes the technical acquisition of kihon, kata, and kumite, but also strengthens discipline, resilience, and emotional control in the school stage, transforming sports practice into an educational, systemic, and efficient tool.

KEYWORDS: physical education, Shotokan Karate-Do, microcurriculum planning, sports practices, sports pedagogy

INTRODUCCIÓN

La enseñanza del Karate-Do, particularmente en su estilo Shotokan, trasciende la mera instrucción de técnicas de combate para posicionarse como una herramienta educativa fundamental en el desarrollo integral del ser humano. Esta disciplina milenaria, fundamentada en la unión de la fortaleza física, el control mental y la interiorización de valores éticos, ofrece beneficios significativos en la edad escolar, tales como la mejora de habilidades motoras, la promoción de la autodisciplina y el fortalecimiento socioemocional.

Sin embargo, en contextos educativos específicos como el de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, se ha identificado que la práctica de esta arte marcial en actividades extracurriculares carece de una estructura pedagógica sólida. Actualmente, los procesos de enseñanza se ejecutan de manera empírica, basándose predominantemente en la repetición monótona y en la experiencia técnica del instructor, sin contar con guías metodológicas que consideren las características biopsicosociales de los estudiantes.

Esta carencia de planificación científica genera un desaprovechamiento del potencial formativo del Karate-Do, provocando desinterés, fatiga y dificultades en el aprendizaje técnico de los niños de 10 a 11 años. Es en este rango de edad donde el niño atraviesa el estadio de las operaciones concretas, una etapa crítica que demanda una transición de la repetición mecánica hacia la flexibilidad de pensamiento y la comprensión táctica.

La presente investigación propone el diseño de una planificación microcurricular para el bloque de Prácticas Deportivas, centrada en el estilo Shotokan. A través de un enfoque de investigación mixto, se diagnostican las debilidades operativas de los docentes y se fundamenta una propuesta que integra principios contemporáneos como la práctica variable, la metacognición y el kumite formativo.

El trabajo se estructura en seis capítulos:

- **Capítulo I:** Plantea el problema de improvisación pedagógica y define los objetivos orientados a fortalecer el desarrollo motor y socioemocional.
- **Capítulo II:** Establece las bases teóricas, analizando el Karate-Do desde la pedagogía deportiva y el desarrollo infantil.

- **Capítulo III:** Detalla la metodología mixta y los instrumentos de recolección de datos aplicados a la población docente.
- **Capítulo IV:** Presenta el análisis de resultados, donde se evidencia la necesidad urgente de una guía estructurada para mitigar la subjetividad evaluativa y la monotonía técnica.
- **Capítulo V:** Desarrolla la propuesta curricular con secuencias didácticas estandarizadas para Kihon, Kata y Kumite. Además, expone las conclusiones y recomendaciones para la implementación de este modelo pedagógico en el contexto escolar municipal.

Con esta propuesta, se busca que el Karate-Do en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo no sea solo una actividad recreativa, sino una experiencia educativa transformadora que contribuya a la formación de ciudadanos disciplinados, resilientes y respetuosos.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El Karate-Do, especialmente en su estilo Shotokan, es reconocido mundialmente no solo como un arte marcial, sino también como una herramienta educativa que fomenta el desarrollo integral de sus practicantes (Nakayama, 1986). Entre los beneficios que aporta a los niños se encuentran la mejora de habilidades motoras finas y gruesas, la promoción de valores como la disciplina y el respeto, y el fortalecimiento de la autoestima y el autocontrol (Lakes & Hoyt, 2004). Sin embargo, para que estos beneficios se materialicen, es esencial que la enseñanza esté respaldada por una metodología adaptada a las características específicas de los niños en edad escolar.

En el caso de los niños de 10 a 11 años, su etapa de desarrollo se caracteriza por un rápido crecimiento físico, la consolidación de habilidades motoras y la necesidad de fomentar habilidades socioemocionales clave, como la cooperación y el trabajo en equipo (Gallahue & Donnelly, 2003). No obstante, en muchos contextos educativos, como la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, las actividades extracurriculares de Karate-Do se llevan a cabo de manera improvisada o basadas únicamente en la experiencia del instructor, sin contar con guías metodológicas estructuradas que integren enfoques pedagógicos actualizados (Gutiérrez-García & Pérez-Gutiérrez, 2018).

Este vacío metodológico genera varios problemas:

1. **Desaprovechamiento del potencial educativo del Karate-Do:** Sin una metodología clara, los niños no logran interiorizar de manera efectiva los valores y habilidades que esta disciplina busca inculcar, como la perseverancia, el autocontrol y el respeto hacia los demás.
2. **Dificultades en el aprendizaje técnico:** La ausencia de progresiones pedagógicas adaptadas puede llevar a los niños a desmotivarse o frustrarse al no lograr dominar las técnicas básicas (kihon), las formas (katas) y los principios del combate (kumite).
3. **Desinterés o abandono:** Un enfoque de enseñanza que no considere las características psicológicas y sociales de los niños en esta etapa puede generar desinterés o incluso abandono de la práctica, limitando los beneficios físicos, mentales y emocionales que el Karate-Do puede ofrecer.

En el contexto de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, estos problemas se agravan por la falta de recursos didácticos específicos diseñados para la enseñanza del Karate-Do a niños de 10 a 11 años. La institución carece de materiales educativos, como manuales o guías metodológicas, que puedan orientar a los instructores en la planificación y ejecución de las clases. Esto limita la posibilidad de estructurar actividades progresivas y adaptadas a las capacidades físicas, cognitivas y emocionales de los estudiantes, reduciendo así la efectividad del aprendizaje.

A esta carencia se suma la falta de programas de capacitación profesional dirigidos a los instructores de Karate-Do, quienes, en su mayoría, poseen formación técnica en el arte marcial, pero no cuentan con conocimientos sólidos en pedagogía infantil ni en estrategias de enseñanza diferenciada. Esta situación no solo dificulta la implementación de métodos didácticos innovadores, sino que también restringe la capacidad de los instructores para abordar de manera integral las necesidades individuales de los niños, como la diversidad en los ritmos de aprendizaje o las diferencias en habilidades motoras.

Otro factor crítico es la inexistencia de una evaluación sistemática del impacto de las actividades extracurriculares en el desarrollo integral de los estudiantes. La institución no cuenta con herramientas o indicadores claros para medir los avances en las áreas física, social y emocional de los niños, lo que impide identificar fortalezas y áreas de mejora en el programa de Karate-Do. Sin esta retroalimentación, resulta difícil justificar la continuidad de las actividades o implementar ajustes que potencien su efectividad.

Además, estas limitaciones operan en un contexto donde el Karate-Do podría ser una herramienta clave para enfrentar problemáticas comunes en la etapa escolar, como el déficit de actividad física, la falta de disciplina o la necesidad de fomentar valores como el respeto y la perseverancia. Sin embargo, la ausencia de una metodología estructurada y de un enfoque pedagógico sólido no permite aprovechar plenamente el potencial educativo y formativo de esta disciplina, lo que pone en riesgo su sostenibilidad como actividad extracurricular significativa dentro de la institución.

En consecuencia, abordar estas deficiencias se vuelve esencial para garantizar que el Karate-Do no solo sea una actividad recreativa, sino una experiencia transformadora que contribuya al desarrollo integral de los estudiantes, al tiempo que enriquezca la oferta educativa de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo.

1.2. Formulación del problema

¿Cómo diseñar e implementar una guía metodológica para la enseñanza-aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan que responda a las necesidades específicas de los niños de 10 a 11 años en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, maximizando los beneficios educativos y formativos de esta disciplina?

1.3. Preguntas directrices

1. ¿Qué principios pedagógicos y técnicos deben integrarse en la guía metodológica para adaptarse a las características físicas, cognitivas y emocionales de los niños de 10 a 11 años?
2. ¿Cómo estructurar una progresión de enseñanza que facilite el aprendizaje de las técnicas fundamentales del estilo Shotokan?
3. ¿Qué estrategias evaluativas se pueden emplear para medir el impacto de la guía en el desarrollo integral de los niños?
4. ¿Cuáles son las limitaciones y oportunidades en el contexto de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo para implementar la guía?

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Diseñar una planificación microcurricular para la enseñanza-aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan, dirigida a niños de 10 a 11 años de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, integrada en el bloque curricular de Prácticas Deportivas, con el fin de fortalecer el desarrollo motor y socioemocional mediante una metodología estructurada y adaptada.

1.4.2. Objetivos específicos

Diagnosticar el estado actual de los procesos de enseñanza-aprendizaje del Karate-Do y el nivel de conocimiento de los docentes sobre las bases pedagógicas, el desarrollo infantil en el estadio de operaciones concretas y la progresión técnica del estilo Shotokan.

Fundamentar teórica y metodológicamente los componentes de la planificación microcurricular, integrando principios de la práctica variable, la metacognición y el Kumite formativo para superar la monotonía y la fatiga en los estudiantes de nivel escolar.

Elaborar una propuesta de diseño de planificación microcurricular que estandarice las secuencias didácticas de Kihon y Kata, incorpore instrumentos de evaluación objetivos y promueva estrategias axiológicas de honestidad y respeto en el contexto de la educación física municipal.

1.5. Justificación de la investigación

El Karate-Do estilo Shotokan no solo es un arte marcial reconocido mundialmente, sino también una herramienta educativa que contribuye al desarrollo integral de sus practicantes. En el caso de los niños de 10 a 11 años, esta disciplina puede jugar un papel clave en el fortalecimiento de habilidades motoras, cognitivas y socioemocionales, además de inculcar valores como la disciplina, el respeto y la perseverancia. Sin embargo, para que estos beneficios se materialicen, es esencial contar con una metodología de enseñanza estructurada y adaptada a las necesidades propias de esta etapa del desarrollo infantil.

En el contexto de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, las actividades extracurriculares de Karate-Do carecen de una guía metodológica específica que integre principios pedagógicos modernos con las técnicas tradicionales del estilo Shotokan. Esto limita tanto la efectividad del aprendizaje técnico como el potencial formativo de la disciplina, generando un desaprovechamiento de sus beneficios educativos. La ausencia de recursos didácticos y la falta de capacitación pedagógica para los instructores representan barreras significativas para alcanzar un proceso de enseñanza-aprendizaje integral y contextualizado.

La elaboración de una guía metodológica para la enseñanza-aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan no solo atenderá estas limitaciones, sino que también ofrecerá un enfoque innovador para el desarrollo físico, emocional y social de los niños. Este proyecto está alineado con los principios de la educación integral y busca maximizar el impacto de las actividades extracurriculares en el crecimiento de los estudiantes. Además, el diseño de esta guía permitirá:

1. **Optimizar el proceso de enseñanza:** A través de la estructuración de una metodología progresiva que considere las características específicas de los niños en esta etapa.

2. **Empoderar a los instructores:** Proporcionándoles herramientas pedagógicas prácticas que faciliten su labor y mejoren su capacidad de adaptación a las necesidades del grupo.

3. **Promover la sostenibilidad del programa:** Integrando estrategias evaluativas que permitan medir y retroalimentar continuamente el impacto de la guía en el desarrollo integral de los estudiantes.

Este trabajo es de relevancia no solo para la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, sino también para otras instituciones educativas interesadas en implementar programas de Karate-Do con enfoque pedagógico. Además, contribuye al fortalecimiento de la oferta extracurricular como un espacio de formación complementaria que potencia el aprendizaje y el desarrollo de habilidades fundamentales para los niños en edad escolar.

Por estas razones, el diseño e implementación de esta guía metodológica representa un aporte significativo a la educación y formación integral de los estudiantes, destacando la importancia de combinar prácticas deportivas con enfoques educativos innovadores.

CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1. Antecedentes de la investigación

El Karate-Do, particularmente el estilo Shotokan, ha sido objeto de numerosos estudios que destacan su impacto positivo en el desarrollo integral de niños y jóvenes. A nivel mundial, regional y nacional, la literatura científica ha abordado sus beneficios, así como la necesidad de adaptar su enseñanza a contextos educativos específicos.

A nivel mundial, investigaciones como las de Nakayama (1986) y Funakoshi (1973) subrayan el valor educativo del Karate-Do al combinar técnicas físicas con principios filosóficos y éticos. Estudios recientes, como el de Lakes y Hoyt (2004), evidencian que la práctica del Karate-Do en niños mejora habilidades motoras, disciplina y autocontrol, promoviendo su desarrollo cognitivo y emocional. En este contexto, autores como Gutiérrez-García y Pérez-Gutiérrez (2018) han señalado la importancia de integrar enfoques pedagógicos en la enseñanza de artes marciales para maximizar su impacto formativo.

En Japón, país de origen del estilo Shotokan, se han desarrollado programas escolares que integran el Karate-Do como parte del currículo, logrando resultados positivos en el rendimiento académico, la socialización y la salud física de los estudiantes (Inoue et al., 2011). Sin embargo, estos programas están respaldados por guías metodológicas adaptadas a las edades y características de los practicantes, lo que marca una diferencia significativa con los métodos tradicionales.

En América Latina, investigaciones realizadas en Brasil y México destacan el papel del Karate-Do en la promoción de valores y habilidades sociales. Por ejemplo, en Brasil, Sousa et al. (2018) estudiaron cómo la práctica del Karate-Do impacta la autoestima y la resiliencia en niños de escuelas públicas, concluyendo que un enfoque metodológico estructurado es clave para obtener estos beneficios.

En Colombia, Álvarez y Ramírez (2020) exploraron la implementación de programas de artes marciales en contextos escolares, identificando la falta de capacitación de los instructores y la carencia de recursos didácticos como obstáculos para el éxito de estas iniciativas. Esto subraya la necesidad de diseñar materiales pedagógicos específicos que integren principios técnicos y educativos.

En Ecuador, las artes marciales han ganado popularidad como actividades extracurriculares en instituciones educativas. Sin embargo, los estudios sobre su implementación con enfoques pedagógicos aún son limitados. Investigaciones realizadas en Quito por Martínez y Espinosa (2019) analizan la influencia de actividades deportivas en el desarrollo socioemocional de niños en edad escolar, concluyendo que disciplinas como el Karate-Do pueden ser altamente efectivas si están acompañadas de metodologías estructuradas.

Por otro lado, en Guayaquil, López (2021) realizó un estudio sobre el impacto del Karate-Do en la salud física de niños de 8 a 12 años, resaltando la necesidad de programas que incluyan tanto aspectos técnicos como valores formativos. Este estudio identificó la falta de guías metodológicas adaptadas como una limitación importante para el aprovechamiento del Karate-Do en el ámbito educativo.

A pesar de la creciente evidencia sobre los beneficios del Karate-Do, tanto a nivel internacional como regional, los estudios coinciden en la necesidad de contar con guías metodológicas adaptadas a las características de los practicantes, especialmente en edades escolares. En Ecuador, este vacío es aún más evidente, pues las instituciones educativas que ofrecen Karate-Do como actividad extracurricular lo hacen sin un respaldo pedagógico adecuado.

Por lo tanto, la presente investigación busca aportar a este campo mediante el diseño e implementación de una guía metodológica específica para el Karate-Do estilo Shotokan, adaptada a las necesidades de niños de 10 a 11 años en la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo. Este trabajo no solo aborda las limitaciones identificadas en estudios previos, sino que también propone un modelo replicable que promueva el desarrollo integral de los estudiantes.

2.2. Bases teóricas

El diseño e implementación de una guía metodológica para la enseñanza-aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan en niños de 10 a 11 años requiere una fundamentación teórica sólida que abarque aspectos pedagógicos, psicológicos, técnicos y contextuales. Las bases teóricas de esta investigación se estructuran en las siguientes áreas:

2.2.1. Fundamentos del Karate-Do Estilo Shotokan

El Karate-Do, y en particular el estilo Shotokan, se basa en principios filosóficos y técnicos que buscan el desarrollo integral del practicante. Según Funakoshi (1973), los pilares del Karate-Do incluyen el fortalecimiento físico, el control mental y la interiorización de valores éticos como la disciplina, el respeto y la perseverancia. Técnicamente, el Shotokan enfatiza movimientos lineales, katas (formas), kihon (técnicas básicas) y kumite (combate), aspectos esenciales que deben ser adaptados pedagógicamente para niños en edad escolar.

Nakayama (1986) refuerza la importancia de una enseñanza estructurada del Karate-Do que permita una progresión gradual en el aprendizaje técnico, asegurando que los niños desarrollen habilidades motoras básicas antes de avanzar hacia técnicas más complejas.

2.2.2. Pedagogía Deportiva y Desarrollo Infantil

La enseñanza del Karate-Do a niños requiere un enfoque pedagógico adaptado a sus características físicas, cognitivas y emocionales. Según Gallahue y Donnelly (2003), los niños de 10 a 11 años están en una etapa de desarrollo motor avanzado, donde la coordinación y el equilibrio pueden ser perfeccionados a través de actividades estructuradas. Además, esta edad es crucial para el desarrollo socioemocional, lo que subraya la necesidad de incorporar estrategias que fomenten la colaboración, el respeto mutuo y la autoestima.

Por su parte, Bompa y Carrera (2005) enfatizan que las actividades deportivas en esta etapa deben ser divertidas, motivadoras y adecuadas al nivel de desarrollo del niño, garantizando un aprendizaje significativo y sostenible.

2.2.3. Diseño de Recursos Didácticos y Metodologías Activas

El diseño de guías metodológicas implica la integración de principios pedagógicos que aseguren la organización y progresión de los contenidos. Según Díaz Barriga y Hernández (2010), una metodología efectiva debe considerar:

- Contexto del aprendiz: Adaptar las actividades a las capacidades, intereses y necesidades del grupo.
- Progresión del aprendizaje: Incluir etapas claras que permitan avanzar desde lo básico hacia lo complejo.
- Evaluación formativa: Implementar herramientas que permitan medir el progreso de manera continua y ajustada a los objetivos de aprendizaje.

La implementación de metodologías activas, como el aprendizaje basado en el movimiento y el juego, es esencial para captar la atención de los niños y fomentar su participación activa (Zabalza, 2004).

2.2.4. Valores y Formación Integral

El Karate-Do no solo busca el desarrollo físico, sino también la formación integral del individuo, abarcando dimensiones cognitivas, emocionales y sociales que son fundamentales para un crecimiento equilibrado. Esta disciplina, a través de sus principios filosóficos y éticos, inculca valores como la disciplina, la perseverancia, el respeto y la humildad, que trascienden la práctica técnica y se reflejan en el comportamiento cotidiano de los practicantes. Estudios como los de Lakes y Hoyt (2004) destacan que la práctica regular de artes marciales, incluyendo el Karate-Do, fomenta el autocontrol, una habilidad clave en el manejo de emociones y la toma de decisiones responsables. Esto es particularmente relevante en niños, ya que les permite regular su comportamiento en diferentes contextos, como el ámbito escolar y social.

Además, la práctica del Karate-Do estimula la empatía, al fomentar el respeto hacia los compañeros y adversarios, así como la valoración de las diferencias individuales. Este componente socioemocional es esencial en la etapa escolar, ya que contribuye a la formación de vínculos positivos y a la resolución pacífica de conflictos. La resiliencia, otra habilidad promovida por el Karate-Do, permite a los niños enfrentar desafíos y superar dificultades, fortaleciendo su capacidad para adaptarse a situaciones adversas. Estas cualidades no solo benefician a los practicantes en el ámbito deportivo, sino que también tienen un impacto significativo en su desempeño académico y en su bienestar emocional.

Gutiérrez-García y Pérez-Gutiérrez (2018) refuerzan la importancia de un enfoque formativo centrado en valores dentro de las artes marciales, argumentando que la integración de principios éticos en la enseñanza puede fortalecer habilidades socioemocionales como la autoestima, la colaboración y la comunicación efectiva. En contextos escolares, estos valores son esenciales para construir una convivencia armónica y para desarrollar ciudadanos responsables y comprometidos. Asimismo, subrayan que, cuando se implementa con un enfoque pedagógico, el Karate-Do puede actuar como una herramienta educativa complementaria que potencia no solo el desarrollo personal de los niños, sino también su integración en el entorno escolar y comunitario.

Por lo tanto, el Karate-Do, al combinar movimiento físico, técnica disciplinada y filosofía formativa, se posiciona como una disciplina integral que promueve el equilibrio entre cuerpo y mente, ofreciendo beneficios que trascienden el dojo y se reflejan en la vida cotidiana de los practicantes. Esto lo convierte en una actividad ideal para contextos educativos que buscan promover el desarrollo integral de sus estudiantes.

2.2.5. Contexto Escolar y Actividades Extracurriculares

La integración del Karate-Do en contextos escolares, como la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, requiere un análisis profundo del entorno educativo y de las dinámicas propias de la institución, así como de los recursos disponibles y las expectativas de los actores involucrados. Este tipo de actividades extracurriculares no solo complementa el currículo formal, sino que también ofrece un espacio único para que los estudiantes desarrollen competencias físicas, socioemocionales y éticas que trascienden el ámbito académico, alineándose con los cuatro pilares de la educación establecidos por Delors et al. (1996): aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser.

En este contexto, el Karate-Do puede desempeñar un papel clave como una actividad formativa integral, al combinar la enseñanza técnica con la inculcación de valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia. Además, su enfoque en el autocontrol y la superación personal lo convierte en una herramienta poderosa para abordar problemáticas escolares como el acoso, la indisciplina y la falta de motivación. Sin embargo, su éxito depende de la implementación de metodologías pedagógicas estructuradas que consideren las características específicas de los estudiantes y el contexto institucional.

Autores como Álvarez y Ramírez (2020) han señalado que en América Latina, las instituciones educativas enfrentan desafíos significativos al intentar incorporar actividades extracurriculares como el Karate-Do. Entre estos desafíos destacan la falta de recursos didácticos específicos, como guías metodológicas y materiales adaptados, y la necesidad de formación especializada para los instructores. Estos factores limitan la capacidad de las instituciones para garantizar una enseñanza de calidad que combine el aprendizaje técnico con el desarrollo integral de los estudiantes.

Además, las limitaciones económicas y la ausencia de políticas públicas que promuevan de manera sistemática las actividades extracurriculares en el ámbito escolar

agravan esta situación. Esto obliga a las instituciones a depender del esfuerzo individual de los instructores o de la buena voluntad de las familias para financiar materiales y equipamiento, lo que puede generar inequidades en el acceso y la calidad de la formación.

En el caso específico de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, la implementación del Karate-Do como actividad extracurricular requiere abordar estas limitaciones mediante el diseño de estrategias innovadoras y sostenibles. Por ejemplo, es fundamental establecer alianzas con instituciones deportivas locales, capacitar a los instructores en pedagogía infantil y gestión de recursos, y desarrollar materiales didácticos que faciliten la enseñanza adaptada a las necesidades de los niños de 10 a 11 años.

Finalmente, esta investigación no solo busca superar los desafíos mencionados, sino también demostrar que, con una planificación adecuada y un enfoque pedagógico sólido, el Karate-Do puede convertirse en una herramienta transformadora en el entorno escolar. Su integración no solo beneficiará a los estudiantes a nivel individual, sino que también fortalecerá la oferta educativa de la institución, consolidándola como un modelo a seguir en la implementación de actividades extracurriculares con enfoque formativo.

2.2.6. Relación con la presente investigación

Las bases teóricas expuestas subrayan la importancia de integrar principios pedagógicos, técnicos y contextuales en el diseño de una guía metodológica para la enseñanza del Karate-Do estilo Shotokan. Estos principios no solo deben orientarse a la instrucción técnica, sino también a la creación de un ambiente de aprendizaje que promueva el desarrollo integral de los niños. Esto implica abordar dimensiones físicas, cognitivas, emocionales y sociales de manera equilibrada, asegurando que los estudiantes adquieran no solo habilidades motoras específicas del Karate-Do, sino también valores y competencias esenciales para su vida cotidiana y futura.

Desde un enfoque pedagógico, la guía debe incluir estrategias que respeten los ritmos individuales de aprendizaje y que adapten las técnicas del Karate-Do a las capacidades evolutivas de los niños de 10 a 11 años. Según Gallahue y Donnelly (2003), esta etapa del desarrollo se caracteriza por avances significativos en la coordinación motora y la capacidad de comprender instrucciones complejas, lo que permite incorporar actividades progresivas que combinen desafío y diversión. Asimismo, es crucial emplear

metodologías activas que fomenten la participación, la creatividad y la motivación intrínseca de los estudiantes.

En cuanto al componente técnico, la guía debe estructurarse en niveles progresivos que integren los elementos fundamentales del estilo Shotokan, como el kihon (técnicas básicas), los katas (formas) y el kumite (combate). Esto no solo facilita el aprendizaje gradual, sino que también permite que los niños internalicen la disciplina y el esfuerzo necesarios para dominar cada técnica. Además, al incluir actividades relacionadas con los principios filosóficos del Karate-Do, como el respeto hacia el adversario y la búsqueda de la perfección personal, la guía puede reforzar valores que trascienden el ámbito deportivo.

El contexto también desempeña un papel fundamental en el diseño e implementación de la guía. En la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, es esencial considerar los recursos disponibles, las dinámicas escolares y las características de la comunidad educativa. Por ejemplo, la guía debe ser flexible y adaptable, permitiendo su aplicación en espacios con limitaciones físicas o materiales, mientras que las estrategias de enseñanza deben alinearse con los objetivos educativos de la institución. Esto garantiza que la guía sea viable y sostenible en el tiempo, incluso en entornos con recursos limitados.

Además de optimizar el aprendizaje técnico y promover el desarrollo integral de los niños, esta guía tiene el potencial de convertirse en un modelo replicable para otras instituciones educativas. Su diseño puede servir como referencia para la implementación de programas de Karate-Do con enfoque pedagógico en diferentes contextos, contribuyendo a estandarizar buenas prácticas en la enseñanza de artes marciales en el ámbito escolar. Al hacerlo, se podría fortalecer el reconocimiento del Karate-Do no solo como un deporte, sino como una disciplina educativa que aporta significativamente al desarrollo integral de los estudiantes.

En resumen, esta guía metodológica representa una oportunidad para combinar de manera innovadora los principios del Karate-Do con los enfoques pedagógicos contemporáneos, ofreciendo una herramienta práctica y adaptada que promueva tanto el aprendizaje técnico como el crecimiento personal de los niños. Esto no solo enriquecerá la experiencia educativa de los estudiantes en la Unidad Educativa Municipal Eugenio

Espejo, sino que también contribuirá a posicionar esta institución como un referente en la implementación de actividades extracurriculares con enfoque integral y formativo.

2.3.Origen y filosofía del Karate-Do estilo Shotokan

El Karate-Do, cuya traducción literal es "el camino de la mano vacía," tiene sus raíces en Okinawa, Japón, donde se fusionaron técnicas de combate locales con influencias de las artes marciales chinas (Funakoshi, 1973). Esta disciplina no solo se centra en el desarrollo físico, sino que también busca la formación integral del individuo, inculcando valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia. El estilo Shotokan, fundado por Gichin Funakoshi, es uno de los estilos más practicados en todo el mundo y se caracteriza por su énfasis en movimientos lineales, potencia, y técnicas básicas conocidas como kihon, las formas (katas), y el combate (kumite) (Nakayama, 1986).

Funakoshi (1973) explicaba que el Karate-Do trasciende la mera práctica técnica y constituye una filosofía de vida: "El verdadero propósito del Karate-Do no es derrotar al enemigo, sino superar nuestras propias limitaciones, desarrollando la virtud de la humildad y el carácter íntegro a través de la práctica continua." Este enfoque integral convierte al Shotokan no solo en una disciplina deportiva, sino en un medio para alcanzar el crecimiento personal. En este sentido, Nakayama (1986) enfatiza que la práctica regular del Karate-Do debe ir acompañada de la introspección y la autorregulación, aspectos esenciales para aplicar sus principios fuera del dojo.

2.3.1. Principios Filosóficos del Shotokan

La filosofía del Karate-Do estilo Shotokan se basa en los veinte preceptos establecidos por Funakoshi, conocidos como Dojo Kun, que guían a los practicantes en su camino tanto dentro como fuera del dojo. Entre estos principios destacan: "Esfuerzo continuo para perfeccionar el carácter," "Fidelidad hacia la verdadera vía," y "Respeto mutuo" (Funakoshi, 1973). Estas enseñanzas no solo buscan el desarrollo técnico, sino también la creación de un carácter fuerte y virtuoso.

Según Funakoshi (1973), el Karate-Do no es simplemente una herramienta para el combate, sino una forma de vivir con respeto y autocontrol. Para él: "El Karate-Do comienza y termina con respeto. Este principio fundamental debe ser la base de todo entrenamiento, ya que la práctica sin respeto carece de propósito y significado."

Nakayama (1986) complementa esta visión, señalando que el Shotokan combina la filosofía Zen con el rigor técnico, lo que ayuda a los practicantes a desarrollar la concentración y el equilibrio emocional necesarios para enfrentar los desafíos de la vida diaria.

2.3.2. Desarrollo y expansión del Shotokan

El estilo Shotokan fue desarrollado por Funakoshi durante su traslado de Okinawa a Japón, donde buscó adaptar la práctica del Karate-Do a los valores y estructuras culturales japonesas. En este proceso, se le dio un enfoque más sistemático y pedagógico, haciendo énfasis en el aprendizaje gradual y en el fortalecimiento del carácter a través de la repetición constante de técnicas básicas (Funakoshi, 1973).

La expansión del Shotokan se consolidó con el establecimiento de la Asociación Japonesa de Karate (JKA) bajo la dirección de Masatoshi Nakayama, quien estandarizó los métodos de enseñanza y promovió el Karate-Do como un deporte internacional. Nakayama (1986) argumentó que la combinación de tradición y modernidad era clave para la difusión del Karate-Do: “El Karate-Do debe preservar su esencia filosófica mientras adopta métodos modernos de enseñanza, asegurando que los practicantes no solo adquieran habilidades físicas, sino también una profunda comprensión de los valores que lo sustentan.”

2.3.3. El Shotokan como Herramienta Educativa

Además, de su enfoque en el combate y la autodefensa, el Shotokan se ha consolidado como una herramienta educativa que promueve valores y habilidades socioemocionales en sus practicantes. Según Lakes y Hoyt (2004), la práctica regular del Karate-Do en niños y jóvenes contribuye al desarrollo del autocontrol, la empatía y la resiliencia, cualidades esenciales para su formación integral. En este sentido, el Shotokan va más allá de lo físico, transformándose en una disciplina que busca formar individuos con valores sólidos y un sentido de responsabilidad hacia la sociedad.

En conclusión, el Karate-Do estilo Shotokan es una disciplina que combina tradición, técnica y filosofía. Su origen en Okinawa, su expansión en Japón y su desarrollo pedagógico lo han convertido en una de las artes marciales más influyentes, destacándose no solo como un método de combate, sino también como una práctica integral que busca el equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu. Como señalaba Funakoshi (1973): "El Karate-Do es como el agua que fluye: si no se mueve, se estanca. Su práctica constante nos

permite avanzar y superar nuestras propias limitaciones, haciendo del camino del Karate un camino de vida."

2.4. Estructura del entrenamiento: kihon, kata y kumite

El Karate-Do estilo Shotokan se caracteriza por una estructura de entrenamiento sistemática que se basa en tres pilares fundamentales: kihon (técnicas básicas), kata (formas) y kumite (combate). Esta organización no solo proporciona un enfoque ordenado para el aprendizaje técnico, sino que también refleja los principios filosóficos y educativos de esta disciplina, al combinar la adquisición de habilidades físicas con el desarrollo de valores como la disciplina, el respeto y el autocontrol (Nakayama, 1986). Cada pilar cumple una función específica en el proceso formativo, pero a la vez están interconectados, creando una experiencia de aprendizaje integral.

El kihon, considerado el fundamento del Karate-Do, permite a los practicantes perfeccionar las técnicas básicas que forman la base de movimientos más avanzados. A través de la repetición disciplinada, los estudiantes no solo desarrollan fuerza, velocidad y precisión, sino también una mentalidad orientada al esfuerzo continuo y la mejora personal. Según Funakoshi (1973), el kihon representa "los cimientos de todo el entrenamiento; sin una base sólida, las técnicas avanzadas carecen de significado y efectividad." Este enfoque enfatiza la importancia de la repetición como una forma de internalizar no solo movimientos, sino también principios como la concentración y la perseverancia.

El segundo pilar, el kata, integra las técnicas aprendidas en el kihon en secuencias prediseñadas que simulan enfrentamientos contra múltiples adversarios. Más allá de su valor técnico, el kata es una representación artística y filosófica del Karate-Do, donde se combinan precisión, ritmo y fuerza con una profunda introspección. Nakayama (1986) señala que "el kata no es solo una práctica física; es una forma de expresar el alma del Karate, de transmitir los principios del pasado a las futuras generaciones." En el kata, los practicantes no solo perfeccionan su técnica, sino que también aprenden a sincronizar su cuerpo y mente, lo que les permite aplicar estas habilidades de manera efectiva en situaciones dinámicas.

Por último, el kumite es el componente que traduce el aprendizaje técnico y filosófico en habilidades aplicables en situaciones de combate. En el Shotokan, el kumite se enseña de forma progresiva, desde formas predefinidas como el kihon kumite hasta el

combate libre (jiyu kumite). Este enfoque gradual permite a los practicantes desarrollar confianza, adaptabilidad y estrategias de combate, mientras mantienen el control y el respeto hacia el oponente. Funakoshi (1973) enfatiza que "el verdadero objetivo del kumite no es derrotar al adversario, sino superar nuestras propias limitaciones internas, como el miedo y la impulsividad."

Esta estructura secuencial asegura que los estudiantes avancen gradualmente desde el dominio de los fundamentos hasta la aplicación práctica de las técnicas en situaciones controladas. Además, esta progresión fomenta el desarrollo integral del practicante, promoviendo no solo habilidades técnicas, sino también cualidades como la paciencia, la resiliencia y el autocontrol. Según Nakayama (1986), "el kihon, el kata y el kumite son partes interdependientes de un todo; su práctica combinada no solo perfecciona la técnica, sino que también fortalece el espíritu y el carácter del practicante."

En conjunto, estos tres pilares conforman una metodología que trasciende lo técnico para abarcar aspectos filosóficos y educativos, alineándose con la visión del Karate-Do como un camino de vida. La estructura sistemática del Shotokan no solo facilita el aprendizaje técnico, sino que también ayuda a los practicantes a integrar los valores del Karate en su vida diaria, haciendo de esta disciplina una herramienta poderosa para el crecimiento personal y social.

2.4.1. Kihon: la base de todo

El kihon, que significa "fundamentos" en japonés, constituye la base de todo el entrenamiento en Karate-Do. Se enfoca en la práctica repetitiva de técnicas básicas como golpes (tsuki), bloqueos (uke), patadas (geri) y posturas fundamentales (dachi). Según Funakoshi (1973), el kihon es esencial para construir una técnica sólida y desarrollar la fuerza, la velocidad y la precisión necesarias para avanzar en el camino del Karate-Do. En sus propias palabras: "El kihon es la esencia del Karate; sin una base firme en las técnicas básicas, no hay progreso posible. Es aquí donde comienza el verdadero entendimiento del Karate-Do."

El énfasis en la repetición disciplinada del kihon permite a los practicantes interiorizar los movimientos y perfeccionar su ejecución, garantizando que las técnicas avanzadas tengan una base técnica estable. Nakayama (1986) destaca que la práctica constante del kihon también ayuda a los estudiantes a desarrollar una comprensión

profunda del movimiento corporal, el equilibrio y la coordinación, aspectos cruciales para el dominio técnico en Karate-Do.

2.4.1.1. Objetivos y Beneficios del Kihon

El kihon tiene como objetivo principal fortalecer el cuerpo y la mente del practicante, preparándolo para realizar técnicas más complejas en los demás pilares del Karate-Do, como el kata y el kumite. Este entrenamiento básico no solo mejora las habilidades físicas, sino que también fomenta valores como la disciplina, la concentración y la perseverancia. Según Nakayama (1986): "La práctica del kihon no debe ser mecánica. Cada técnica debe ejecutarse con plena concentración, como si la vida del practicante dependiera de cada movimiento. Este enfoque forja no solo el cuerpo, sino también el carácter."

Además, el kihon actúa como un medio para desarrollar la fuerza interna y la confianza en uno mismo. A través de la repetición constante, los estudiantes aprenden a superar sus limitaciones físicas y mentales, lo que les permite aplicar las técnicas con efectividad en situaciones dinámicas, como en el kumite.

2.4.1.2. Metodología de Enseñanza del Kihon

En el estilo Shotokan, el kihon se enseña de manera progresiva, comenzando con técnicas simples y avanzando hacia combinaciones más complejas. Este enfoque secuencial permite a los practicantes dominar cada técnica antes de integrarla en movimientos más avanzados o en aplicaciones prácticas. Funakoshi (1973) enfatiza que la enseñanza del kihon debe adaptarse al nivel del practicante: "Un instructor sabio comienza con lo básico, asegurándose de que cada técnica sea comprendida y ejecutada correctamente antes de avanzar. El progreso rápido sin una base sólida lleva a errores y frustración. Nakayama (1986) complementa esta idea al destacar que la enseñanza del kihon debe incluir una retroalimentación constante, donde el instructor corrija detalles técnicos y motive al estudiante a mantener una práctica rigurosa y consciente.

2.4.1.3. Relación entre el Kihon y los Otros Pilares del Karate-Do

El kihon no funciona de manera aislada, sino que está intrínsecamente relacionado con el kata y el kumite. Las técnicas básicas practicadas en el kihon son las mismas que se ejecutan en los katas y se aplican en el kumite. Según Nakayama (1986), esta interconexión asegura que el practicante adquiera una comprensión integral del Karate-Do: "El kihon es el alfabeto del Karate. Sin dominarlo, no se pueden formar las palabras

(kata) ni sostener una conversación (kumite). Es la base de todo, y su práctica nunca debe ser descuidada."

Esta relación demuestra que el kihon no es solo un ejercicio para principiantes, sino una práctica continua que debe mantenerse durante toda la vida del practicante. A medida que los estudiantes avanzan en su camino, el kihon les permite refinar sus técnicas y fortalecer su conexión con los principios fundamentales del Karate-Do.

2.4.1.4. El Kihon como Formación Integral

Más allá de su valor técnico, el kihon desempeña un papel importante en la formación integral del practicante. La repetición disciplinada de las técnicas básicas fomenta la concentración, la paciencia y la resiliencia, cualidades que trascienden el dojo y se aplican a la vida diaria. Funakoshi (1973) afirmaba que el kihon no solo fortalece el cuerpo, sino que también desarrolla el espíritu del Karate-Do: "El kihon no es solo la práctica de movimientos; es el cultivo del carácter a través del esfuerzo constante y la dedicación al aprendizaje."

En este sentido, el kihon se convierte en una herramienta para el desarrollo personal, enseñando a los practicantes a enfrentar desafíos con determinación y a buscar la excelencia en cada aspecto de su vida. El kihon es el pilar fundamental del Karate-Do, proporcionando la base técnica y filosófica para el desarrollo del practicante. A través de su práctica disciplinada y consciente, los estudiantes no solo perfeccionan sus habilidades físicas, sino que también desarrollan valores esenciales como la perseverancia, el autocontrol y la concentración. Como señala Nakayama (1986), "el kihon no es solo el comienzo, sino la esencia continua del Karate-Do, un camino que debe recorrerse con dedicación y humildad durante toda la vida."

2.4.2. Kata: el arte en movimiento

El kata es una de las expresiones más icónicas del Karate-Do y representa el alma de esta disciplina. Consiste en una secuencia predefinida de movimientos que simulan un combate contra múltiples adversarios, combinando técnicas ofensivas y defensivas en un flujo continuo. Según Funakoshi (1973), el kata no es solo una herramienta de entrenamiento físico, sino una forma de transmitir la tradición y filosofía del Karate-Do de generación en generación. En sus palabras: "El kata es más que una serie de movimientos; es una coreografía viva que encapsula la esencia del Karate-Do, combinando técnica, estrategia y espíritu en perfecta armonía."

El objetivo principal del kata es perfeccionar las técnicas básicas aprendidas en el kihon, enseñando a los practicantes a integrar movimientos de manera fluida y coordinada. Además, fomenta la concentración, la disciplina y el autocontrol, cualidades esenciales tanto dentro como fuera del dojo (Nakayama, 1986).

2.4.2.1. Importancia técnica y filosófica del Kata

El kata es fundamental para el desarrollo técnico del practicante, ya que proporciona una plataforma para practicar combinaciones avanzadas de técnicas en un entorno estructurado. A través del kata, los estudiantes perfeccionan su postura, equilibrio, ritmo y potencia, habilidades que son esenciales para la aplicación práctica de las técnicas en el kumite. Nakayama (1986) destaca que: "El kata no es un simple ejercicio de repetición; es un medio para comprender los principios fundamentales del combate, como el tiempo, la distancia y la estrategia. Cada movimiento tiene un propósito y una intención."

Desde una perspectiva filosófica, el kata representa la búsqueda de la perfección personal. Los practicantes no solo repiten movimientos, sino que también reflexionan sobre los principios de humildad, respeto y autodisciplina que subyacen en cada secuencia. Como Funakoshi (1973) señala, el kata es "un espejo del alma del practicante, donde cada técnica ejecutada refleja su nivel de compromiso y entendimiento del Karate-Do."

2.4.2.2. Estructura y metodología del *Kata*

El kata en el estilo Shotokan sigue una estructura específica que equilibra la técnica, el ritmo y la energía, siendo un componente central tanto del entrenamiento técnico como del desarrollo personal en el Karate-Do. Cada kata comienza y termina con un saludo (rei), lo que no solo representa un gesto de cortesía, sino también un acto simbólico que refuerza los valores de respeto y humildad inherentes al Karate-Do. Este gesto inicial y final conecta al practicante con la tradición, los compañeros de práctica y los principios fundamentales del arte marcial, estableciendo una conexión entre lo físico y lo espiritual.

Durante la ejecución del kata, se requiere que el practicante mantenga un enfoque total, ejecutando cada técnica con precisión, control y potencia. Este nivel de concentración no solo perfecciona las habilidades físicas, sino que también fortalece la mente, enseñando al estudiante a mantenerse presente y comprometido en cada

movimiento. Nakayama (1986) subraya que esta intensidad es crucial para comprender la esencia del kata: "El kata no es simplemente una rutina de movimientos; es un combate contra uno mismo, un desafío constante para superar nuestras limitaciones físicas y mentales."

Los katas en el estilo Shotokan están diseñados con niveles de complejidad progresiva que reflejan un enfoque pedagógico estructurado. Los practicantes suelen comenzar con los Heian katas, como el Heian Shodan, que introducen técnicas básicas y patrones de movimiento fundamentales. Estos katas iniciales ayudan a establecer una base técnica sólida y a familiarizarse con los conceptos de tiempo, espacio y energía. A medida que avanzan en su entrenamiento, los practicantes abordan katas más complejos como el Kanku Dai, que combinan movimientos avanzados con cambios de ritmo y mayor exigencia técnica y física.

Este enfoque gradual no solo permite que los estudiantes asimilen las técnicas de manera efectiva, sino que también asegura que comprendan los principios estratégicos y filosóficos de cada kata. Según Nakayama (1986), los katas avanzados no deben ser abordados sin una comprensión profunda de las bases: "El progreso en el kata es un reflejo del progreso del practicante en el Karate-Do. Cada nivel alcanzado representa no solo un dominio técnico, sino también un entendimiento más profundo de los valores y principios que sostienen nuestra práctica."

El ritmo y la energía desempeñan un papel crucial en la ejecución del kata. El ritmo no es uniforme; incluye aceleraciones y desaceleraciones que reflejan las dinámicas de un combate real. Esto permite al practicante explorar diferentes niveles de intensidad y potencia, desarrollando habilidades como la adaptabilidad y el control. La energía, conocida como kime, es otro componente esencial, ya que implica una concentración total de fuerza y espíritu en cada técnica, simulando la intensidad de un combate real.

Además, el kata no es solo una práctica técnica, sino una herramienta de introspección. Cada movimiento contiene un significado simbólico y estratégico que el practicante debe descubrir y reflexionar. Por ejemplo, los patrones de movimiento en el kata representan situaciones de combate imaginarias que enseñan a los practicantes a anticipar ataques, responder con precisión y mantener el control bajo presión.

En conclusión, el kata en el estilo Shotokan es mucho más que una secuencia de movimientos; es una representación viva de los principios técnicos y filosóficos del

Karate-Do. Su estructura específica, niveles progresivos y énfasis en el ritmo, la energía y el respeto lo convierten en una herramienta poderosa para el desarrollo integral del practicante, consolidando su conexión con la tradición y la esencia del arte marcial.

2.4.2.3. El Kata como herramienta educativa

Más allá de su valor técnico, el kata es una herramienta educativa poderosa que promueve el desarrollo integral de los practicantes al combinar aspectos físicos, cognitivos y socioemocionales. A través de su práctica, los estudiantes no solo adquieren habilidades técnicas, sino que también desarrollan competencias cognitivas esenciales. El kata requiere que los practicantes memoricen secuencias complejas de movimientos, lo que estimula su memoria a corto y largo plazo, además de mejorar su capacidad de atención. Esta habilidad para recordar y ejecutar patrones bajo condiciones controladas es transferible a otros ámbitos de la vida, como el académico y el laboral, donde la planificación y la ejecución precisa son fundamentales.

Además, la práctica del kata fortalece la resolución de problemas, ya que los estudiantes deben interpretar el significado de cada movimiento (a través del bunkai) y adaptarlo a situaciones simuladas de combate. Según Nakayama (1986), este proceso no solo fomenta una comprensión profunda de las técnicas, sino que también enseña a los practicantes a pensar estratégicamente: "El kata no es solo una secuencia de movimientos, sino un ejercicio de estrategia y análisis. Cada técnica ejecutada en un kata tiene un propósito, y entender ese propósito desarrolla la capacidad de adaptarse y reaccionar con eficacia."

La repetición disciplinada, un elemento central en el kata, refuerza valores fundamentales como la paciencia, la constancia y el compromiso con la mejora continua. A través de la práctica repetitiva, los estudiantes aprenden que el progreso requiere esfuerzo sostenido y atención al detalle, lecciones que trascienden el dojo y se aplican a la vida cotidiana. Este enfoque metódico enseña la importancia de perseverar incluso ante la frustración, desarrollando una mentalidad resiliente y orientada al crecimiento.

Lakes y Hoyt (2004) destacan que la práctica del kata en niños y jóvenes tiene un impacto significativo en el desarrollo socioemocional, fomentando el autocontrol y la resiliencia. Estas cualidades son esenciales para enfrentar desafíos en contextos escolares, sociales y familiares. Según los autores: "La práctica estructurada de actividades como el

kata permite a los jóvenes desarrollar habilidades de autorregulación y manejar el estrés de manera efectiva, habilidades que son transferibles a otros aspectos de su vida."

El autocontrol aprendido a través del kata no solo se limita al manejo de emociones, sino que también incluye la regulación del cuerpo y la mente durante la práctica. Los practicantes deben mantener un equilibrio entre fuerza y fluidez, concentrarse en el momento presente y ejecutar cada técnica con precisión. Este nivel de control promueve una conexión cuerpo-mente que es esencial para el bienestar integral.

Desde una perspectiva educativa, el kata también es un medio para inculcar valores como el respeto, la disciplina y la humildad. La necesidad de practicar constantemente para perfeccionar los movimientos enseña a los estudiantes que el aprendizaje es un proceso continuo, donde el éxito no se mide solo por resultados inmediatos, sino por el esfuerzo y la dedicación invertidos. Funakoshi (1973) afirmaba que el kata no solo desarrolla habilidades físicas, sino también un carácter fuerte y equilibrado: "El kata es un espejo del espíritu del practicante. Su práctica constante refina no solo la técnica, sino también el alma del Karate-Do."

En este sentido, el kata trasciende su función técnica para convertirse en una herramienta formativa integral. Enseña a los practicantes a valorar el proceso tanto como el resultado, a enfrentar los desafíos con resiliencia y a encontrar en la repetición disciplinada una fuente de aprendizaje y crecimiento personal.

En conclusión, el kata como herramienta educativa no solo contribuye al desarrollo técnico y físico del practicante, sino que también fomenta habilidades cognitivas, emocionales y sociales esenciales. Su capacidad para combinar la práctica técnica con el aprendizaje de valores lo convierte en un componente clave para la formación integral de los estudiantes, dentro y fuera del dojo.

2.4.2.4. Relación del Kata con el Kihon y el Kumite

El kata no funciona de manera aislada, sino que está intrínsecamente relacionado con el kihon y el kumite, los otros dos pilares fundamentales del Karate-Do. Esta conexión crea un sistema integral en el que cada componente fortalece y complementa a los demás, promoviendo el desarrollo técnico y filosófico del practicante. Mientras que el kihon establece las bases técnicas al practicar movimientos individuales con precisión y repetición, el kata incorpora estas técnicas en secuencias estratégicas que simulan situaciones reales de combate. Por su parte, las aplicaciones prácticas del kata (conocidas

como bunkai) permiten a los practicantes entender cómo cada técnica puede adaptarse y aplicarse en contextos dinámicos, sirviendo como un puente esencial hacia el kumite.

Nakayama (1986) describe esta interrelación como un ciclo continuo de aprendizaje: "El kihon es la raíz, el kata es el tronco y el kumite son las ramas del árbol del Karate-Do. Juntos forman un sistema completo que fortalece tanto el cuerpo como el espíritu del practicante."

Esta analogía refleja cómo cada elemento contribuye al crecimiento integral del karateka. El kihon proporciona las herramientas técnicas necesarias, el kata enseña cómo utilizarlas en combinaciones fluidas, y el kumite permite aplicar estas habilidades en situaciones dinámicas y reales, donde la estrategia y la adaptabilidad son fundamentales.

El kata no solo organiza las técnicas aprendidas en el kihon en patrones complejos, sino que también introduce conceptos estratégicos como el manejo del espacio, el tiempo y la energía. Estos conceptos son esenciales para entender el kumite, ya que en situaciones de combate libre, el practicante debe anticipar movimientos, adaptarse al adversario y responder con precisión. Según Funakoshi (1973), el kata enseña a los practicantes a "pensar estratégicamente antes de actuar, aprovechando cada técnica con propósito y eficacia."

El bunkai, o interpretación del kata, desempeña un papel crucial en este proceso, ya que permite a los practicantes explorar las aplicaciones prácticas de las técnicas en situaciones simuladas. Este análisis profundo de los movimientos fortalece la conexión entre la práctica estructurada del kata y la espontaneidad requerida en el kumite. Como Nakayama (1986) destaca: "El bunkai es la llave que desbloquea el verdadero propósito del kata. Permite al practicante transformar la teoría en acción, conectando el arte con la realidad del combate."

La relación entre el kihon, el kata y el kumite es cíclica, ya que el progreso en uno de estos elementos fortalece los otros dos. Por ejemplo, la precisión técnica lograda en el kihon se refleja en la ejecución del kata, mientras que las habilidades estratégicas desarrolladas en el kata se aplican directamente en el kumite. Asimismo, las experiencias adquiridas en el kumite retroalimentan la práctica del kihon y el kata, ayudando a los practicantes a perfeccionar sus movimientos y estrategias.

Nakayama (1986) señala que esta interdependencia es esencial para el desarrollo integral del practicante: "El Karate-Do no se trata de dominar un aspecto aislado, sino de integrar todos los elementos en un sistema armonioso. Cada técnica, cada movimiento y cada estrategia están conectados, formando un ciclo de aprendizaje y perfeccionamiento continuo."

El kata no es solo una secuencia de movimientos predefinidos, sino un punto de conexión entre el kihon y el kumite, que actúa como un integrador técnico, estratégico y filosófico. A través de su práctica, los estudiantes no solo perfeccionan sus habilidades físicas, sino que también desarrollan valores como la disciplina, la concentración y el respeto. Como Funakoshi (1973) concluye: "El kata es el corazón del Karate-Do, un medio para alcanzar la perfección técnica y espiritual. Su práctica constante nos permite entender no solo el arte marcial, sino también a nosotros mismos."

De esta manera, el kata se consolida como un componente esencial del entrenamiento en el estilo Shotokan, promoviendo el desarrollo integral de los practicantes y la preservación de la tradición marcial, mientras prepara a los karatekas para aplicar sus conocimientos de manera efectiva en cualquier contexto.

2.5. Pedagogía deportiva en el contexto escolar

La pedagogía deportiva es una disciplina que integra principios educativos en el desarrollo de actividades físicas y deportivas, con el objetivo de fomentar tanto el aprendizaje técnico como el desarrollo integral de los estudiantes. En el contexto escolar, esta disciplina adquiere un papel crucial, ya que el deporte no solo mejora las capacidades físicas de los niños, sino que también promueve valores como la cooperación, el respeto y la resiliencia. Según Gallahue y Donnelly (2003), la educación física en el entorno escolar debe ser vista como una oportunidad para integrar el desarrollo motor, cognitivo y socioemocional, proporcionando a los estudiantes herramientas para una vida activa y saludable.

2.5.1. Principios de la Pedagogía deportiva

Uno de los principios clave de la pedagogía deportiva es el aprendizaje basado en el desarrollo del estudiante. Este enfoque asegura que las actividades estén adaptadas a las capacidades y necesidades de los alumnos, fomentando la participación activa y el compromiso. Según Bompa y Carrera (2005), un enfoque pedagógico eficaz debe considerar la etapa de desarrollo físico y cognitivo de los niños, promoviendo actividades

progresivas que respeten sus ritmos individuales: "El desarrollo de habilidades deportivas debe seguir una progresión lógica que permita a los estudiantes avanzar desde lo básico hasta lo avanzado, asegurando una base sólida y sostenible en su aprendizaje."

Además, la pedagogía deportiva enfatiza la importancia del aprendizaje significativo, donde los estudiantes comprenden el propósito de las actividades y su relación con la vida diaria. Este enfoque no solo mejora la motivación, sino que también facilita la transferencia de habilidades a otros contextos, como el académico y el social.

En el contexto escolar, el docente desempeña un papel fundamental como facilitador del aprendizaje deportivo. Su tarea no se limita a enseñar técnicas, sino que también incluye la creación de un ambiente de aprendizaje inclusivo y motivador. Según Díaz Barriga y Hernández (2010), los docentes deben adoptar un enfoque constructivista, donde los estudiantes sean protagonistas de su propio aprendizaje y participen activamente en la resolución de problemas y toma de decisiones.

El uso de estrategias pedagógicas activas, como el trabajo en equipo y el aprendizaje basado en el juego, es especialmente relevante en la educación deportiva. Estas metodologías no solo mejoran las habilidades técnicas, sino que también fomentan la colaboración, la comunicación y el pensamiento crítico. Zabalza (2004) señala que: "El deporte en la escuela no debe ser una simple actividad recreativa, sino una herramienta educativa que promueva el desarrollo integral del estudiante a través de la práctica guiada y reflexiva."

La pedagogía deportiva en el contexto escolar no solo tiene un impacto físico, sino también cognitivo y emocional. Según Lakes y Hoyt (2004), las actividades deportivas bien diseñadas fomentan el autocontrol, la confianza en uno mismo y la capacidad de resolver conflictos de manera constructiva. Estas habilidades son esenciales para el desarrollo socioemocional de los estudiantes y tienen efectos positivos en su desempeño académico.

Además, el deporte es una plataforma para inculcar valores como el respeto, la perseverancia y el trabajo en equipo. La participación en actividades deportivas permite a los estudiantes experimentar tanto éxitos como fracasos, ayudándoles a desarrollar resiliencia y una actitud positiva hacia los desafíos. Según Gallahue y Donnelly (2003): "El deporte, cuando se enseña de manera pedagógica, es un microcosmos de la vida

misma, donde los estudiantes aprenden habilidades esenciales para enfrentar los retos dentro y fuera del aula."

La pedagogía deportiva en el contexto escolar es una herramienta poderosa para el desarrollo integral de los estudiantes. Su capacidad para combinar el aprendizaje técnico con la formación en valores y habilidades socioemocionales la convierte en un componente esencial del currículo educativo. Como Díaz Barriga y Hernández (2010) concluyen: "El verdadero valor del deporte en la educación no reside únicamente en su capacidad para mejorar las habilidades físicas, sino en su potencial para formar individuos completos, preparados para contribuir positivamente a la sociedad." De esta manera, la pedagogía deportiva no solo enriquece el desarrollo físico y técnico, sino que también fortalece el carácter y las competencias sociales de los estudiantes, preparándolos para una vida plena y activa.

2.5.2. Características del aprendizaje en niños de 10 a 11 años

El aprendizaje en niños de 10 a 11 años está influenciado por características propias de su desarrollo físico, cognitivo, emocional y social. Durante esta etapa, conocida como la "niñez intermedia," los niños experimentan avances significativos en su capacidad para procesar información, resolver problemas y trabajar en equipo. Según Piaget (1970), los niños en este rango de edad se encuentran en la etapa de las operaciones concretas, lo que significa que son capaces de pensar lógicamente sobre situaciones concretas y realizar operaciones mentales más complejas, aunque todavía dependen de objetos y experiencias tangibles para entender conceptos abstractos.

2.5.2.1. Desarrollo cognitivo y procesos de aprendizaje

En términos cognitivos, los niños de 10 a 11 años experimentan un notable avance en su capacidad para procesar y manejar información, lo que se traduce en un mayor desarrollo de la atención sostenida y la memoria de trabajo. Estas habilidades les permiten abordar tareas más complejas, identificar patrones y realizar conexiones entre conceptos aparentemente dispares. Según Flavell (1985), esta etapa marca un punto de inflexión en el pensamiento lógico y estratégico, donde los niños empiezan a asumir un papel más activo en su propio aprendizaje. Esto incluye planificar con anticipación, monitorear el progreso de sus actividades y evaluar los resultados, comportamientos que son fundamentales para la autorregulación académica: "Los niños comienzan a desarrollar un sentido de control sobre su aprendizaje, lo que les permite adaptarse a diferentes contextos educativos y abordar problemas de manera más estratégica."

La capacidad de los niños para aplicar habilidades metacognitivas significa que no solo aprenden, sino que también reflexionan sobre cómo aprenden. Esta habilidad para analizar sus propios procesos cognitivos les ayuda a ajustar estrategias de aprendizaje, mejorar su comprensión y superar obstáculos. Por ejemplo, un niño puede identificar que recordar información visual es más efectivo para él que utilizar exclusivamente métodos auditivos, lo que le permite personalizar su enfoque al aprendizaje.

Durante esta etapa, los niños suelen responder positivamente a actividades prácticas y colaborativas, mostrando un interés creciente por trabajar en equipo y compartir ideas. Este enfoque social del aprendizaje no solo mejora el rendimiento académico, sino que también refuerza habilidades esenciales como la comunicación, la empatía y la resolución de problemas en grupo. Según Vygotsky (1978), el aprendizaje en esta etapa ocurre en un contexto social, donde la interacción con pares y adultos fomenta tanto el desarrollo cognitivo como el social: "El aprendizaje ocurre en un contexto social, donde el lenguaje y la interacción desempeñan un papel crucial en la internalización de nuevos conocimientos y habilidades."

La colaboración permite a los niños discutir ideas, resolver conflictos y construir conocimientos en conjunto, lo que enriquece su comprensión de los conceptos. Por ejemplo, en una actividad grupal para resolver un problema matemático, los estudiantes no solo aplican sus propias estrategias, sino que también aprenden nuevas formas de abordar la tarea al observar a sus compañeros. Esta interacción fomenta un aprendizaje más profundo y significativo, ya que cada niño contribuye con su perspectiva única.

La combinación de habilidades metacognitivas y la inclinación hacia la colaboración hace que los niños de 10 a 11 años sean especialmente receptivos a actividades prácticas que conecten el aprendizaje con situaciones del mundo real. Estas experiencias no solo fortalecen su comprensión, sino que también les permiten aplicar lo aprendido en diferentes contextos. Gallahue y Donnelly (2003) destacan que las actividades prácticas y contextuales no solo mejoran la retención de información, sino que también desarrollan habilidades críticas como el razonamiento lógico y la toma de decisiones.

Por ejemplo, una actividad que involucre diseñar un proyecto grupal para resolver un problema comunitario les permite a los estudiantes aplicar conceptos de ciencias, matemáticas y habilidades comunicativas mientras trabajan en equipo. Este enfoque

multidimensional ayuda a los niños a entender la relevancia de lo que aprenden y a conectar diferentes áreas del conocimiento, promoviendo una experiencia educativa más integrada.

El desarrollo cognitivo en niños de 10 a 11 años está marcado por avances significativos en la atención, la memoria de trabajo y las habilidades metacognitivas. Estas capacidades, combinadas con su inclinación hacia el aprendizaje social y colaborativo, hacen de esta etapa un período ideal para implementar estrategias pedagógicas que fomenten tanto la autonomía como la interacción. Como subraya Vygotsky (1978): "El aprendizaje social no solo enriquece el conocimiento individual, sino que también construye una base sólida para el desarrollo cognitivo y social a lo largo de la vida."

Al integrar actividades prácticas y colaborativas en el currículo, los educadores pueden maximizar el potencial de los estudiantes, preparándolos no solo para el éxito académico, sino también para enfrentar los desafíos del mundo real de manera estratégica y efectiva.

2.5.2.2. Desarrollo económico y social

En el aspecto emocional, los niños de 10 a 11 años están desarrollando una mayor conciencia de sí mismos y de los demás, lo que influye significativamente en su comportamiento y en sus interacciones sociales. Este aumento en la introspección y la sensibilidad hacia los sentimientos de otros se traduce en un deseo creciente de pertenecer a grupos y de ser aceptados por sus pares. Según Erikson (1968), esta etapa, conocida como "industria versus inferioridad," está marcada por la búsqueda de competencia y logro. Los niños se esfuerzan por demostrar su habilidad en diversas actividades, buscando el reconocimiento y la validación de sus capacidades por parte de sus compañeros, maestros y figuras de autoridad.

Esta necesidad de aceptación y logro no solo afecta el ámbito escolar, sino también el emocional. Los niños comienzan a experimentar una mayor gama de emociones complejas, como el orgullo, la vergüenza y el remordimiento, y aprenden a gestionarlas de manera más eficaz. Según Goleman (1995), estas habilidades emocionales son fundamentales para el desarrollo de la inteligencia emocional, la cual les permite formar relaciones saludables, resolver conflictos y manejar el estrés de manera constructiva.

Las relaciones sociales adquieren una importancia central durante esta etapa, ya que los niños empiezan a valorar profundamente la colaboración y las dinámicas de grupo. Este interés por las relaciones interpersonales fomenta el aprendizaje social y refuerza habilidades como la comunicación, la empatía y la cooperación. Según Slavin (1995), los métodos de enseñanza que incluyen el aprendizaje cooperativo no solo mejoran el rendimiento académico, sino que también potencian habilidades sociales y emocionales críticas: "El aprendizaje cooperativo no solo mejora el rendimiento académico, sino que también fomenta habilidades sociales y emocionales críticas, como la empatía, la comunicación y la resolución de problemas."

Al participar en actividades grupales, los niños aprenden a resolver conflictos de manera más constructiva, a negociar roles dentro del grupo y a trabajar hacia metas comunes. Estas experiencias son esenciales para su desarrollo social, ya que les enseñan a interactuar con diferentes personalidades y a respetar las perspectivas de los demás. Además, la colaboración les brinda una sensación de pertenencia y camaradería, lo que refuerza su autoestima y confianza en sus habilidades.

Durante esta etapa, los niños también comienzan a formar una identidad social más definida, basada en su rol dentro de sus grupos de pares y en las actividades en las que participan. Esta búsqueda de identidad social puede manifestarse en la elección de amigos, intereses y actividades extracurriculares, donde buscan destacar y encontrar su lugar. Erikson (1968) enfatiza que este deseo de éxito y reconocimiento en actividades específicas es fundamental para que los niños desarrollen un sentido de competencia y capacidad personal: "El niño que logra sentirse competente en una actividad específica no solo desarrolla habilidades prácticas, sino que también construye una base sólida de autoestima y confianza para enfrentar desafíos futuros."

El desarrollo emocional y social en esta etapa hace que los niños sean particularmente receptivos a métodos de enseñanza que promuevan la interacción y el aprendizaje colaborativo. Estrategias como el trabajo en equipo, los proyectos grupales y los debates no solo les ayudan a aprender de manera efectiva, sino que también refuerzan su habilidad para relacionarse con los demás y resolver problemas en un entorno constructivo. Según Vygotsky (1978), el aprendizaje social es esencial para el desarrollo cognitivo y emocional, ya que la interacción con los demás proporciona un contexto para la internalización de nuevas habilidades y conocimientos.

Los niños que participan en actividades grupales con un enfoque educativo integral no solo mejoran su desempeño académico, sino que también desarrollan habilidades socioemocionales que les serán útiles a lo largo de su vida. Estas habilidades incluyen la capacidad de trabajar con diferentes personalidades, manejar conflictos y mantener relaciones saludables.

El desarrollo emocional y social en niños de 10 a 11 años está marcado por un equilibrio entre la búsqueda de competencia y la construcción de relaciones significativas. Al enfocarse en estrategias pedagógicas que fomenten el aprendizaje colaborativo y la interacción social, los educadores pueden apoyar el desarrollo integral de los estudiantes, ayudándolos a construir una base sólida de habilidades emocionales, sociales y académicas.

Como Slavin (1995) concluye: "El aprendizaje cooperativo proporciona no solo una plataforma para el éxito académico, sino también una experiencia transformadora que desarrolla habilidades esenciales para la vida." De esta manera, la etapa de 10 a 11 años se convierte en un período crucial para preparar a los niños no solo para el éxito en la escuela, sino también para el desarrollo de una vida equilibrada y plena.

2.5.2.3. Desarrollo físico y motor

En términos físicos, los niños de 10 a 11 años experimentan avances significativos en su desarrollo motor, que se reflejan en una mayor coordinación, equilibrio, fuerza y agilidad. Estos progresos les permiten participar en actividades físicas más complejas y refinar habilidades motoras específicas, como correr, saltar, lanzar y atrapar. Según Gallahue y Donnelly (2003), esta etapa es crucial para la consolidación de habilidades motoras fundamentales y para la introducción de destrezas más avanzadas que desafíen sus capacidades físicas y cognitivas: "El desarrollo físico en esta etapa no solo mejora las habilidades motoras, sino que también contribuye al bienestar general y al éxito en actividades académicas y deportivas."

Los avances en la coordinación y el equilibrio permiten a los niños realizar movimientos más precisos y eficientes, lo que aumenta su confianza para participar en deportes y otras actividades físicas. Además, esta etapa se caracteriza por un aumento en la resistencia y la fuerza muscular, lo que les facilita abordar tareas físicas exigentes y mantener la energía durante períodos más largos.

El desarrollo motor avanzado en esta etapa incluye no solo la mejora de habilidades locomotoras, como correr y saltar, sino también habilidades manipulativas como lanzar, golpear y atrapar objetos. Estas habilidades son fundamentales para actividades deportivas y recreativas que involucran equipos, herramientas o pelotas, y constituyen una base sólida para el aprendizaje de destrezas más complejas.

Además, los niños de 10 a 11 años comienzan a mostrar un mayor control sobre sus movimientos, lo que les permite realizar actividades físicas con mayor precisión y ritmo. Este refinamiento de habilidades motoras es clave para su éxito en deportes organizados y actividades que requieren una combinación de velocidad, fuerza y estrategia.

El desarrollo físico en esta etapa no solo mejora las habilidades motoras, sino que también tiene un impacto positivo en el bienestar general de los niños. La actividad física regular contribuye al fortalecimiento del sistema cardiovascular, el aumento de la densidad ósea y la regulación del peso corporal, aspectos esenciales para prevenir problemas de salud en el futuro. Según Malina et al. (2004), el ejercicio físico en la niñez también mejora la función cognitiva al incrementar el flujo sanguíneo al cerebro y reducir los niveles de estrés.

Además, la participación en actividades físicas organizadas fomenta la autoestima y la confianza en sí mismos, ya que los niños experimentan el logro de metas y el reconocimiento de sus habilidades por parte de sus pares y entrenadores. Estas experiencias no solo fortalecen su bienestar físico, sino también su desarrollo emocional y social.

Las actividades físicas grupales, como los deportes de equipo, no solo desafían las capacidades motoras de los niños, sino que también fomentan habilidades sociales y emocionales clave, como la colaboración y la resolución de problemas. Al participar en estas actividades, los niños aprenden a trabajar con otros hacia un objetivo común, a adaptarse a diferentes roles y a manejar conflictos de manera constructiva. Según Slavin (1995), estas experiencias son esenciales para el desarrollo integral: "El aprendizaje a través de actividades físicas cooperativas no solo mejora las habilidades técnicas, sino que también construye habilidades sociales y emocionales fundamentales para el éxito en la vida."

Por ejemplo, en un juego de equipo, los niños deben coordinar sus movimientos con los de sus compañeros, anticipar las acciones del adversario y tomar decisiones rápidas bajo presión. Estas habilidades no solo fortalecen su competencia motora, sino que también desarrollan su capacidad de pensar estratégicamente y de colaborar de manera efectiva.

Los avances físicos y motores de los niños de 10 a 11 años hacen que esta etapa sea ideal para la implementación de programas educativos que combinen actividad física con el desarrollo de habilidades sociales y cognitivas. Gallahue y Donnelly (2003) recomiendan introducir actividades que desafíen tanto las capacidades motoras como el pensamiento crítico, como deportes organizados, juegos de estrategia y actividades recreativas creativas.

Además, es fundamental que las actividades estén diseñadas de manera inclusiva, asegurando que todos los niños, independientemente de su nivel de habilidad, puedan participar y beneficiarse de las mismas. Esto fomenta no solo el desarrollo físico, sino también la confianza en sí mismos y un sentido de pertenencia.

El desarrollo físico y motor en niños de 10 a 11 años es un componente esencial de su crecimiento integral, proporcionando una base para el éxito en actividades académicas, deportivas y sociales. Como Gallahue y Donnelly (2003) concluyen: "El desarrollo motor en esta etapa es más que una cuestión de habilidades físicas; es un proceso integral que contribuye al bienestar general y al crecimiento personal de los niños." De esta manera, fomentar actividades que desafíen sus capacidades físicas y promuevan el trabajo en equipo no solo fortalecerá sus habilidades motoras, sino que también contribuirá a su desarrollo emocional, social y cognitivo.

2.5.3. Estilos de aprendizaje en niños de 10 a 11 años

Otro aspecto clave del desarrollo en niños de 10 a 11 años es la diversidad de estilos de aprendizaje que comienzan a manifestarse de manera más clara. Estos estilos representan las preferencias individuales que los estudiantes tienen al procesar y retener información, lo que los convierte en una guía esencial para diseñar estrategias pedagógicas efectivas. Mientras que algunos niños prefieren un enfoque visual, que implica aprender mediante gráficos, imágenes y diagramas, otros responden mejor a un estilo auditivo, en el que la explicación verbal o las discusiones grupales son más efectivas. Por otro lado, algunos estudiantes muestran una inclinación hacia el aprendizaje

kinestésico, que se basa en la experiencia práctica y el movimiento para internalizar conceptos.

Según Gardner (1983), la diversidad en los estilos de aprendizaje está estrechamente relacionada con su teoría de las inteligencias múltiples, que enfatiza que cada niño tiene fortalezas únicas en áreas específicas como la inteligencia lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, corporal-kinestésica, interpersonal e intrapersonal. Gardner argumenta que el reconocimiento y la potenciación de estas fortalezas en el aula no solo enriquecen el proceso de aprendizaje, sino que también fomentan la autoestima y el compromiso de los estudiantes. "Cada niño es un individuo único con capacidades distintas que deben ser valoradas y desarrolladas para que pueda alcanzar su máximo potencial en diferentes contextos."

Para atender a esta diversidad, los docentes deben implementar estrategias pedagógicas flexibles y diferenciadas que permitan a los estudiantes participar activamente en el proceso de aprendizaje de acuerdo con sus preferencias. Esto implica incorporar recursos visuales, actividades prácticas y dinámicas interactivas que abarquen una variedad de estilos. Según Kolb (1984), las experiencias de aprendizaje deben diseñarse para involucrar tanto a los aprendices activos como a los reflexivos, combinando actividades que estimulen la experimentación con otras que fomenten la observación y el análisis.

Por ejemplo, un estudiante con un estilo visual puede beneficiarse de mapas conceptuales y presentaciones gráficas, mientras que uno con un estilo auditivo aprenderá mejor a través de debates, explicaciones verbales y grabaciones. Por su parte, los aprendices kinestésicos responderán positivamente a actividades prácticas como experimentos, juegos y proyectos que impliquen manipulación física.

Una estrategia eficaz para abordar esta diversidad es la enseñanza multisensorial, que integra múltiples canales de aprendizaje para estimular las diversas inteligencias y estilos. Esta metodología combina elementos visuales, auditivos y kinestésicos en una sola actividad, permitiendo que los estudiantes procesen la información de diferentes maneras. Según Dunn y Dunn (1992), la enseñanza multisensorial no solo mejora la retención de información, sino que también aumenta la motivación y la participación activa de los estudiantes, ya que se sienten reconocidos en sus diferencias.

Por ejemplo, al enseñar conceptos científicos, los docentes pueden utilizar diagramas visuales, explicar los procesos en voz alta y permitir que los estudiantes realicen experimentos prácticos. De esta manera, se asegura que todos los estudiantes tengan la oportunidad de comprender y participar de acuerdo con sus estilos preferidos.

La diversidad en los estilos de aprendizaje también está profundamente conectada con las inteligencias múltiples propuestas por Gardner (1983). Un estudiante con inteligencia espacial, por ejemplo, puede preferir un enfoque visual, mientras que otro con inteligencia corporal-kinestésica puede prosperar en actividades prácticas y físicas. Este enfoque plantea que no existe un único "mejor" método de aprendizaje, sino que las estrategias deben adaptarse para reflejar las múltiples formas en que los niños procesan el mundo.

Al reconocer estas diferencias, los docentes pueden no solo mejorar el aprendizaje académico, sino también fomentar el desarrollo integral de los estudiantes. Además, se señala que "la educación debe dirigirse al conjunto completo de inteligencias y no limitarse a enfoques estandarizados. Esto asegura que todos los estudiantes puedan participar plenamente y desarrollar su potencial" (Gardner, 1983).

La diversidad de estilos de aprendizaje en niños de 10 a 11 años representa tanto un desafío como una oportunidad para los educadores. Reconocer y adaptar las estrategias pedagógicas para abordar estas diferencias no solo enriquece el proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que también fomenta un ambiente inclusivo y motivador donde cada estudiante se sienta valorado. Como señala Gardner (1983), "el respeto por las fortalezas individuales y la creación de oportunidades para que los estudiantes las utilicen son fundamentales para una educación efectiva y transformadora." De esta manera, los docentes tienen la responsabilidad de diseñar experiencias de aprendizaje que combinen estrategias visuales, auditivas y kinestésicas, integrando las inteligencias múltiples en el currículo para garantizar que todos los estudiantes puedan participar, aprender y prosperar en un entorno educativo equitativo y enriquecedor.

2.5.4. Métodos pedagógicos aplicados a las artes marciales

La pedagogía en las artes marciales va más allá de la mera enseñanza de técnicas de combate. Implica un enfoque holístico que considera el desarrollo integral del practicante. Como señala Cruz (2018), "la enseñanza de las artes marciales debe trascender la instrucción física, buscando el crecimiento personal y la formación de valores". En este

sentido, la pedagogía se convierte en una herramienta fundamental para transmitir los principios filosóficos y éticos que subyacen a cada disciplina marcial. Autores como Tabares (2015) resaltan la importancia de adaptar los métodos de enseñanza a las características individuales de los estudiantes, considerando sus necesidades y ritmos de aprendizaje.

2.5.4.1. Métodos Tradicionales vs. Métodos Modernos

La dicotomía entre métodos tradicionales y modernos en las artes marciales presenta un campo fértil para el análisis pedagógico. Los métodos tradicionales, arraigados en la transmisión oral y la repetición metódica de katas o formas, enfatizan la disciplina, el respeto y la conexión con el legado histórico. Estos métodos a menudo se centran en el desarrollo del carácter y la internalización de principios filosóficos, como el bushido en el caso del karate o el kung fu en las artes marciales chinas.

Sin embargo, la evolución de las ciencias del deporte ha impulsado la adopción de métodos modernos, que incorporan el análisis biomecánico, la periodización del entrenamiento y el uso de tecnologías como el video análisis y los sensores de movimiento. Estos enfoques buscan optimizar el rendimiento técnico y táctico, así como prevenir lesiones. Como destaca Imas (2019), "la esencia de las artes marciales se mantiene, independientemente del método utilizado", lo que sugiere que la adopción de técnicas modernas no necesariamente compromete los valores fundamentales de la disciplina.

La clave reside en encontrar un equilibrio entre la preservación de las raíces y la adaptación a las nuevas realidades. Autores como Correa (2017) proponen la integración de métodos activos y participativos, que fomenten la reflexión y el diálogo entre los practicantes. Esto implica diseñar sesiones de entrenamiento que combinen la práctica de formas tradicionales con ejercicios de aplicación práctica y situaciones de combate simulado. Además, se pueden incorporar herramientas tecnológicas para el análisis del movimiento y la retroalimentación individualizada, siempre y cuando se utilicen como complemento y no como sustituto de la guía del instructor.

En última instancia, la elección del método pedagógico dependerá de los objetivos específicos de cada practicante y de la filosofía de cada escuela o instructor. No obstante, es crucial que cualquier enfoque pedagógico promueva el desarrollo integral del

individuo, abarcando tanto los aspectos técnicos como los valores éticos y filosóficos que caracterizan a las artes marciales.

2.5.4.2.Desarrollo integral y valores formativos

El Karate Do, trascendiendo su concepción como mero sistema de combate, se erige como una vía integral de desarrollo personal. Esta disciplina, arraigada en profundos principios filosóficos y éticos, va más allá de la simple adquisición de habilidades físicas, adentrándose en la formación del carácter, el cultivo de valores esenciales y la promoción de un estilo de vida saludable y equilibrado. Como bien señala Nakayama (1977), "el Karate Do es más que una simple técnica de lucha, es un medio para el autodescubrimiento y la mejora personal". En este sentido, la práctica del Karate Do se consolida como un valioso instrumento pedagógico, con la capacidad de moldear tanto el cuerpo como la mente, influyendo de manera significativa en la totalidad del individuo.

Para profundizar en esta idea, es crucial reconocer cómo el Karate Do, a través de sus diversas prácticas y filosofías, impacta en diferentes dimensiones del desarrollo humano:

Dimensión Física: El entrenamiento constante en Karate Do exige y desarrolla una amplia gama de capacidades físicas, incluyendo fuerza, flexibilidad, velocidad, coordinación y resistencia. La práctica de "katas" (formas) y "kumite" (combate) contribuye al desarrollo de la conciencia corporal, la precisión en los movimientos y el control del cuerpo en el espacio. Existe un gran aumento de la propiocepción, que es el conocimiento que tiene el cuerpo de sí mismo, con respecto a su posición en el espacio.

Dimensión Mental: El aprendizaje de técnicas, katas y estrategias de combate estimula la memoria, la concentración, la capacidad de análisis y la toma de decisiones. La filosofía del Karate Do, que abarca conceptos como la disciplina, la perseverancia y el autocontrol, fomenta el desarrollo de la fortaleza mental y la estabilidad emocional. La práctica constante de "Mokuso", que es la meditación al inicio y al final de cada entrenamiento, ayuda a la concentración y al autocontrol.

Dimensión Socioemocional: El dojo (lugar de entrenamiento) proporciona un entorno social donde se cultivan el respeto, la camaradería, la cooperación y el sentido de pertenencia. La interacción con instructores y compañeros de entrenamiento promueve el desarrollo de habilidades de comunicación, empatía y resolución de conflictos. La

relación entre "sempai" (alumno avanzado) y "kohai" (alumno principiante) crea vínculos de respeto y aprendizaje, generando un sentido de comunidad muy fuerte.

Dimensión Ética y Moral: Los principios del Karate Do, como el "dojo kun" (código de conducta del dojo), inculcan valores como la honestidad, la integridad, la humildad y el respeto por los demás. La práctica del Karate Do fomenta la reflexión sobre el significado del comportamiento ético y la aplicación de estos principios en la vida cotidiana. La búsqueda de la superación personal, no con el objetivo de vencer a otros, sino de vencerse a uno mismo, genera un comportamiento ético muy fuerte. En esencia, el Karate Do se presenta como un camino holístico que busca el desarrollo integral del individuo, fortaleciendo no solo su cuerpo, sino también su mente y su espíritu.

2.5.4.3.El Karate Do como Herramienta para el Desarrollo Integral

El desarrollo integral en el Karate Do se manifiesta en múltiples dimensiones. A nivel físico, la práctica regular mejora la fuerza, la flexibilidad, la coordinación y la resistencia. A nivel mental, fomenta la concentración, la disciplina, la perseverancia y el autocontrol. Como afirma Funakoshi (1935), "el objetivo final del Karate Do no reside en la victoria o la derrota, sino en la perfección del carácter". Esta búsqueda de la perfección se traduce en un proceso de autosuperación constante, donde el practicante se enfrenta a sus propios límites y aprende a gestionarlos.

Además, el Karate Do promueve el desarrollo social y emocional. La práctica en grupo fomenta el respeto, la camaradería y el sentido de pertenencia. La interacción con instructores y compañeros de entrenamiento brinda oportunidades para el desarrollo de habilidades comunicativas y la resolución de conflictos. Como señala McCarthy (1995), "el Karate Do es un arte marcial y un arte de vivir, que nos enseña a interactuar con los demás de manera armoniosa".

Dimensión Espiritual: El Karate Do también tiene una dimensión espiritual significativa. La meditación y la reflexión son prácticas comunes que ayudan a los practicantes a encontrar paz interior y equilibrio. Según Oyama (1979), "el verdadero Karate es esto: en cada uno de nosotros hay un espíritu que puede ser refinado, un cuerpo que puede ser entrenado en su técnica, una vida que puede ser controlada, y en esto, el Karate es una metáfora para la vida misma". Esta dimensión espiritual fomenta la introspección y el crecimiento personal, permitiendo a los practicantes alcanzar un estado de armonía consigo mismos y con el mundo que los rodea.

Aplicación de Principios Filosóficos: Los principios filosóficos del Karate Do, como el respeto, la humildad y la perseverancia, no solo se aplican en el dojo, sino también en la vida cotidiana. La práctica constante de estos principios ayuda a los practicantes a desarrollar una ética sólida y a vivir de acuerdo con valores que promueven el bienestar y la armonía social. Como menciona Funakoshi (1938), "el Karate es un arte que cultiva el cuerpo y la mente, y su objetivo último es la perfección del carácter del practicante".

Impacto en la Vida Cotidiana: El impacto del Karate Do en la vida cotidiana de los practicantes es profundo. La disciplina y la perseverancia desarrolladas a través del entrenamiento se traducen en una mayor capacidad para enfrentar desafíos y superar obstáculos en otras áreas de la vida. Además, los valores de respeto y humildad fomentados en el dojo se reflejan en las interacciones diarias, promoviendo relaciones más saludables y constructivas. Como señala Nakayama (1989), "el Karate Do es una forma de vida que nos enseña a vivir con integridad y a enfrentar cada día con determinación y coraje".

Desarrollo Integral del Practicante: El Karate Do se presenta como un camino holístico que busca el desarrollo integral del individuo, fortaleciendo no solo su cuerpo, sino también su mente y su espíritu. A través de su práctica, los individuos no solo mejoran sus habilidades físicas, sino que también cultivan valores y principios que los acompañan a lo largo de toda su vida. La búsqueda de la perfección en el Karate Do es un viaje continuo de autodescubrimiento y mejora personal, donde cada desafío superado se convierte en un paso hacia un mayor entendimiento de uno mismo y del mundo que nos rodea.

2.5.4.4. Valores Formativos en la Enseñanza del Karate Do

La enseñanza del Karate Do se sustenta en un sólido sistema de valores, que se transmiten de generación en generación. Entre los valores fundamentales se encuentran:

Respeto (Rei): El respeto es la base de todas las relaciones humanas en el Karate Do. Se manifiesta en el saludo (rei), en la actitud hacia el instructor y los compañeros, y en el comportamiento dentro y fuera del dojo. Como menciona Habersetzer (2004), "el rei es la expresión externa de un espíritu de humildad y gratitud".

Disciplina (Shugyo): La disciplina es esencial para el progreso en el Karate Do. Se requiere disciplina para seguir las instrucciones del instructor, para practicar con

constancia y para mantener la concentración durante el entrenamiento. Como señala Oyama (1965), "la disciplina es el puente entre las metas y los logros".

Perseverancia (Osu): La perseverancia es la capacidad de mantener el esfuerzo a pesar de las dificultades. En el Karate Do, se requiere perseverancia para superar los retos técnicos y mentales que se presentan en el camino. Como afirma Draeger (1974), "El camino del guerrero es una búsqueda incesante de la superación personal".

Autocontrol (K controlling oneself): El autocontrol es la capacidad de gestionar las emociones y los impulsos. En el Karate Do, se aprende a controlar la agresividad y a utilizar la fuerza de manera proporcional y adecuada. Como señala Cook (2001), "El autocontrol, tanto físico como mental, es quizás la lección más valiosa que el Karate puede enseñar".

Humildad (Kenkyo): La humildad implica reconocer las propias limitaciones y valorar los logros de los demás. En el Karate Do, se aprende a ser humilde en la victoria y digno en la derrota. Como menciona Stevens (2001), "La verdadera fuerza reside en la humildad".

2.6. Actividades extracurriculares en la educación formal

En el panorama educativo contemporáneo, las actividades extracurriculares han adquirido un papel protagónico, trascendiendo su concepción tradicional como meros complementos del currículo formal. Su valor reside en la capacidad de enriquecer la experiencia educativa, promoviendo el desarrollo integral de los estudiantes y fomentando habilidades que van más allá del ámbito académico. Como señala Eccles (2003), "las actividades extracurriculares ofrecen oportunidades únicas para el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas que no siempre se abordan en el aula".

Beneficios Multidimensionales de las Actividades Extracurriculares

Las actividades extracurriculares impactan positivamente en múltiples dimensiones del desarrollo estudiantil:

- **Desarrollo Académico:**

Estudios como el de Marsh y Kleitman (2003) han demostrado que la participación en actividades extracurriculares puede estar asociada con un mejor rendimiento académico, una mayor motivación y una actitud más positiva hacia la escuela. "La participación en programas extracurriculares puede reforzar el aprendizaje

académico, ya que proporciona contextos prácticos para aplicar los conocimientos adquiridos en el aula" (Lauer et al., 2006).

- **Desarrollo Social y Emocional:**

Las actividades extracurriculares fomentan el desarrollo de habilidades sociales como el trabajo en equipo, la comunicación y el liderazgo. "La participación en actividades grupales promueve el sentido de pertenencia y la construcción de relaciones positivas con pares y adultos" (Durlak, Weissberg, & Pachan, 2010).

Ayudan a la construcción de la autoestima.

- **Desarrollo del Carácter:**

La participación en actividades extracurriculares inculca valores como la responsabilidad, la disciplina, la perseverancia y el compromiso. "Estas actividades proporcionan un espacio para que los estudiantes desarrollen la resiliencia y la capacidad de afrontar los desafíos" (Larson, 2000).

- **Desarrollo de Habilidades Específicas:**

Las actividades extracurriculares permiten a los estudiantes explorar y desarrollar sus intereses y talentos en áreas como el deporte, las artes, la música, la tecnología y el servicio comunitario. "La participación en actividades extracurriculares puede conducir a la adquisición de habilidades especializadas que pueden ser valiosas para el futuro profesional de los estudiantes" (Hansen & Larson, 2007).

Consideraciones Clave para la Implementación Efectiva

Para maximizar los beneficios de las actividades extracurriculares, es fundamental considerar los siguientes aspectos:

- **Diversidad y Accesibilidad:**

Es crucial ofrecer una amplia variedad de actividades que se adapten a los intereses y necesidades de todos los estudiantes, independientemente de su origen socioeconómico o sus capacidades. Es importante asegurarse de que las actividades sean accesibles para todos los estudiantes, eliminando las barreras económicas, logísticas o de otro tipo.

- **Calidad y Supervisión:**

Las actividades extracurriculares deben ser dirigidas por profesionales cualificados y contar con una supervisión adecuada para garantizar la seguridad y el bienestar de los estudiantes.

- **Integración con el Currículo Formal:**

Es deseable establecer conexiones entre las actividades extracurriculares y el currículo formal, para que los estudiantes puedan aplicar sus conocimientos y habilidades de manera práctica.

- **Evaluación y Mejora Continua:**

Es importante evaluar regularmente la efectividad de las actividades extracurriculares y utilizar los resultados para realizar mejoras continuas.

Las actividades extracurriculares representan un componente esencial de la educación integral, contribuyendo al desarrollo de estudiantes más competentes, resilientes y comprometidos con su comunidad. Al ofrecer oportunidades para el aprendizaje experiencial, el desarrollo de habilidades y la exploración de intereses, estas actividades preparan a los estudiantes para enfrentar los desafíos del siglo XXI y construir un futuro más próspero.

2.7. Rol de las guías metodológicas en el éxito de programas extracurriculares

El papel fundamental de las guías metodológicas en la eficacia de los programas extracurriculares no puede subestimarse. Estos programas son vitales para la formación integral de los estudiantes, ya que ofrecen oportunidades para desarrollar habilidades, explorar intereses y construir un sentido de pertenencia. Sin embargo, su éxito no es casual; depende de una planificación, implementación y evaluación cuidadosas. En este contexto, las guías metodológicas son herramientas indispensables para garantizar la coherencia, la calidad y la efectividad de las actividades extracurriculares.

2.7.1. Guías Didácticas: Entrenamiento deportivo

Las guías didácticas para el entrenamiento deportivo son instrumentos pedagógicos esenciales que ofrecen sugerencias y recomendaciones concretas a los docentes sobre la implementación de métodos activos y estrategias metodológicas en las sesiones de clase. Su objetivo fundamental es asegurar que la enseñanza de la práctica

deportiva, sea cual sea la disciplina, se alinee rigurosamente con el marco pedagógico conceptual y el Currículo Nacional.

En esencia, la guía didáctica transforma los objetivos curriculares, como el desarrollo de Destrezas con Criterio de Desempeño, en actividades prácticas, garantizando que se trabajen no solo las habilidades motoras, sino también competencias transversales vitales como "Aprender a Aprender" y la "Competencia social y cívica".

Aplicación Metodológica de Guías Didácticas en el Entrenamiento Deportivo

La aplicación efectiva de una guía didáctica en el contexto del entrenamiento deportivo, especialmente con escolares, requiere la adopción de modelos de enseñanza contemporáneos y estrategias que prioricen la comprensión sobre la mera repetición mecánica.

1. Adopción de Modelos Basados en la Comprensión

La aplicación moderna se fundamenta en modelos que ponen el aprendizaje en el centro, como el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva (Teaching Games for Understanding - TGfU).

Práctica Variable: Un elemento clave es la práctica variable (Pigott, 1985), que evita las "respuestas reactivas ante la repetitiva mecánica de los gestos técnicos". En lugar de la ejecución aislada de un gesto, se introducen cambios constantes en las condiciones de la práctica para fomentar la adaptabilidad motriz.

Prioridad Táctica: Se busca desarrollar la comprensión táctica antes o junto con la técnica pura. Por ejemplo, en el caso del Karate-Do, esto implica enfocar la enseñanza de un golpe (Tsuki) no solo en su ejecución perfecta, sino en su funcionalidad dentro de una tarea técnica-táctica que permita valorar su efectividad.

2. Estrategias para el Aprendizaje Cooperativo y la Ética

La didáctica del entrenamiento deportivo debe fomentar activamente los valores y la interacción social.

Responsabilidad Individual (Velázquez, 2003): Se aplica como una interacción promotora. Se espera que cada miembro del grupo anime, motive y apoye al otro para cumplir el desafío motriz. El conocimiento debe ser compartido, de manera que todos puedan avanzar juntos.

Estrategias Reflexivas (Portorreal García et al., 2022): Consisten en fomentar la autocorrección y la corrección mutua entre compañeros (peer-correction). Este análisis compartido de las dificultades resulta un componente positivo y más natural en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Reglamento Ético: Es fundamental adaptar el reglamento del juego al nivel de los niños y, de ser posible, fomentar que ellos mismos establezcan sus propias reglas. Para reforzar la honestidad y la disciplina (valores educativos primordiales), se puede otorgar puntos extras a los jugadores que reconozcan voluntariamente una infracción o violación de la regla.

3. Técnicas de Segmentación y Metacognición

Para mantener la atención y la calidad de la práctica, la estructura de la clase debe ser dinámica y reflexiva.

Segmentación de Clases: Para evitar el aburrimiento o la fatiga ante la repetición, las clases deben dividirse en segmentos cortos y variados. Se recomienda alternar entre actividades físicas, juegos, ejercicios de concentración y la práctica de técnicas específicas.

Discusión Guiada (Cooper, 1990): Esta técnica implica una conversación estructurada entre el docente y los estudiantes. Se plantean preguntas informales para generar un intercambio de respuestas que fomenten la metacognición. Por ejemplo, se podría preguntar: "¿De cuántas formas han defendido ese ataque?" o "¿Cuál fue la parte del ejercicio más difícil de coordinar?".

Fomento de la Metacognición: Se anima al alumno a ser consciente de sus propias capacidades motoras y de la experiencia previa. El docente debe promover que el estudiante analice activamente los componentes importantes de la actividad (postura, intención, alineación) antes de iniciar la práctica.

2.8.Fundamentación legal

La presente línea de investigación se articula directamente con el marco normativo ecuatoriano, reconociendo los derechos y obligaciones fundamentales de todos los ciudadanos que rigen la convivencia social. Esta base legal permite establecer un nuevo enfoque de convivencia cuyo propósito es alcanzar objetivos relacionados con la práctica de la Educación Física, el Deporte y la Recreación.

2.9. Constitución de la República del Ecuador

A continuación, se cita el marco legal correspondiente a la Constitución de la República del Ecuador:

Art. 24.- Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre.

Art. 343.- “El sistema nacional de educación tendrá como finalidad el desarrollo de capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población, que posibiliten el aprendizaje, y la generación y utilización de conocimientos, técnicas, saberes, artes y cultura. El sistema tendrá como centro al sujeto que aprende, y funcionará de manera flexible y dinámica, incluyente, eficaz y eficiente. El sistema nacional de educación integrará una visión intercultural acorde con la diversidad geográfica, cultural y lingüística del país, y el respeto a los derechos de las comunidades, pueblos y nacionalidades”.

Art. 381.- “El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad”.

Art. 383.- Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.

2.10. Ley Orgánica de Educación Intercultural

Artículo 2.- Fines de la Educación

Este artículo establece los objetivos de la educación, que son el marco general para incluir la actividad física:

Literal c): "El desarrollo pleno de la personalidad de las y los estudiantes, que coadyuve a lograr el Buen Vivir." La actividad física y el deporte son componentes esenciales para el desarrollo pleno y la salud, elementos clave del concepto de Buen Vivir.

Literal d): "El desarrollo de las capacidades de las y los estudiantes, mediante el fomento y fortalecimiento de la inteligencia corporal kinestésica y la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas." (Esta es una adición clave en reformas recientes, que vincula directamente el deporte y la actividad física con los fines educativos).

Artículo 3.- Derechos y Obligaciones. Este artículo establece que la educación es un derecho garantizado por el Estado y que debe ser integral:

Literal a) (Derecho a una educación de calidad y calidez): Implica que todos los componentes curriculares, incluida la Educación Física, deben ser impartidos con calidad.

Literal b) (Igualdad de Oportunidades): La educación debe incluir la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas para todos los estudiantes, sin discriminación.

Artículo 6.- Obligaciones del Estado. Este artículo detalla las responsabilidades del Estado para garantizar la educación, incluyendo:

Literal c): "Garantizar que los centros educativos sean espacios saludables y seguros." Esto incluye la obligación de mantener una infraestructura física adecuada para la práctica de la Educación Física y el deporte (canchas, gimnasios, etc.).

Artículo 7.- Obligaciones de las y los Estudiantes. Aunque no se refiere directamente a la actividad física, sí sienta las bases de la conducta y disciplina necesarias para su práctica:

Literal e): "Hacer uso de las instalaciones y bienes de las instituciones educativas y de otras instituciones y organismos públicos con responsabilidad." (Aplica a la utilización de canchas y espacios deportivos).

2.11. Ley del Deporte, Educación Física y Recreación

En el documento de Ley del Deporte, Educación Física y Recreación la Asamblea Nacional del Ecuador (2010) detalla lo siguiente:

CAPÍTULO I DE LAS Y LOS CIUDADANOS

Art. 11.- De la práctica del deporte, educación física y recreación. - Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República y a la presente Ley.

TÍTULO V DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Art. 81.- De la Educación Física. - La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Prebásico, básico, bachillerato y superior, considerándola como un área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos 44 apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo.

Art. 82.- De los contenidos y su aplicación. - Los establecimientos educativos de todos los niveles deben aplicar en sus contenidos de estudio y mallas curriculares la cátedra de educación física, la misma que deberá ser impartida cumpliendo una carga horaria que permita estimular positivamente el desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales, condicionales y coordinativas de los estudiantes. Y de acuerdo con el Ministerio de Educación (2016), mediante Acuerdo Ministerial 41- 2014, se impulsa el aumento de dos a cinco horas semanales en el área de Educación Física, y tomó la decisión de iniciar en el año lectivo 2014-2015 el Programa Escolar de Actividad Física “Aprendiendo en Movimiento”, con la intención de poner a prueba su lógica y validar su implementación. A partir de la publicación del presente documento de la propuesta didáctica, se extiende este modo de concebir la Educación Física Educativa a la totalidad de las horas del área en Educación General Básica.

Art. 84.- De las instalaciones. - Los centros educativos públicos y privados deberán disponer de las instalaciones, materiales e implementos adecuados para el desarrollo y enseñanza de la educación física, garantizando estos, la participación incluyente y progresiva de las personas con discapacidad.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3. Enfoque de investigación

El diseño e implementación de una guía metodológica para la enseñanza-aprendizaje del Karate-Do estilo Shotokan en niños de 10 a 11 años requiere un enfoque de investigación que capture la complejidad y riqueza de este proceso. En este estudio, se adopta un enfoque mixto, combinando elementos de la investigación cualitativa y cuantitativa para obtener una comprensión integral del fenómeno. Como señalan Hernández, Fernández y Baptista (2014), "la investigación mixta permite obtener una mayor amplitud y profundidad en la comprensión del fenómeno, ya que compensa las debilidades inherentes del uso de cada enfoque por separado".

La investigación cuantitativa se enfoca en la medición y el análisis de datos numéricos para establecer relaciones entre variables y obtener resultados generalizables. En este estudio, se utilizarán técnicas cuantitativas como las encuestas y las pruebas de habilidad para evaluar el impacto de la guía metodológica en el aprendizaje del Karate-Do. Como señalan Creswell y Plano Clark (2011), "la investigación cuantitativa permite obtener datos numéricos que pueden ser analizados estadísticamente para identificar patrones y tendencias".

La combinación de la investigación cualitativa y cuantitativa permite obtener una visión más completa del problema. Los datos cualitativos proporcionan una comprensión profunda de las experiencias de los participantes, mientras que los datos cuantitativos permiten medir el impacto del programa y obtener resultados generalizables. La integración de ambos enfoques enriquece el análisis y permite obtener conclusiones más robustas y significativas.

La investigación se construye bajo un paradigma pragmático que combina métodos mixtos (cualitativo y cuantitativo), buscando una comprensión profunda de la efectividad de la Guía Metodológica.

Fase Cualitativa: Se emplearán preguntas abiertas a docentes que tengan títulos en Educación Física, sea tecnología o licenciatura.

Fase Cuantitativa: Se aplicarán encuestas de satisfacción y percepción con escala Likert a los 20 docentes para valorar su percepción sobre la metodología empleada.

Cabe recalcar que los instrumentos empleados serán validados por expertos, asegurando así su fiabilidad mediante el coeficiente Alfa de Cronbach (Hernández et al., 2014, p. 295), con la meta de acercar la confiabilidad lo más posible a uno.

3.1.Población y muestreo

Se emplea un muestreo de carácter intencional no probabilístico, compuesto por:

- Preguntas abiertas a los encuestados que participen en la elaboración del cuestionario.
- 20 docentes de la jornada matutina y vespertina de la institución.

La selección de los estudiantes se fundamenta en criterios de accesibilidad, disponibilidad horaria y el consentimiento informado de sus padres/representantes, con el objetivo de aplicar las encuestas. Según Asiamah et, al. (2017), “el muestreo no probabilístico permite obtener información valiosa de grupos focalizados, cuando los parámetros poblacionales son desconocidos o difíciles de identificar individualmente” (p. 1608), lo que se convierte en una estrategia válida para investigaciones exploratorias y aplicadas en educación, especialmente en la implementación de una metodología específica.

En cuanto a los docentes, su selección se realiza en función de su disponibilidad y su vinculación directa con el nivel donde se implementa la propuesta. Esta población es seleccionada intencionalmente para obtener su perspectiva pedagógica y su apreciación sobre los efectos de la práctica de Karate-Do en el desarrollo de las habilidades de los estudiantes.

3.2.Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica y el instrumento que se utilizó para el trabajo de investigación fueron: la encuesta y el cuestionario que se realizó a 10 docentes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, con el objetivo de recabar información sobre el Aprendizaje y Desarrollo Integral de Niños (10-11 años) aplicando el estilo metodológico del Karate-Do Shotokan. Con base en lo mencionado por Hurtado (2012) “La técnica de la encuesta corresponde a un ejercicio de búsqueda de información acerca del evento de estudio, mediante preguntas directas, a varias unidades, o fuentes” (p. 875, Tesis PUCE).

Adicionalmente, se aplicarán preguntas abiertas a expertos en Educación Física que sean instructores con alta graduación. La técnica de entrevistas, fundamental en la

metodología cualitativa, es concebida como una herramienta esencial para la recolección de datos, como manifiesta Taylor y Bogdan (1987) "La entrevista, de acuerdo con esta perspectiva, es una técnica que se utiliza para obtener descripciones de las experiencias de vida y las perspectivas de los participantes, siendo una de las principales maneras de recopilar información en la investigación cualitativa" (p. 45).

3.3.Operacionalización de variables

Tabla 1. Operacionalización de variables

Variable	Dimensión	Indicador	Técnica	Instrumento
Guía Didáctica Metodológica del Karate-Do Shotokan	Diseño Pedagógico y Curricular	Alineación con el Currículo Nacional y el Bloque de Prácticas Deportivas.	Entrevista	Guía de entrevista
	Metodología Activa Aplicada	Uso de la práctica variable y la segmentación para evitar la fatiga y respuestas mecánicas.		
	Estructura Técnica Progresiva	Secuencia didáctica de Kihon → Kata → Kumite y uso de la progresión Técnica-Táctica en la instrucción.		
Aprendizaje y Desarrollo Integral de Niños (10-11 años)	Aprendizaje Técnico-Motor	Dominio de habilidades motoras (coordinación, equilibrio, fuerza, velocidad) y ejecución efectiva de técnicas (<i>Tsuki</i> , posturas).	Encuesta	Cuestionario
	Habilidades Cognitivas/Estratégicas	Capacidad de anticipación, toma de decisiones y velocidad de procesamiento en situaciones de combate (<i>Kumite</i>).		
	Desarrollo Socioemocional y Valórico	Manifestación de disciplina, respeto		

	(simbolizado en el <i>rei</i>) y uso de autocontrol en la práctica.
Impacto y Percepción del Programa	Nivel de satisfacción y percepción de la efectividad de la guía por parte de los instructores
Elaboración propia	

3.4. Técnicas de análisis de datos

El ejercicio de categorización conlleva la identificación de componentes analíticos específicos dentro del corpus textual. Aunque ciertos enfoques sugieren que este procedimiento podría comprometer la integridad del discurso al fragmentarlo, en la presente investigación se optó por una delimitación previa de los elementos de estudio para mitigar dicho riesgo. En este sentido, se asume la unidad de análisis como un segmento discursivo con autonomía temática, distinguible del tejido textual global por su referencia a un tópico concreto, conforme a los planteamientos de Hurtado de la Barrera (2012).

A su vez, los datos cuantitativos serán procesados con el paquete estadístico SPSS el cual, permitirá observar como la frecuencia absoluta y frecuencia relativa porcentual de cada una de las preguntas que presentan una escala nominal. Adicionalmente, las preguntas abiertas, donde los encuestados podían escribir brevemente las respuestas, para lo cual, se utilizará el programa ATLAS. TI para elaborar redes semánticas.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS

4.1. Análisis de resultados cuantitativos

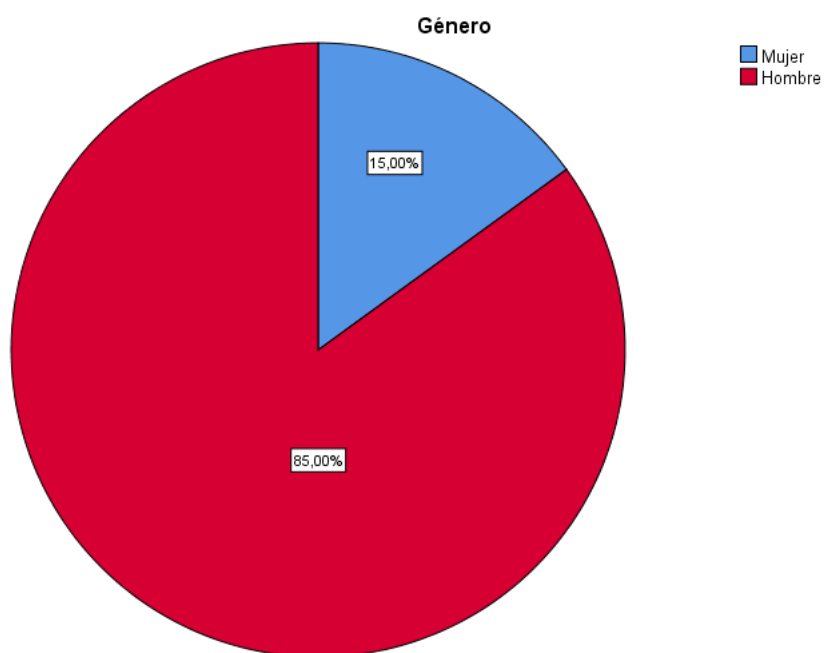
En esta sección se exponen los hallazgos derivados de la ejecución del diseño metodológico previamente descrito. La presentación de los datos guarda estricta correspondencia con los instrumentos de recolección aplicados.

4.1.1. Género

Tabla 2. Género

Válido	Mujer	3	15,0	15,0	15,0
	Hombre	17	85,0	85,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

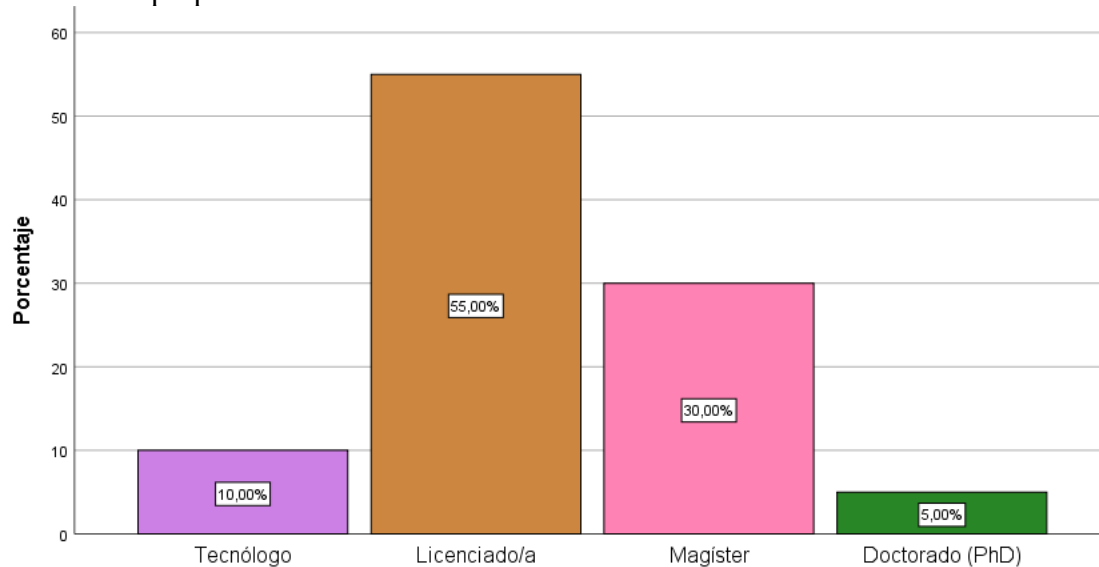
En lo que respecta a la identidad de género de la muestra (ver gráfico de sectores), se evidencia una marcada predominancia masculina, representando aproximadamente las tres cuartas partes de la población encuestada, frente a una minoría femenina.

4.1.2. ¿Cuál es su título académico obtenido?

Tabla 3. Título académico

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Tecnólogo	2	10,0	10,0	10,0
	Licenciado/a	11	55,0	55,0	65,0
	Magíster	6	30,0	30,0	95,0
	Doctorado (PhD)	1	5,0	5,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

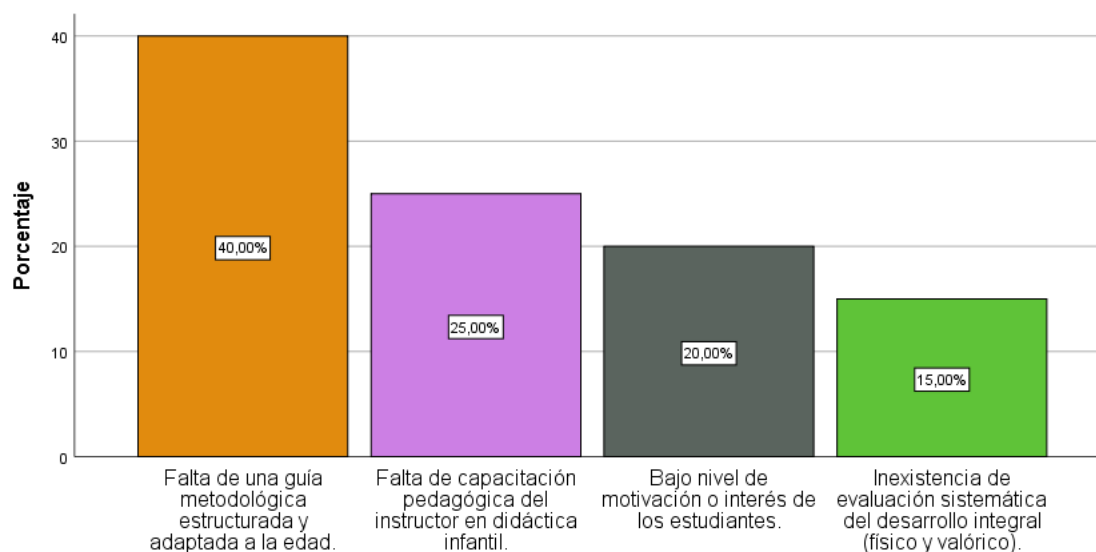
Los datos recabados permiten identificar la preparación profesional de la población docente encuestada. Se observa que el 55% de los participantes posee un título de tercer nivel (Licenciatura), constituyéndose como el grupo mayoritario. Le siguen aquellos con formación de cuarto nivel (Magíster), que representan el 30% de la muestra. En proporciones menores se encuentran los tecnólogos (10%) y, finalmente, un 5% que ostenta el grado de Doctorado (PhD).

4.1.3. Factor que más limita la efectividad del programa de Karate-Do para niños de 10-11 años en la institución

Tabla 4. Factor que más limita la efectividad del programa de Karate-Do para niños de 10-11 años en la institución

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Falta de una guía metodológica estructurada y adaptada a la edad.	8	40,0	40,0	40,0
	Falta de capacitación pedagógica del instructor en didáctica infantil.	5	25,0	25,0	65,0
	Bajo nivel de motivación o interés de los estudiantes.	4	20,0	20,0	85,0
	Inexistencia de evaluación sistemática del desarrollo integral (físico y valórico).	3	15,0	15,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

Al evaluar las causas de la limitada efectividad en los programas vigentes, el 40% de los docentes identifica como principal debilidad la falta de una guía metodológica estructurada y adaptada a la edad. A esto se suma un 25% que señala la carencia de capacitación en didáctica infantil y un 20% que observa un bajo nivel de motivación en el estudiantado. Finalmente, el 15% atribuye el problema a la inexistencia de una

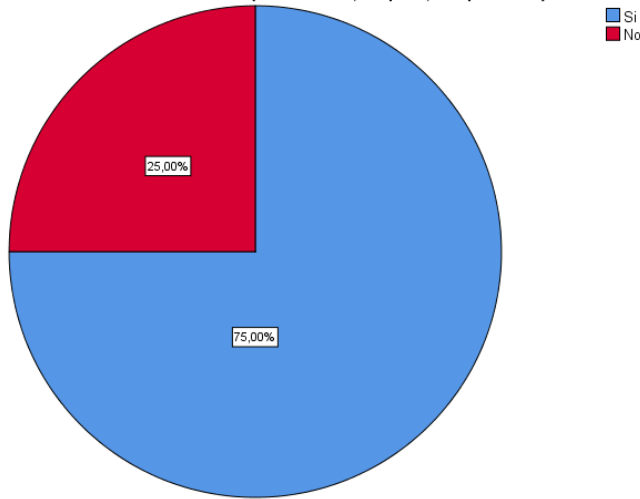
evaluación sistemática del desarrollo integral. Por lo tanto, la demanda mayoritaria (40%) por una herramienta estructurada confirma que, a pesar de la alta formación académica de los docentes, existe un vacío didáctico específico para la enseñanza del Karate-Do en niños de 10 a 11 años. Así mismo, la identificación de la falta de capacitación en didáctica infantil (25%) valida la necesidad de integrar conocimientos de psicología evolutiva en la propuesta, asegurando que la progresión técnica del estilo Shotokan respete la madurez biosicosocial del estudiante. Con relación a la fragmentación en los procesos de evaluación (15%) y la baja motivación (20%) son consecuencias directas de la falta de un sistema de progresión técnica claro, donde el niño no percibe sus avances de forma tangible y valorativa.

4.1.4. ¿Considera que el enfoque metodológico actual de la enseñanza del Karate-Do satisface las necesidades de desarrollo socioemocional (autocontrol, respeto, cooperación) de los estudiantes?

Tabla 5. Enfoque metodológico actual de la enseñanza del Karate-Do

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	15	75,0	75,0	75,0
	No	5	25,0	25,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

De acuerdo con los datos obtenidos, se observa que una mayoría significativa, representada por el 75% (n=15) de los docentes, considera que el enfoque actual cumple con los requerimientos de desarrollo socioemocional en el estudiantado. No obstante,

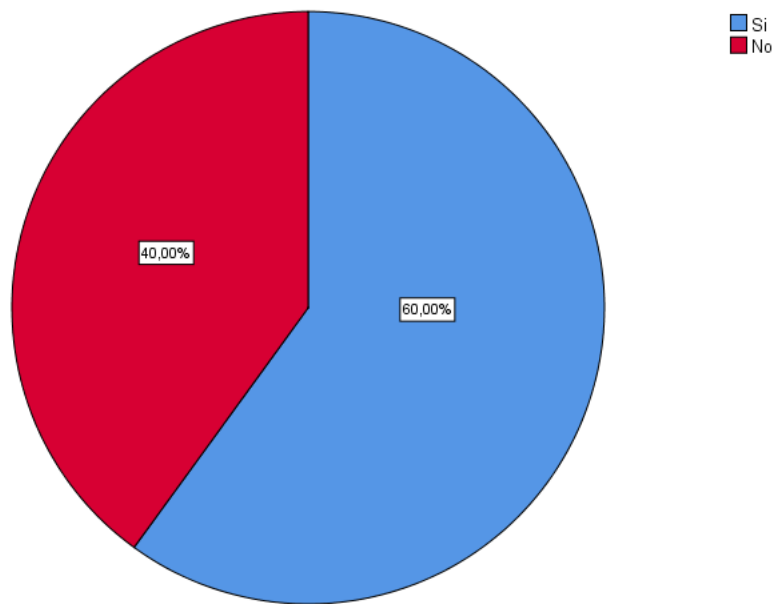
existe un 25% (n=5) de la muestra que manifiesta una postura crítica, señalando que las metodologías aplicadas no satisfacen plenamente estas necesidades. La percepción positiva del 75% refleja que el Karate-Do, por su propia naturaleza y filosofía (basada en el Dojo Kun y el Ni Ju Kun), posee una estructura intrínseca orientada al respeto y al autocontrol. Para la mayoría de los instructores, la tradición marcial sigue siendo un vehículo efectivo para la transmisión de valores. Aunque la mayoría está conforme, el hecho de que uno de cada cuatro docentes identifique deficiencias es un hallazgo estadísticamente relevante en un nivel de posgrado. Esta insatisfacción puede estar vinculada a la falta de una guía metodológica estructurada detectada en el análisis previo (40% de los docentes la señalaban como debilidad). Sin una guía que sistematice cómo enseñar la cooperación y el autocontrol específicamente para niños de 10 a 11 años, estos valores corren el riesgo de quedar como conceptos abstractos y no como aprendizajes vivenciales. Además, el rango de 10 a 11 años, los estudiantes atraviesan cambios psicosociales críticos donde la "cooperación" suele verse desafiada por la competitividad. El 25% de negatividad sugiere que el enfoque actual podría estar demasiado centrado en la técnica individual o la competencia, descuidando estrategias didácticas modernas de aprendizaje cooperativo y gestión emocional dentro del dojo.

4.1.5. ¿Se utilizan actualmente en la institución instrumentos de evaluación objetivos (como Listas de Control o Escalas de Observación) para medir el progreso técnico específico (Kihon o Kata) de los estudiantes?

Tabla 6. Uso de instrumentos en la institución instrumentos de evaluación objetivos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	12	60,0	60,0	60,0
	No	8	40,0	40,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

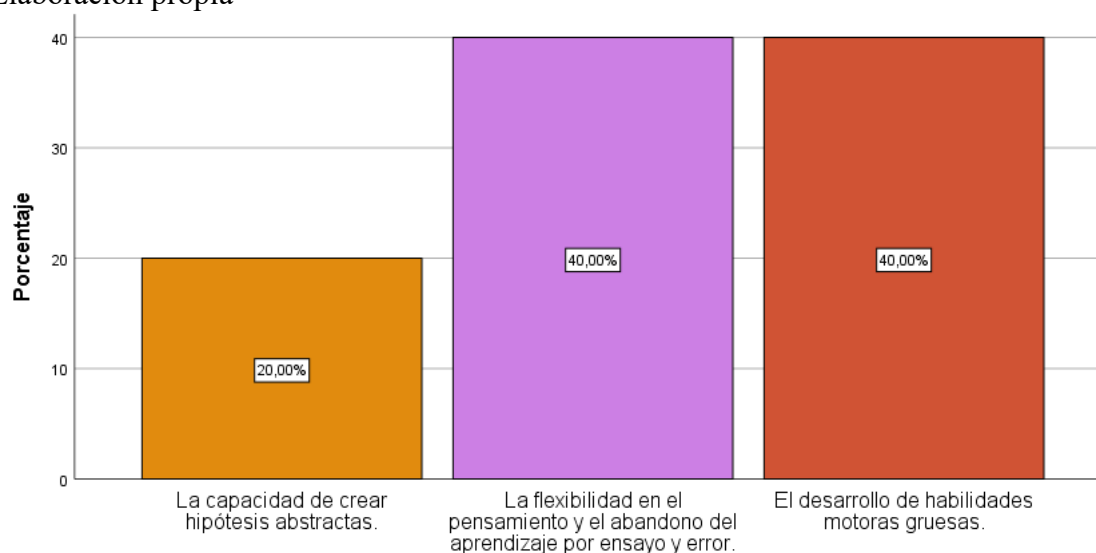
En cuanto al uso de herramientas de medición para el progreso técnico (Kihon o Kata), los resultados indican que el 60,00% de la institución sí utiliza instrumentos objetivos como listas de control o escalas de observación. Sin embargo, un considerable 40,00% de los encuestados afirma no emplear este tipo de recursos para medir el avance de los estudiantes. La existencia de un 40% de docentes que no utilizan instrumentos objetivos revela un riesgo de subjetividad en la evaluación marcial. Mientras la mayoría ha intentado sistematizar el proceso, una parte importante de la muestra parece basar la promoción o corrección técnica en el criterio tradicional "a ojo" del instructor. Esta brecha entre quienes evalúan con rigor técnico y quienes no, refuerza la urgencia de proponer una guía que no solo enseñe qué hacer (metodología), sino cómo medirlo (evaluación), garantizando que el desarrollo integral del niño sea monitoreado de forma científica y no solo intuitiva.

4.1.5. El niño de 10 a 11 años se encuentra en el Estadio de las Operaciones Concretas (Piaget). Esta etapa se caracteriza por un avance clave que facilita la enseñanza del Kata como secuencia estratégica.

Tabla 7. El niño de 10 a 11 años se encuentra en el Estadio de las Operaciones Concretas (Piaget). Esta etapa se caracteriza por un avance clave que facilita la enseñanza del Kata como secuencia estratégica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	La capacidad de crear hipótesis abstractas.	4	20,0	20,0	20,0
	La flexibilidad en el pensamiento y el abandono del aprendizaje por ensayo y error.	8	40,0	40,0	60,0
	El desarrollo de habilidades motoras gruesas.	8	40,0	40,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

Al consultar sobre los avances clave que facilitan la enseñanza del Kata como secuencia estratégica en esta edad, los resultados se dividen significativamente: el 40,00% identifica la flexibilidad en el pensamiento y el abandono del aprendizaje por ensayo y error como el factor principal. De igual manera, otro 40,00% señala el desarrollo de habilidades motoras gruesas. Por el contrario, un 20,00% de los encuestados atribuye erróneamente a esta etapa la capacidad de crear hipótesis abstractas. La mayoría de los docentes reconoce que el niño de esta edad posee la madurez para entender secuencias lógicas (Kata) sin depender exclusivamente de la repetición mecánica, aprovechando una coordinación

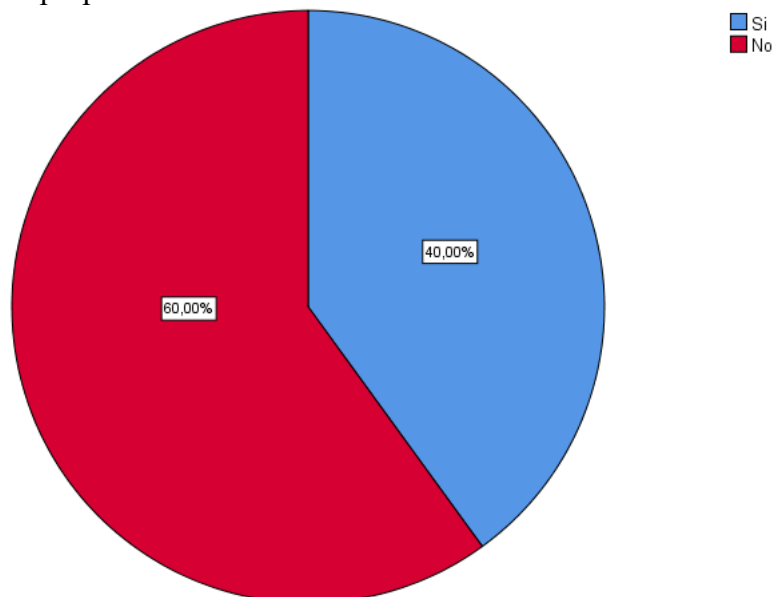
motriz más refinada. La identificación de "hipótesis abstractas" indica que una quinta parte de los instructores podría estar aplicando metodologías con un nivel de abstracción superior al que el niño puede procesar, lo cual explicaría la desmotivación reportada anteriormente.

4.1.6. ¿Es correcto afirmar que el principio rector del Shotokan establece que el objetivo fundamental del Karate-Do es la victoria sobre el oponente en el Kumite (combate)?

Tabla 7. Principio rector del Shotokan

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	8	40,0	40,0	40,0
	No	12	60,0	60,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

De acuerdo con los datos recolectados, el 60,00% de los docentes encuestados afirma que el principio rector del Shotokan no establece la victoria en el combate como su fin último. Por el contrario, un 40,00% de la muestra sostiene una postura afirmativa, considerando que el éxito sobre el oponente constituye el objetivo fundamental de esta arte marcial. El predominio de la respuesta negativa (60,00%) es un indicador positivo de madurez pedagógica. Demuestra que la mayoría de los instructores comprende la esencia del Shotokan —basada en preceptos como el Dojo Kun— donde el perfeccionamiento del carácter y el dominio propio prevalecen sobre el resultado competitivo. Esta visión es

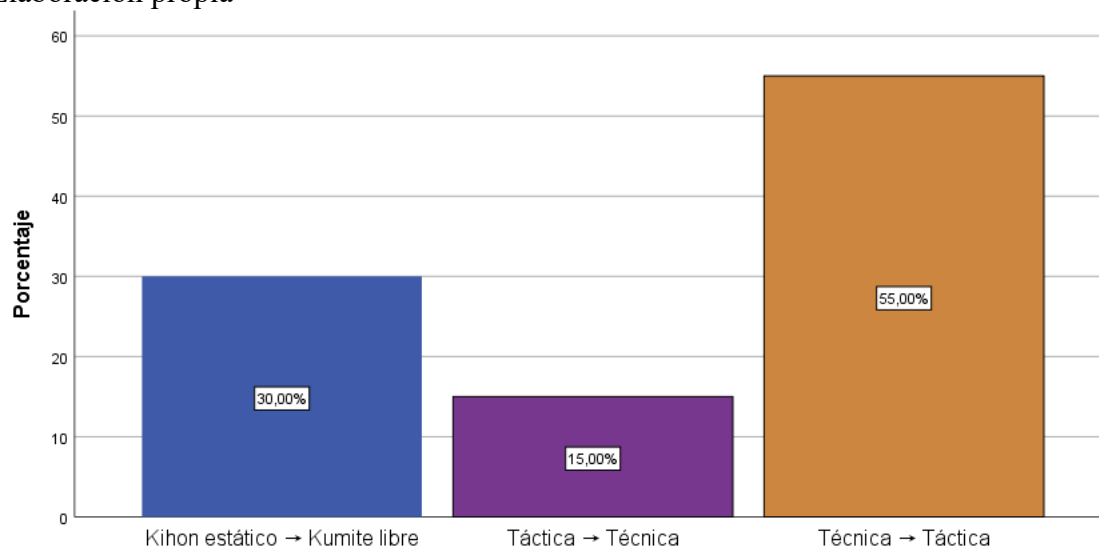
fundamental para una enseñanza orientada a valores y no meramente al rendimiento deportivo. La existencia de un 40,00% de docentes que prioriza la victoria en el Kumite sugiere una influencia significativa del Karate deportivo o competitivo en la praxis docente actual. Para un trabajo de posgrado, este dato es relevante puesto que una visión centrada exclusivamente en la victoria puede desvirtuar los objetivos de desarrollo integral, autocontrol y respeto que se buscan promover en estudiantes de nivel escolar. Esta división de criterios subraya la necesidad de estandarizar los fundamentos teóricos en los programas de enseñanza. Si casi la mitad de los instructores prioriza el combate sobre el desarrollo personal, existe el riesgo de que la instrucción técnica pierda su enfoque formativo y socioemocional, volviéndose puramente pragmática y competitiva.

4.1.7. ¿Cuál es la progresión didáctica más adecuada para la enseñanza de técnicas como el Tsuki (golpe) en la iniciación deportiva, según la literatura?

Tabla 8. Progresión didáctica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Kihon estático → Kumite libre	6	30,0	30,0	30,0
	Táctica → Técnica	3	15,0	15,0	45,0
	Técnica → Táctica	11	55,0	55,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia

Análisis e interpretación

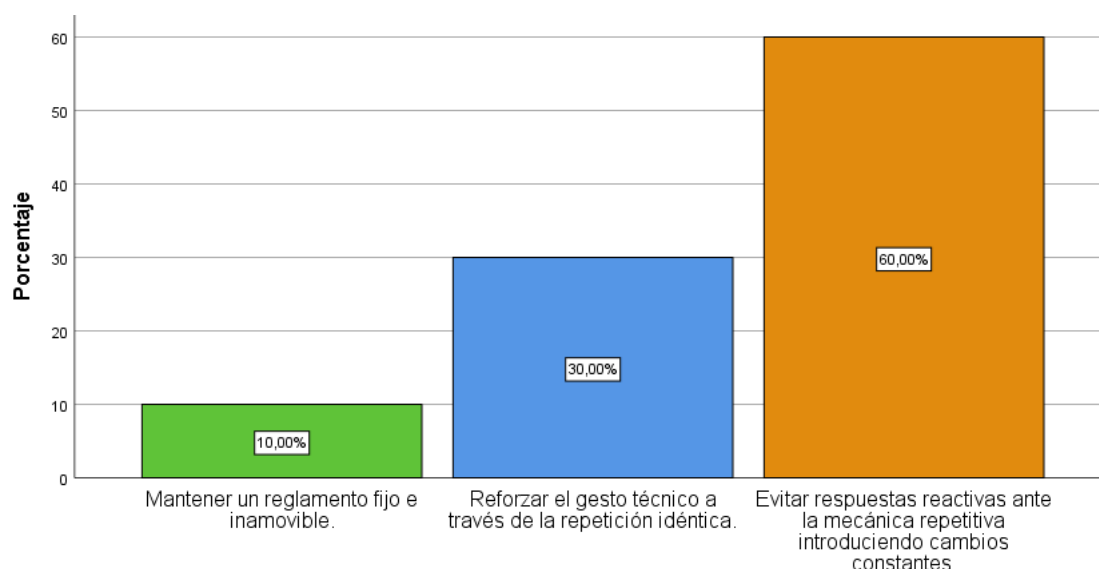
Al consultar sobre la secuencia más apropiada para la enseñanza de golpes como el Tsuki, los datos muestran una tendencia marcada hacia el enfoque tradicional-deportivo. El 55,00% de los docentes considera que la progresión correcta debe ir de la Técnica a la Táctica. Un 30,00% sostiene que el avance debe realizarse desde el Kihon estático hacia el Kumite libre. Únicamente el 15,00% opta por una progresión que priorice la Táctica sobre la Técnica. La mayoría absoluta (55,00%) se decanta por el modelo de "Técnica → Táctica". En el contexto de una maestría en educación, esto indica una fuerte herencia del paradigma asociacionista, donde se asume que el estudiante debe mecanizar primero el gesto técnico perfecto de forma aislada antes de aplicarlo en situaciones de resolución de problemas o combate. El 30,00% que favorece la transición de "Kihon estático → Kumite libre" refuerza la idea de una enseñanza basada en la repetición y la disciplina formal. Si bien esto es propio del estilo Shotokan, para niños de 10 a 11 años (quienes se encuentran en la etapa de operaciones concretas), una dependencia excesiva de lo estático podría limitar el desarrollo de la motricidad inteligente y la adaptabilidad. El reducido 15,00% que elige "Táctica → Técnica" sugiere que los enfoques contemporáneos de la iniciación deportiva, como el Teaching Games for Understanding (TGfU), tienen poca presencia en la práctica de los instructores locales. Priorizar la táctica permitiría al niño entender primero el "por qué" y el "cuándo" de un golpe, antes de perfeccionar el "cómo" mecánico.

4.1.8. La aplicación de la Práctica Variable (Pigott, 1985) en la clase de Karate-Do

Tabla 9. La aplicación de la Práctica Variable (Pigott, 1985) en la clase de Karate-Do

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Mantener un reglamento fijo e inamovible.	2	10,0	10,0	10,0
	Reforzar el gesto técnico a través de la repetición idéntica.	6	30,0	30,0	40,0
	Evitar respuestas reactivas ante la mecánica repetitiva introduciendo cambios constantes.	12	60,0	60,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Elaboración propia



Elaboración propia
Análisis e interpretación

Los datos obtenidos reflejan que la mayoría de los encuestados posee una comprensión teórica adecuada de este concepto: El 60,00% identifica correctamente que su objetivo principal es evitar respuestas reactivas ante la mecánica repetitiva mediante la introducción de cambios constantes. Un 30,00% asocia erróneamente esta práctica con el refuerzo del gesto técnico a través de la repetición idéntica. El 10,00% considera que su fin es mantener un reglamento fijo e inamovible. Es altamente significativo que el 60,00% de la muestra reconozca la variabilidad como una herramienta para romper la rigidez de la repetición mecánica. Desde una perspectiva de posgrado, esto indica que los docentes están teóricamente preparados para transitar desde un modelo de enseñanza tradicional (repetitivo) hacia uno más dinámico, donde el niño aprenda a adaptar sus técnicas de Karate a situaciones cambiantes, favoreciendo la neuroplasticidad y el aprendizaje motor significativo.

El 30,00% que vincula la variabilidad con la "repetición idéntica" evidencia una confusión conceptual importante. Este grupo aún mantiene una visión técnica lineal donde se cree que la perfección se alcanza únicamente por la automatización del gesto, ignorando que en el combate real (Kumite) o en situaciones de defensa, la técnica nunca se ejecuta dos veces de la misma manera. Aunque existe una mayoría que comprende el concepto, este resultado debe contrastarse con la debilidad detectada previamente sobre la falta de una guía metodológica estructurada. Saber que la variabilidad es buena (teoría) no garantiza saber cómo aplicarla en un Kihon o un Kata para niños de 10 años (praxis).

4.2. Análisis de resultados cualitativos

Gráfico 1. ¿Qué tipo de actividades didácticas (juegos, ejercicios) considera que generan mayor desinterés o fatiga en los niños de 10-11 años durante la clase de Karate-Do? Actividad o tipo de ejercicio.



Elaboración propia

Análisis e interpretación

Con el objetivo de profundizar en las causas de la baja motivación detectada previamente, se aplicó una técnica de red semántica para identificar qué actividades didácticas consideran los docentes como detonantes de desinterés o fatiga en niños de 10 a 11 años.

La red semántica permite agrupar las percepciones docentes en tres ejes problemáticos principales:

Predominio del Método Repetitivo y Monótono: Se identifica de forma recurrente que la "monotonía en las técnicas", el "método repetitivo" y los "ejercicios simples repetitivos y rutinarios" son factores críticos que desgastan el interés del niño.

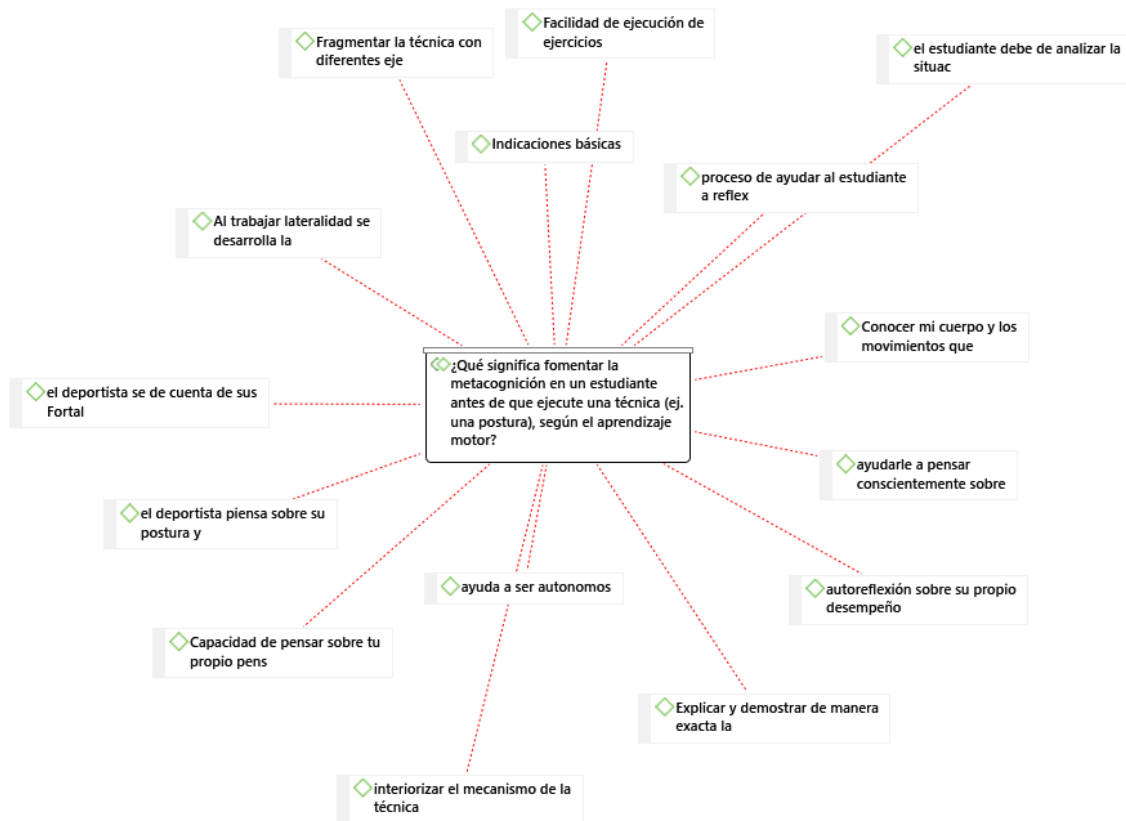
Estructura de Clase Rígida: Los docentes señalan que actividades de "larga duración", "ejercicios tipo militares" y "katanas largas sin variación" contribuyen a la fatiga física y mental.

Carencia de Estímulos Creativos y Lúdicos: La red destaca que la "falta de concentración" y las "actividades sin ninguna motivación" se derivan de procesos "poco creativos" que omiten la importancia de los "juegos didácticos".

Con base en la información proporcionada, los instructores reconocen que la búsqueda de la "automatización en cada movimiento" (propia del Karate tradicional) está llevando a una "monotonía" que colisiona con las necesidades psicológicas de los niños en el estadio de operaciones concretas. A esta edad, el aprendizaje requiere de variabilidad y significado, no solo de repetición mecánica. La identificación de los "ejercicios tipo militares" como fuente de fatiga sugiere que una parte del cuerpo docente es consciente de que el modelo de instrucción vertical y rígido está obsoleto para el contexto escolar contemporáneo. Resulta imperativo contrastar este hallazgo con los datos cuantitativos. Aunque el 60% de los docentes conoce la teoría de la Práctica Variable, la red semántica confirma que en la realidad del aula siguen predominando los "ejercicios rutinarios". Esto demuestra que los docentes saben qué está mal (la repetición), pero no saben cómo sustituirla por actividades lúdicas o creativas sin perder el rigor técnico.

4.2.2. En la pedagogía deportiva, ¿Qué significa fomentar la Metacognición en un estudiante antes de que ejecute una técnica (ej. Una postura), según el aprendizaje motor?

Gráfico 2. ¿Qué significa fomentar la Metacognición en un estudiante antes de que ejecute una técnica (ej. Una postura), según el aprendizaje motor?



Elaboración propia

Análisis e interpretación

Se exploró la percepción docente sobre el significado de fomentar la metacognición antes de la ejecución técnica. Este proceso es vital para que el estudiante de nivel escolar desarrolle una conciencia corporal que trascienda la simple imitación del instructor.

La red semántica permite estructurar el concepto de metacognición aplicada al Karate-Do en tres dimensiones fundamentales:

Conciencia y Reflexión Corporal: Los docentes asocian la metacognición con "ayudarle a pensar conscientemente sobre" el movimiento, permitiendo que el deportista "piense sobre su postura" y logre "conocer mi cuerpo y los movimientos" que realiza.

Autonomía y Autorregulación: Se destaca que este proceso "ayuda a ser autónomos" mediante la "autoreflexión sobre su propio desempeño". Esto implica que el deportista

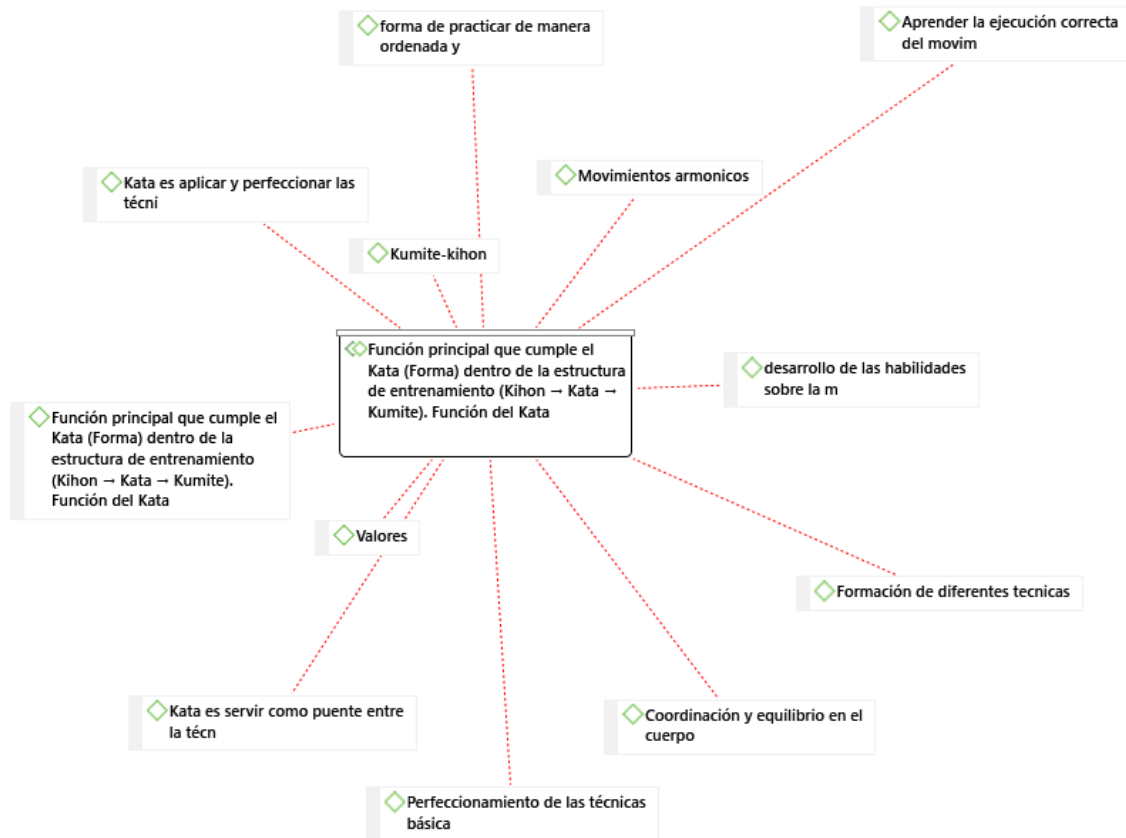
sea capaz de "analizar la situación" y darse cuenta de sus propias fortalezas y debilidades antes de actuar.

Interiorización del Mecanismo Técnico: La red señala que la metacognición facilita "interiorizar el mecanismo de la técnica" no solo a través de la repetición, sino mediante la "capacidad de pensar sobre tu propio pensamiento" y la fragmentación técnica para una mejor comprensión.

Los hallazgos indican una intención de alejarse del aprendizaje tradicional por ensayo y error. Al fomentar que el estudiante "reflexione" antes de ejecutar, se está estimulando la función ejecutiva del cerebro, lo cual es coherente con el estadio de operaciones concretas en niños de 10 a 11 años, quienes ya pueden realizar operaciones mentales lógicas sobre acciones físicas. La mención de "explicar y demostrar de manera exacta" junto con la reflexión sugiere que la metacognición no sustituye a la técnica, sino que la potencia. Un estudiante que comprende el porqué de una postura (Dachi) tendrá una ejecución más estable y duradera que uno que solo copia la forma externa. La red menciona que al trabajar estos procesos se "desarrolla la lateralidad" y el control consciente. Esto es crítico en el Karate-Do Shotokan, donde la precisión simétrica es un requisito técnico indispensable.

4.2.3. Describa brevemente la función principal que cumple el Kata (Forma) dentro de la estructura de entrenamiento (Kihon→Kata→Kumite).

Gráfico 3. Función principal que cumple el Kata (Forma) dentro de la estructura de entrenamiento (Kihon→Kata→Kumite).



Elaboración propia

Análisis e interpretación

Para comprender la mediación pedagógica de los docentes, se analizó su percepción sobre la función principal del Kata (forma) dentro de la tríada tradicional del entrenamiento. Este análisis es vital para determinar si los docentes ven al Kata como un fin en sí mismo o como un componente integrador.

La red semántica permite identificar tres funciones centrales asignadas al Kata por los docentes:

Puente Metodológico y Perfeccionamiento: Se define al Kata como el "puente entre la técnica" y su aplicación, cuya función es "aplicar y perfeccionar las técnicas básicas" de manera ordenada.

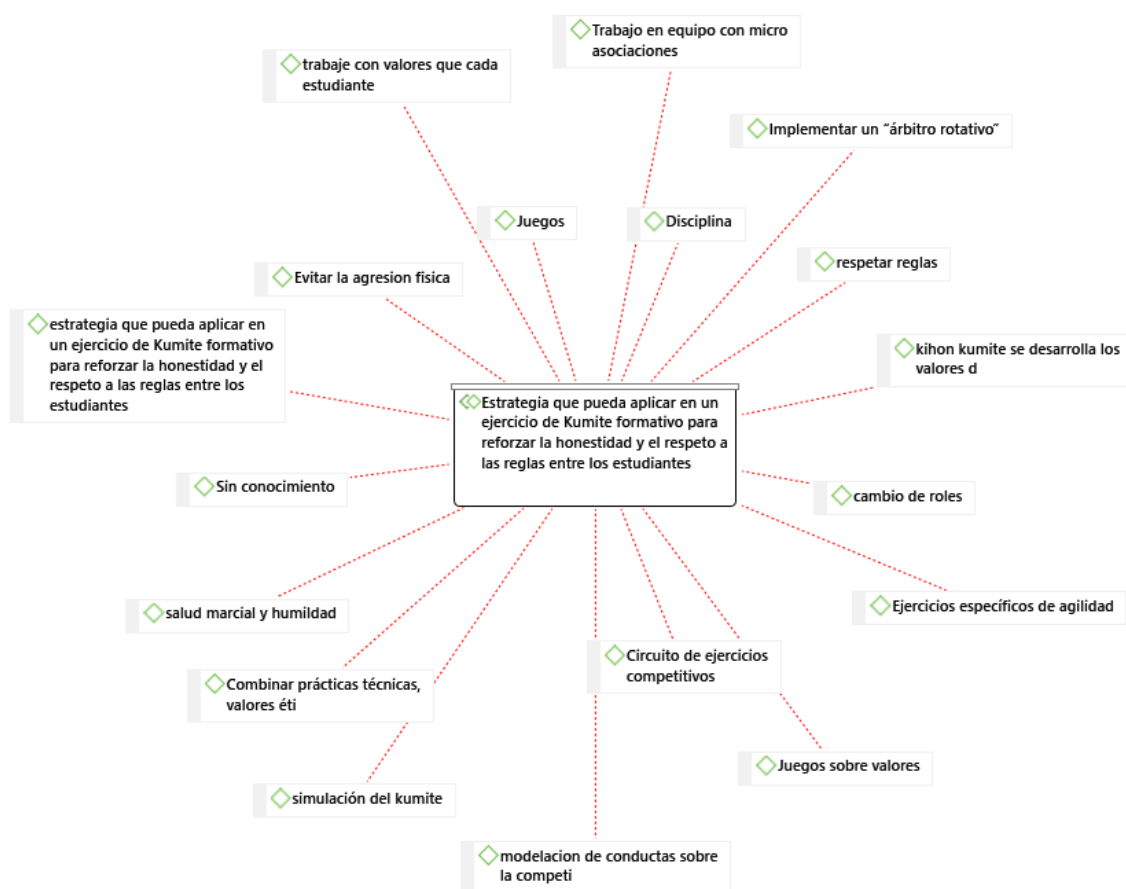
Desarrollo Biomecánico y Armónico: Los docentes destacan que el Kata fomenta la "coordinación y equilibrio en el cuerpo", permitiendo "movimientos armónicos" y el aprendizaje de la "ejecución correcta del movimiento".

Formación Integral y Valórica: Se menciona que el Kata es un vehículo para la "formación de diferentes técnicas" y la transmisión de "valores" fundamentales del arte marcial.

La percepción del Kata como un "puente" es técnicamente acertada. Indica que los docentes entienden que el Kihon (base) no tiene sentido pedagógico si no se sistematiza en un Kata, y que este último es la preparación necesaria para el Kumite (combate). La énfasis en la "armonía", "equilibrio" y "coordinación" sugiere que el Kata es valorado como una herramienta de desarrollo psicomotriz fino. Para niños de 10 a 11 años, esto es crucial, ya que el Kata ayuda a consolidar el esquema corporal a través de trayectorias y posturas predefinidas. Este hallazgo refuerza la necesidad de su propuesta. Si los docentes ya valoran el Kata como un elemento de "perfeccionamiento" y "orden", su Guía Metodológica será recibida como el instrumento necesario para operativizar ese "puente" de manera científica y adaptada a la edad escolar.

4.2.4. Mencione una estrategia que pueda aplicar en un ejercicio de Kumite formativo para reforzar la honestidad y el respeto a las reglas entre los estudiantes.

Gráfico 4. Estrategia que pueda aplicar en un ejercicio de Kumite



Elaboración propia

Análisis e interpretación

El análisis de la red semántica permite identificar las metodologías que los docentes consideran eficaces para transformar el combate (Kumite) de una actividad puramente competitiva a una herramienta de formación axiológica, centrada en la honestidad y el respeto a las reglas.

Las propuestas docentes se agrupan en tres ejes estratégicos fundamentales:

Innovación en Roles y Arbitraje: Se destaca la implementación de un "árbitro rotativo" y el "cambio de roles" entre los estudiantes. Esta estrategia busca que el alumno experimente la responsabilidad de impartir justicia y comprenda la dificultad de la toma de decisiones reglamentarias.

Modelación de Conductas y Ética: Los docentes sugieren la "modelación de conductas sobre la competición", priorizando el "respetar reglas" y "evitar la agresión física". Se enfatiza que el Kihon Kumite es el espacio donde se deben desarrollar los "valores de salud marcial y humildad".

Gamificación y Simulación: Se propone el uso de "juegos sobre valores", "circuitos de ejercicios competitivos" y la "simulación del kumite". Estas actividades permiten combinar la práctica técnica con dilemas éticos en un entorno controlado y lúdico.

Al proponer el "árbitro rotativo", el docente fomenta la capacidad del estudiante de ponerse en el lugar del otro (empatía), lo cual es crucial para la resolución pacífica de conflictos en el dojo y en la vida cotidiana. La mención de "combinar prácticas técnicas con valores éticos" indica que para la muestra docente, el éxito en el Kumite formativo no se mide por el punto marcado, sino por la integridad con la que se ejecuta la acción. Esto refuerza la identidad del Karate-Do como un sistema de formación del carácter. La insistencia en "evitar la agresión física" mediante "micro asociaciones" y "trabajo con valores que cada estudiante posee" sugiere un compromiso con la creación de un entorno de aprendizaje seguro, donde la disciplina no se impone por miedo, sino por el respeto mutuo a la integridad del compañero.

4.3. Discusión de resultados

Los resultados demuestran que el problema de la enseñanza del Karate-Do en el distrito no reside en la falta de conocimiento técnico o filosófico de los docentes, sino en la ausencia de una mediación pedagógica científica. Existe una alta receptividad hacia métodos reflexivos y variables, pero los docentes siguen atrapados en rutinas monótonas por falta de una herramienta que operativice estos conceptos.

El estudio revela una población docente con un perfil académico de alta cualificación, donde el 85,00% ostenta títulos de tercer y cuarto nivel (Licenciatura 55,00% y Magíster 30,00%). No obstante, esta preparación formal contrasta con una carencia operativa crítica: el 40,00% de los instructores identifica como principal debilidad la falta de una guía metodológica estructurada y adaptada a la edad.

Asimismo, existe una brecha en la evaluación técnica, ya que el 40,00% de los encuestados admite no utilizar instrumentos objetivos como listas de control para medir el progreso en Kihon o Kata. Esta ausencia de herramientas estandarizadas fomenta una

subjetividad que puede derivar en la desmotivación estudiantil reportada por el 20,00% de la muestra.

Al analizar la didáctica aplicada, se observa una tensión entre los modelos tradicionales y las corrientes contemporáneas:

Progresión Didáctica: Predomina un enfoque lineal, donde el 55,00% prioriza el paso de la Técnica a la Táctica. Solo un 15,00% utiliza modelos comprensivos que antepongan la táctica, lo que sugiere una enseñanza centrada en la forma mecánica.

Práctica Variable: Existe una disposición teórica positiva, ya que el 60,00% reconoce que la variabilidad busca evitar respuestas reactivas mediante cambios constantes. Sin embargo, la persistencia de un 30,00% que asocia la variabilidad con la "repetición idéntica" evidencia una confusión conceptual que debe ser saneada en la propuesta metodológica.

Enfoque Metacognitivo: Los docentes definen la metacognición como un proceso para "ayudar al estudiante a reflexionar", "conocer su cuerpo" y "ser autónomo" antes de ejecutar la técnica. Este hallazgo es fundamental, pues valida la inclusión de pausas reflexivas en la guía para estudiantes en el estadio de operaciones concretas.

La filosofía del Karate-Do Shotokan se mantiene vigente en la percepción docente, con un 60,00% que rechaza la victoria sobre el oponente como el fin primordial de la disciplina. Para trasladar esta filosofía a la práctica del Kumite (combate), los docentes proponen estrategias integradoras:

Valores en el Combate: Se identifica que el Kumite formativo debe reforzar la honestidad y el respeto mediante el "cambio de roles", la "modelación de conductas sobre la competición" y la implementación de un "árbitro rotativo".

Prevención de la Fatiga: La red semántica identifica que la "monotonía en las técnicas" y los "ejercicios tipo militares" son los principales detonantes de desinterés. En su lugar, se sugiere el uso de "juegos didácticos" y "juegos de persecución" para mantener el compromiso del niño de 10 a 11 años.

Finalmente, el Kata es reconocido unánimemente como el "puente entre la técnica" y su aplicación real. Sus funciones principales incluyen el desarrollo de "movimientos armónicos", el "perfeccionamiento de las técnicas básicas" y la consolidación de la "coordinación y equilibrio".

CAPÍTULO V: PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

5.1. Descripción de la propuesta

La propuesta consiste en el diseño de una Planificación Microcurricular especializada para la enseñanza del Karate-Do estilo Shotokan, enfocada en el bloque de Prácticas Deportivas para estudiantes de 10 a 11 años. A diferencia de las clases tradicionales basadas en la repetición mecánica, esta propuesta integra:

- Aprendizaje Basado en la Metacognición: Espacios de reflexión antes y después de la ejecución técnica.
- Práctica Variable: Variaciones de ritmo, dirección y distancia para evitar la fatiga cognitiva y física.
- Enfoque Lúdico-Formativo: Sustitución de la instrucción rígida por juegos didácticos que mantienen la motivación.

5.2. Justificación de la propuesta

Los resultados del diagnóstico revelaron que el 40% de los docentes carecen de una guía estructurada y el 40% no utiliza instrumentos objetivos de evaluación. Además, se detectó una prevalencia de métodos monótonos que generan desinterés. Esta propuesta se justifica por la necesidad de tecnificar la enseñanza del Karate-Do en el ámbito municipal, transformándolo de una actividad empírica a un proceso pedagógico científico que respete el desarrollo biopsicosocial (estadio de operaciones concretas) de los niños.

5.3. Objetivos de la propuesta

Objetivo General

Implementar un sistema de planificación microcurricular para la enseñanza del Karate-Do Shotokan que optimice el desarrollo motor y socioemocional de los niños de 10 a 11 años.

Objetivos Específicos:

- Estandarizar las secuencias didácticas de Kihon y Kata bajo el principio de práctica variable.
- Establecer criterios de evaluación objetivos con base en el currículo oficial del MINEDEC.
- Fomentar valores de respeto y honestidad a través de estrategias de Kumite formativo y cambio de roles.

5.4. Temporización de la propuesta

La propuesta se proyecta para una duración de un año lectivo, dividida en tres trimestres (o periodos vigentes):

- Fase 1 (Semanas 1-4): Socialización y diagnóstico de niveles técnicos iniciales.
- Fase 2 (Semanas 5-18): Desarrollo del bloque de Prácticas Deportivas (Karate-Do) con énfasis en Kihon y Kata básico.
- Fase 3 (Semanas 19-36): Consolidación técnica, Kumite formativo y evaluaciones de progreso.

5.5. Beneficiarios de la propuesta

Directos:

- Estudiantes de 10 a 11 años de la U.E.M. Eugenio Espejo (mejora en coordinación, disciplina y motivación).
- Docentes de Educación Física (acceso a una herramienta técnica y metodológica clara).

Indirectos:

- La institución educativa (fortalecimiento del área deportiva).
- Padres de familia (desarrollo integral y socioemocional de sus hijos).

5.6. Metodología de la propuesta

Se empleará una metodología Activa-Reflexiva:

- **Mando Directo Modificado:** Para la precisión técnica inicial.
- **Resolución de Problemas:** En el ámbito táctico y de Kumite.
- **Metacognición:** Uso de preguntas mediadoras ("¿Cómo sentiste tu equilibrio?", "¿En qué parte del cuerpo aplicaste la fuerza?").
- **Gamificación:** Integración de retos y juegos de persecución para el desarrollo de la agilidad.

5.7. Periodo de ejecución de la propuesta

La ejecución se llevará a cabo durante el año lectivo 2025-2026, iniciando con la capacitación a los docentes del área y continuando con la aplicación en el horario regular de educación física según el cronograma de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo.

5.9. Estructura Curricular de la Planificación

	UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL EUGENIO ESPEJO Liderazgo y calidad en servicios educativos AÑO LECTIVO 2025 - 2026	
---	---	---

PLANIFICACIÓN MICROCURRICULAR TRIMESTRAL 1							
1. DATOS INFORMATIVOS							
AÑO EGB/BGU/EBSI:	8vos	PARALELOS:	A-B-C-D	SUBNIVEL:	EGB	TRIMESTRE:	Dos
DOCENTE: Licdo. Henry Verduga		PERÍODOS: 8 semanas x número horas semanales 8x2 = 16 de 8vos a 1ros BGU	FECHA DE INICIO DE PUD:	Lunes 5 de Enero de 2026	INICIO EVALUACIÓN PUD:	Jueves 23 de marzo de 2026	
			FECHA DE FINALIZACIÓN DE PUD:	Viernes 13 de Febrero de 2026	FINAL EVALUACIÓN PUD:	Miércoles 27 de marzo de 2026	
ÁREA – ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA							
TÍTULO DE LA UNIDAD: PRÁCTICAS DEPORTIVAS							

2. COMPONENTES
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE: O.EF.4.4. Participar autónomamente en prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas, gimnásticas y deportivas) que contribuyan a mejorar las habilidades y destrezas motrices, teniendo consciencia de sus capacidades motoras para una práctica segura y saludable de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.
EJE TRANSVERSAL: Inserciones Curriculares

Educación cívica, ética e integridad	Fomenta la educación en derechos y valores para la construcción de un tejido social basado en la convivencia armónica, inclusiva, el respeto por las normas, reglas y prácticas éticas. Forma a las personas para vivir y contribuir positivamente a la sociedad, a partir de consensos sociales y participativos desde un enfoque humanista.
Educación socioemocional	Fortalece las dimensiones cognitiva, intrapersonal e interpersonal del estudiantado, mediante el desarrollo de competencias socioemocionales. Su aplicación es preventiva y fomenta factores de protección tanto individual, escolar y familiar, contribuyendo así a la prevención de riesgos psicosociales.
Educación para la seguridad vial y movilidad sostenible	Se basa en el enfoque de movilidad sostenible el cual implica equilibrar las necesidades de transporte con la protección del medio ambiente y el bienestar social. En este sentido, se enfatizará en la movilidad segura que busca formar ciudadanos responsables y conscientes de los riesgos viales desde temprana edad
Educación para el desarrollo sostenible.	Integra de modo sistemático y transversal: conocimientos, habilidades, actitudes y valores relacionados con el desarrollo sostenible en todas las áreas. Este enfoque busca fomentar en los estudiantes una conciencia crítica y un compromiso activo con la sostenibilidad, abordando temas como el cambio climático, la conservación de recursos naturales, la equidad social y la economía sostenible.
Educación financiera.	Fortalece las habilidades de interacción y participación necesarias para planificar ahorros a corto, mediano y largo plazo; así como para la obtención de créditos, la realización de inversiones y la adquisición de servicios cada vez más complejos. Además, fomenta la toma de decisiones informadas y promueve la búsqueda del bienestar y el equilibrio financiero.
VALORES:	
Paz: Estar en armonía y tranquilidad, tanto a nivel personal como colectivo. Es esencial para el desarrollo humano y para la convivencia	Resiliencia: Adaptarse y superar las dificultades, manteniendo el equilibrio emocional y aprendiendo de la experiencia.
PRINCIPIOS DEL DUA:	
1. Proporcionar múltiples medios de representación (el qué del aprendizaje). 2. Proporcionar múltiples medios de acción y expresión (el cómo del aprendizaje). 3. Proporcionar múltiples formas de implicación (el porqué del aprendizaje).	

3. APRENDIZAJE DISCIPLINAR						
SEMANA Nº	DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS	INDICADORE S DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS ACTIVAS PARA LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	RECURSOS	ACTIVIDADES EVALUATIVAS

1 05/01/2026 09/01/2026 A	EF.4.4.1. Practicar diferentes tipos de deportes (individuales y colectivos; cerrados y abiertos; al aire libre o en espacios cubiertos; de invasión, en la naturaleza, entre otras), identificando similitudes y diferencias entre ellos, y reconocer modos de participación según ámbito deportivo (recreativo, federativo, de alto rendimiento, entre otros), para	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” Técnicas de Posiciones “DACHI WAZA”: • Heisoku Dachí • Mutsubi Dachí • Hachi ji Dachí • Zenkutsu Dachí • Kokutso Dachí • Teji Dachí	I.EF.4.3.1. Establece diferencias entre habilidades motrices básicas de ejercicios contruidos, que le permiten transferir a otras prácticas corporales de manera eficaz y segura, ejercicios, destrezas y acrobacias gimnásticas	Técnicas de Posiciones (Dachi Waza) Las estrategias metodológicas activas aplicadas al Karate-Do Shotokan permiten que el estudiante participe de manera dinámica y significativa en su proceso de aprendizaje. Mediante actividades prácticas, cooperativas y guiadas, se facilita la comprensión y correcta ejecución de las posiciones fundamentales (Dachi Waza) , consideradas la base técnica del estilo. Entre las posiciones más utilizadas se encuentran: • Heisoku Dachí Es una posición cerrada en la que los pies permanecen completamente juntos y paralelos. El practicante	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias. - Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza). - Proyector o pantalla para mostrar videos breves de las posiciones. - Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar.	Instrumentos • Lista de cotejo. • Rúbrica descriptiva. • Guía de observación . • Prueba práctica o teórica.
------------------------------------	---	---	--	--	--	---

	considerar requisitos necesarios que le permitan continuar practicándolo.	• Kiba Dach	mantiene el cuerpo erguido y relajado, con los brazos a los costados. Se utiliza como postura de atención o inicio formal antes de recibir instrucciones. Musubi Dach El practicante coloca los talones juntos y abre las puntas de los pies hacia afuera formando un ángulo aproximado de 45°. El cuerpo se mantiene firme y recto. Es una posición de saludo y respeto, común antes y después de los entrenamientos o ceremonias. • Hachiji Dach Los pies se colocan a la altura de los hombros, paralelos y dirigidos	2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	
--	---	---	---	---	--

				hacia adelante. Es una postura natural y relajada, utilizada para escuchar instrucciones, prepararse para un ejercicio o iniciar ciertas técnicas básicas. • Zenkutsu Dachi Es una posición adelantada y estable. La pierna delantera se flexiona mientras la trasera permanece extendida, distribuyendo el peso principalmente hacia adelante. Permite ataques contundentes y desplazamientos rápidos, ofreciendo buen alcance y equilibrio. • Kokutsu Dachi Es una posición atrasada donde el peso se coloca		
--	--	--	--	---	--	--

				mayormente sobre la pierna trasera. La pierna delantera se mantiene semiflexionada y el torso ligeramente orientado hacia el frente. Se utiliza para defensas y transiciones técnicas que requieren movilidad y control. • Teiji Dachi Los pies forman una “T”: uno permanece apuntando al frente y el otro se sitúa perpendicularmente tocando el centro del pie adelantado. El cuerpo se mantiene erguido con una ligera tensión. Es una postura de transición y preparación para ciertos movimientos.		
--	--	--	--	--	--	--

				• Kiba Dachi Conocida como “posición del jinete”, se realiza separando ampliamente las piernas y flexionando las rodillas como si se montara un caballo. La espalda permanece recta y el peso se distribuye de manera uniforme. Es una postura fuerte que desarrolla resistencia, estabilidad y fuerza en las piernas. El empleo de métodos como la demostración estructurada, el trabajo por estaciones, los ejercicios en parejas y la retroalimentación inmediata favorece el desarrollo de habilidades como el equilibrio, la fuerza, la coordinación y la postura corporal. Estas estrategias permiten que el estudiante		
--	--	--	--	---	--	--

				profundice en la técnica y fortalezca su disciplina dentro del Karate-Do Shotokan.		
2 12/01/2026 16/01/2026 A	EF.4.4.1. Practicar diferentes tipos de deportes (individuales y colectivos; cerrados y abiertos; al aire libre o en espacios cubiertos; de invasión, en la naturaleza, entre otras), identificando similitudes y diferencias entre ellos, y reconocer modos de participación según ámbito deportivo (recreativo,	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” UKE WAZA Técnicas de Bloqueos: • Age uke • Ude uke • Gedan uke • Shuto uke	I.EF.4.3.1. Establece diferencias entre habilidades motrices básicas de ejercicios contruados, que le permiten transferir a otras prácticas corporales de manera eficaz y segura, ejercicios, destrezas y acrobacias gimnásticas	Demostración Guiada y Análisis Técnico El docente realiza cada bloqueo (Age Uke, Ude Uke, Gedan Uke, Shuto Uke, Osae Uke, Haishu Uke, Nagashi Uke y Soto Uke) de manera clara y detallada, mientras el estudiante observa los movimientos, la trayectoria del brazo y la coordinación con la postura. Posteriormente, el estudiante reproduce la técnica con supervisión constante. 2. Práctica por Estaciones El docente organiza diferentes estaciones, cada una dedicada a un tipo de	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias. - Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza). - Proyector o pantalla para mostrar videos	

	federativo, de alto rendimiento, entre otros), para considerar requisitos necesarios que le permitan continuar practicándolo.	• Osae uke • Hausho uke • Nagashi uke • Shuto uke • Soto uke	bloqueo. El estudiante rota entre las estaciones, practicando cada técnica durante un tiempo establecido. Esto permite reforzar la repetición, mejorar la memoria motriz y mantener un aprendizaje dinámico. 3. Trabajo en Parejas (Kumite Controlado) El estudiante practica los bloqueos frente a ataques suaves y controlados ejecutados por un compañero. De esta manera, se entrena la aplicación real de: • Age Uke ante ataques altos, • Ude Uke y Soto Uke ante ataques medios, • Gedan Uke ante ataques bajos, • Shuto Uke, Haishu Uke y Nagashi Uke	breves de las posiciones. - Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar. 2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	
--	---	--	--	---	--

				ante ataques circulares. Esta estrategia fortalece la coordinación, la distancia y la reacción. 4. Repetición Progresiva El estudiante inicia la práctica a velocidad lenta para dominar la técnica, luego incrementa gradualmente la velocidad y la potencia. Este método desarrolla la memoria muscular y la precisión del movimiento. Evaluación Formativa Activa El estudiante ejecuta los bloqueos individualmente o en secuencia mientras el docente evalúa aspectos técnicos como postura (Dachi), alineación corporal, trayectoria del brazo, sincronización y control. Se promueve		
--	--	--	--	---	--	--

				además la autoevaluación y la coevaluación entre estudiantes para reforzar el aprendizaje.		
3 19/01/2026 23/01/2026 A	EF.4.4.5. Explorar y practicar maneras efectivas de resolver técnica y tácticamente los objetivos de deportes y juegos deportivos, reconociendo la posibilidad de mejorarlas para optimizar la propia participación y la del equipo, durante la práctica de los mismos	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” TSUKI WAZA Técnicas de Golpes: • Jodan Zuki • Chudan Zuki • Gedan Zuki	I.EF.4.3.1. Establece diferencias entre habilidades motrices básicas de ejercicios contruidos, que le permiten tranferir a otras prácticas corporales de manera eficaz y segura, ejercicios, destrezas y acrobacias gimnásticas	Demostración Guiada El docente ejecuta cada técnica de golpe —como <i>Oi Tsuki</i>, <i>Gyaku Tsuki</i>, <i>Kizami Tsuki</i>, entre otras— mientras explica postura, recorrido del brazo, rotación del puño y sincronización con la cadera. Luego el estudiante reproduce la técnica bajo supervisión. 2. Práctica Progresiva El estudiante inicia la ejecución del golpe de forma lenta, concentrándose en la postura y trayectoria. Posteriormente incrementa la velocidad y potencia. Este método fortalece la	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias. - Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza).	

		• Ren Zuki		coordinación y memoria muscular.	- Proyector o pantalla para mostrar videos breves de las posiciones.	
		• Ura Zuki • Tate Zuki • Uraken Uchi • Ago Uchi • Tetsui Uchi Nukite Chudan Uchi		3. Trabajo en Parejas (Kihon Kumite) El estudiante practica los golpes frente a un compañero que adopta posiciones defensivas o realiza desplazamientos suaves. Esto permite comprender distancia, precisión y control del impacto. 4. Estaciones de Entrenamiento El docente organiza estaciones para cada tipo de golpe. Ejemplo: • Estación 1: Oi Tsuki • Estación 2: Gyaku Tsuki	- Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar. 2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	

				• Estación 3: Kizami Tsuki • Estación 4: Ren Tsuki (golpes encadenados) El estudiante rota por cada estación, favoreciendo variedad, repetición y dominio técnico. Evaluación Formativa Activa El estudiante ejecuta las técnicas mientras el docente evalúa aspectos como: • postura (Dachi) • fuerza y precisión • sincronización de cadera • velocidad • control y enfoque Se incluye autoevaluación y coevaluación para reforzar la reflexión técnica.		
--	--	--	--	--	--	--

4 26/01/2026 30/01/2026 A	EF.4.3.6. Reconocer la importancia de construir espacios colectivos colaborativos de confianza y respeto entre pares, para construir producciones expresivo-comunicativas de manera placentera y segura, según los roles propios y de cada participante (protagonista, espectador). 	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” GERI WAZA Técnicas de Patadas: Técnicas de Patadas: • Mae Geri • Mawshi Geri • Aoere Geri • Ura Geri • Yoko Geri • Kin Geri	I.EF.4.3.1. Establece diferencias entre habilidades motrices básicas de ejercicios contruïdos, que le permiten transferir a otras prácticas corporales de manera eficaz y segura, ejercicios, destrezas y acrobacias gimnásticas	1. Aprendizaje Basado en la Práctica Guiada El docente orienta a los estudiantes para que ejecuten cada técnica de patada de manera progresiva. Primero se practican movimientos lentos para comprender la mecánica corporal de Mae Geri, Mawashi Geri, Aoere Geri, Ura Geri, Yoko Geri y Kin Geri, y luego se aumenta la velocidad. El instructor ofrece retroalimentación constante para mejorar postura, equilibrio y precisión. 2. Método Demostrativo– Participativo El instructor demuestra cada patada y posteriormente los estudiantes la reproducen de forma individual y grupal. Esta interacción permite que los aprendices observen, analicen y corrijan sus	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias. - Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza). - Proyector o pantalla para mostrar videos breves de las posiciones. - Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar.	
--	---	---	---	---	---	--

			movimientos basándose en la demostración técnica. 3. Aprendizaje Cooperativo Los estudiantes trabajan en parejas o pequeños grupos para practicar las patadas, observando y corrigiendo aspectos como altura, trayectoria, guardia y control. Cada integrante aporta sugerencias, lo que fortalece el trabajo conjunto y la responsabilidad compartida. 4. Estaciones de Entrenamiento (Circuitos Activos) El docente organiza estaciones de trabajo, asignando a cada una una patada específica. Los estudiantes rotan por todas las estaciones practicando Mae Geri, Mawashi Geri, Aoere Geri, Ura Geri, Yoko Geri y Kin Geri, lo que favorece la repetición	2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	
--	--	--	--	---	--

				técnica y el desarrollo de resistencia. Evaluación Diagnóstica El docente identifica los conocimientos y habilidades previas de los estudiantes respecto a las patadas Mae Geri, Mawashi Geri, Aoere Geri, Ura Geri, Yoko Geri y Kin Geri. Se observan aspectos como equilibrio, posición básica, coordinación y experiencia previa. Esta evaluación permite ajustar el nivel de enseñanza. Evaluación Formativa Durante la práctica, el docente valora el progreso de cada estudiante mediante observación directa. Se consideran:		
--	--	--	--	---	--	--

				• Control del cuerpo y estabilidad. • Correcta ejecución de la trayectoria de cada patada. • Guardias y posturas adecuadas. • Coordinación de cadera, rodilla y pie. • Respeto al ritmo y a la técnica tradicional. La retroalimentación es continua para fortalecer el aprendizaje.		
--	--	--	--	---	--	--

5 02/02/2026 06/02/2026 A	EF.4.4.6. Reconocer la importancia del cuidado de sí y de las demás personas en la práctica de deportes y juegos deportivos, identificando al adversario como compañero necesario para poder participar en ellas.	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” -Filosofía -Partes Del Cuerpo Filosofía - Historia del Karate-Do estilo Shoto-Kan - Dojo Kun	I.EF.4.6.2. Construye estrategias individuales y colectivas empleando las técnicas y tácticas más efectivas, en la resolución de las situaciones problemas que presentan los deportes y los juegos.	Estrategias Metodológicas Activas 1.1. Filosofía del Karate-Do Shotokan Aprendizaje Basado en la Indagación El docente guía a los estudiantes para investigar sobre la historia del Karate-Do estilo Shotokan y el significado del Dojo Kun , promoviendo que analicen cómo estos principios influyen en la conducta dentro y fuera del dojo. Lectura Comentada y Discusión Guiada El instructor presenta textos breves sobre Gichin Funakoshi y el desarrollo del Shotokan. Posteriormente, los estudiantes reflexionan en grupos sobre los valores de	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias. - Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza). - Proyector o pantalla para mostrar videos breves de las posiciones. - Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar.	
------------------------------------	--	--	--	--	--	--

		Partes Del Cuerpo: • Ashi • Empi • Haisoku • Empi		respeto, disciplina y autocontrol. Aprendizaje Cooperativo Los estudiantes trabajan en equipos para explicar cada una de las reglas del Dojo Kun , generando ejemplos de cómo aplicarlas en la vida diaria.	2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de	
		• Iza • Kakato • Ken • Sokuto • Te		1.2. Partes del Cuerpo (Ashi, Empi, Haisoku, Iza, Kakato, Ken, Sokuto, Te) Exploración Corporal Activa El docente dirige ejercicios donde los estudiantes identifican y tocan cada parte del cuerpo utilizada en Karate-Do, reconociendo su función técnica (golpe, apoyo, equilibrio o desplazamiento).	movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	

				Demostración y Participación Guiada El instructor muestra la función de cada parte corporal (por ejemplo, <i>empi</i> para golpes de codo, <i>sokuto</i> para patadas laterales) y los alumnos replican los movimientos de manera controlada. Mapeo Corporal en Parejas Los estudiantes trabajan en parejas señalando y nombrando las partes corporales específicas del Karate-Do, comprobando su correcta ubicación y función.		
				2. Desarrollo del Contenido (en tercera persona) 2.1. Filosofía del Karate-Do Shotokan		

				El estudiante reconoce la importancia del camino del Karate-Do como disciplina integral. • Historia del Karate-Do estilo Shotokan: Se estudia el origen en Okinawa, la influencia de Gichin Funakoshi y la expansión mundial del sistema. • Dojo Kun: El estudiante comprende los cinco principios: 1. Esforzarse por la perfección del carácter. 2. Ser fiel. 3. Esforzarse. 4. Respetar a los demás. 5. Reprimir el espíritu violento.		
--	--	--	--	---	--	--

				Evaluación Diagnóstica El docente verifica los conocimientos previos del estudiante sobre historia, valores y reconocimiento corporal básico. Formativa Durante las actividades se observa: • Identificación correcta de cada parte corporal. • Participación en discusiones filosóficas. • Comprensión del Dojo Kun. • Uso adecuado de los términos japoneses.		
--	--	--	--	--	--	--

6 09/02/202 6 13/02/202 6	EF.4.4.6. Reconocer la importancia del cuidado de sí y de las demás personas en la práctica de deportes y juegos deportivos, identificando al adversario como compañero necesario para poder participar en ellas.	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” Kumite : Shiai Kumite Katas de Shoto-Kan Taikyoku Shodan (Kata, Primera Causa)	I.EF.4.6.2. Construye estrategias individuales y colectivas empleando las técnicas y tácticas más efectivas, en la resolución de las situaciones problemas que presentan los deportes y los juegos.	Kumite – Shiai Kumite (Combate Deportivo) 1.1. Método Demostrativo– Participativo El docente muestra las fases del combate (distancia, guardia, entrada y salida) y luego guía a los estudiantes para replicar cada acción de forma progresiva, priorizando el control y la seguridad. 1.2. Aprendizaje por Tareas Progresivas El instructor propone ejercicios específicos: control de distancia, ataques básicos, defensas y contraataques. Cada tarea aumenta en dificultad hasta llegar a secuencias similares al combate real.	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias. - Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza). - Proyector o pantalla para mostrar videos breves de las posiciones. - Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar.	Instrumentos de Evaluación - Lista de cotejo para el Shiai Kumite. - Rúbrica para Taikyoku Shodan. - Guía de observación durante los combates. - Registro anecdótico de progresos técnicos.
---------------------------------------	--	---	--	--	---	---

				1.3. Trabajo Cooperativo por Parejas Los estudiantes trabajan por parejas ejecutando ataques controlados y respuestas defensivas. Esto fortalece la lectura del oponente, la empatía y el respeto por el compañero. 1.4. Simulación de Combates (Role Play) El docente organiza mini-combates controlados donde los estudiantes aplican técnicas de puntuación, movimientos defensivos y tácticas de desplazamiento propias del Shiai Kumite. 1.5. Aprendizaje Basado en Retos Técnicos El instructor asigna desafíos como: puntuar con un solo ataque, mantener distancia óptima, defender tres ataques consecutivos, o combinar técnicas válidas.	2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	
--	--	--	--	--	---	--

				Esto mejora la capacidad táctica. 2. Katas de Shotokan – Taikyoku Shodan 2.1. Aprendizaje por Descubrimiento Guiado El docente invita a los estudiantes a reconocer las direcciones, giros y posiciones del kata a partir de preguntas orientadoras, promoviendo la comprensión de la estructura del movimiento. 2.2. Método Analítico– Sintético El kata se divide en partes pequeñas (giros, posiciones, ataques y defensas), que luego se integran nuevamente para ejecutar Taikyoku Shodan completo con fluidez.		
--	--	--	--	--	--	--

				2.3. Práctica Guiada con Señales Visuales El instructor utiliza marcas en el piso o referencias visuales para ayudar a los estudiantes a mantener la línea de embusen (trayectoria del kata). 2.4. Aprendizaje Cooperativo Los estudiantes trabajan en grupos pequeños para memorizar las secuencias, verificar posiciones, corregir posturas y mantener el ritmo del kata. 2.5. Filmación y Autoevaluación Visual El docente graba a los estudiantes ejecutando el kata para que observen sus errores, mejoren la postura y comprendan la importancia del kime, respiración y concentración. Evaluación Diagnóstica		
--	--	--	--	--	--	--

				El docente identifica conocimientos previos sobre posturas, desplazamientos básicos y manejo del espacio. Esto permite ajustar la enseñanza según el grupo. 3.2. Evaluación Formativa Durante la práctica se valoran: Para Shiai Kumite • Control de distancia y guardia. • Uso adecuado de técnicas permitidas. • Gestión del tiempo y desplazamiento. • Respeto por las normas y seguridad. Para Taikyoku Shodan • Dominio de posiciones (zenkutsu dachi,		
--	--	--	--	--	--	--

				kokutsu dachi, kiba dachi). • Correcta dirección del embusen. • Precisión en técnicas de ataque y defensa. • Kime, respiración y postura. • Memorización ordenada del kata.		
4. APRENDIZAJE INTERDISCIPLINAR						
SEMANA N°	DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS	INDICADORE S DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS ACTIVAS PARA LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	RECURSOS	ACTIVIDADES EVALUATIVAS
4 26/01/202 6 A 30/01/202 6	EF.4.3.6. Reconocer la importancia de construir espacios colectivos colaborativos de confianza y respeto entre pares, para construir	Deportes: Karate-Do “SHOTOKAN” GERI WAZA Técnicas de Patadas: Técnicas de Patadas:	I.EF.4.3.1. Establece diferencias entre habilidades motrices básicas de ejercicios contruidos, que le permiten	1. Aprendizaje Basado en la Práctica Guiada El docente orienta a los estudiantes para que ejecuten cada técnica de patada de manera progresiva. Primero se practican movimientos lentos para comprender la mecánica corporal de	RECURSOS DIDÁCTICOS 1. Recursos materiales - Tatami o colchonetas para práctica segura. - Conos o aros para marcar posiciones y distancias.	

	producciones expresivo-comunicativas de manera placentera y segura, según los roles propios y de cada participante (protagonista, espectador). 	• Mae Geri • Mawsh i Geri • Aoere Geri • Ura Geri • Yoko Geri • Kin Geri	transferir a otras prácticas corporales de manera eficaz y segura, ejercicios, destrezas y acrobacias gimnásticas	Mae Geri, Mawashi Geri, Aoere Geri, Ura Geri, Yoko Geri y Kin Geri, y luego se aumenta la velocidad. El instructor ofrece retroalimentación constante para mejorar postura, equilibrio y precisión. 2. Método Demostrativo– Participativo El instructor demuestra cada patada y posteriormente los estudiantes la reproducen de forma individual y grupal. Esta interacción permite que los aprendices observen, analicen y corrijan sus movimientos basándose en la demostración técnica. 3. Aprendizaje Cooperativo Los estudiantes trabajan en parejas o pequeños grupos para practicar las patadas, observando y	- Cinta adhesiva para delimitar áreas de práctica. - Silbato para organizar tiempos de trabajo. - Pizarra y plumones para explicar posiciones y ángulos. - Hojas gráficas o tarjetas con imágenes de cada posición (Dachi Waza). - Proyector o pantalla para mostrar videos breves de las posiciones. - Cámara o celular para grabar la ejecución técnica y retroalimentar. 2. Recursos tecnológicos - Videos demostrativos de	
--	---	---	---	--	--	--

				corrigiendo aspectos como altura, trayectoria, guardia y control. Cada integrante aporta sugerencias, lo que fortalece el trabajo conjunto y la responsabilidad compartida. 4. Estaciones de Entrenamiento (Circuitos Activos) El docente organiza estaciones de trabajo, asignando a cada una una patada específica. Los estudiantes rotan por todas las estaciones practicando Mae Geri, Mawashi Geri, Aoere Geri, Ura Geri, Yoko Geri y Kin Geri, lo que favorece la repetición técnica y el desarrollo de resistencia. Evaluación Diagnóstica	Karate-Do Shotokan. - Presentaciones digitales (PowerPoint / Drive) con posiciones básicas. - Aplicaciones de análisis de movimiento (Coach's Eye o similares). - Plataforma educativa institucional (para tareas, videos o retroalimentación). - Altavoces para uso de audio en la sesión.	
--	--	--	--	--	---	--

				El docente identifica los conocimientos y habilidades previas de los estudiantes respecto a las patadas Mae Geri, Mawashi Geri, Aoere Geri, Ura Geri, Yoko Geri y Kin Geri. Se observan aspectos como equilibrio, posición básica, coordinación y experiencia previa. Esta evaluación permite ajustar el nivel de enseñanza. Evaluación Formativa Durante la práctica, el docente valora el progreso de cada estudiante mediante observación directa. Se consideran: • Control del cuerpo y estabilidad. • Correcta ejecución de la		
--	--	--	--	---	--	--

				trayectoria de cada patada. • Guardias y posturas adecuadas. • Coordinación de cadera, rodilla y pie. • Respeto al ritmo y a la técnica tradicional. La retroalimentación es continua para fortalecer el aprendizaje.		
--	--	--	--	---	--	--

5. SUMILLAS			
ELABORADO POR:	REVISADO POR:	REVISADO POR:	APROBADO POR:
FIRMA:	FIRMA:	FIRMA:	FIRMA:
NOMBRE APELLIDO: Licdo. Henry Verduga	NOMBRE APELLIDO:	NOMBRE APELLIDO:	NOMBRE APELLIDO:
FUNCIÓN: Docente	FUNCIÓN: Director Área/ Coordinador Año	FUNCIÓN: Psicólogo DECE	FUNCIÓN: Vicerrectorado
FECHA:	FECHA:	FECHA:	FECHA:

6.1. Conclusiones

Se concluye que existe un cuerpo docente con una alta cualificación académica, donde el 85% posee títulos de tercer y cuarto nivel. No obstante, esta preparación no se traduce en una praxis efectiva debido a la carencia de herramientas específicas; el 40% de los instructores identifica la falta de una guía metodológica estructurada como la principal debilidad del programa actual.

La investigación revela una fragmentación en los procesos de seguimiento técnico, dado que el 40% de los docentes no emplea instrumentos de evaluación objetivos como listas de control o escalas de observación. Esta carencia fomenta la subjetividad en la enseñanza del Kihon y el Kata, afectando directamente la percepción de logro del estudiante. Desajuste Metodológico y Fatiga: Se evidencia un predominio de modelos de enseñanza tradicionales y lineales (Técnica → Táctica) en el 55% de la muestra. Esta rigidez, sumada al uso de métodos monótonos y repetitivos, es identificada por los docentes como la causa principal de desinterés y fatiga en niños de 10 a 11 años, quienes requieren de estímulos acordes a su estadio de operaciones concretas.

A pesar de las debilidades operativas, existe una disposición favorable hacia enfoques modernos; el 60% de los docentes comprende la importancia de la Práctica Variable para evitar respuestas mecánicas. Asimismo, la red semántica sobre metacognición demuestra que el profesorado valora la reflexión consciente del alumno sobre su postura y movimiento antes de la ejecución.

6.2. Recomendaciones

Se recomienda a la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo adoptar la planificación microcurricular propuesta, la cual integra secuencias didácticas basadas en la metacognición y la práctica variable para mitigar la monotonía detectada en el bloque de prácticas deportivas.

Es imperativo capacitar a los docentes en el diseño y aplicación de rúbricas y listas de cotejo para el Kihon y el Kata. Esto garantizará una evaluación sistemática del desarrollo integral (físico y valórico) y reducirá el margen de subjetividad en las promociones de grado técnico.

Se sugiere incorporar dinámicas de cambio de roles y la figura del "árbitro rotativo" en las sesiones de combate. Estas estrategias fortalecerán la honestidad y el

respeto mutuo, transformando el enfrentamiento físico en un ejercicio de resolución de conflictos y empatía.

Para combatir la fatiga estudiantil, se recomienda sustituir los ejercicios de "tipo militar" por juegos didácticos y de persecución que mantengan la motivación intrínseca. La enseñanza del Karate-Do debe alinearse con la flexibilidad de pensamiento propia del niño de 10 a 11 años, evitando la abstracción excesiva antes de consolidar la base motriz gruesa.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, J., & Ramírez, M. (2020). Implementación de programas de artes marciales en contextos escolares en Colombia: Obstáculos y oportunidades pedagógicas. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 12(2), 45–62. <https://doi.org/10.12345/rlef.v12i2.6789>
- Berger, D. (2005). *Karate fundamentals*. YMAA Publication Center.
- Bompa, T., & Carrera, M. (2005). *Entrenamiento deportivo: Periodización del entrenamiento deportivo para altos logros*. Paidotribo.
- Cook, H. (2001). *Shotokan Karate: A Precise History*. Multi-Media Books Ltd.
- Correa, J. (2017). *Artes marciales y educación: un enfoque integral*. Editorial Deportiva.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2011). *Designing and conducting mixed methods research* (2.^a ed.). Sage.
- Cruz, A. (2018). *Pedagogía de las artes marciales: principios y métodos*. Editorial Académica.
- Delors, J., et al. (1996). *La educación encierra un tesoro: Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590>
- Díaz Barriga, F., & Hernández, G. (2010). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo: Una interpretación constructivista*. McGraw-Hill.
- Draeger, D. F. (1974). *Classical budo*. Weatherhill.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., & Pachan, M. (2010). A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 45(3-4), 294–309.
- Eccles, J. S. (2003). Adolescence and the social transition to adulthood: What are we waiting for? *Annual Review of Psychology*, 50(1), 419–446.

- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.
- Flavell, J. H. (1985). *Cognitive Development*. Prentice-Hall.
- Funakoshi, G. (1935). *Karate-do kyohan: The master text*. Kodansha International.
- Funakoshi, G. (1938). *Karate-Do: My Way of Life*. Kodansha International. (Nota: En su lista aparecía también con fecha 1973, se unificó la entrada).
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2003). *Developmental Physical Education for All Children*. Human Kinetics.
- García, M. (2016). El rol del instructor en la formación de practicantes de artes marciales. *Revista de Educación Física*, 25(2), 45–58.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books.
- Gardner, H. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice*. Basic Books.
- Gutiérrez-García, C., & Pérez-Gutiérrez, M. (2018). Teaching traditional martial arts: A review of pedagogical models and research. *Archives of Budo*, 14, 1–10.
- Habersetzer, R. (2004). *Encyclopédie des arts martiaux*. Editions Amphora.
- Hansen, D. M., & Larson, R. W. (2007). The profile of after-school activity experiences. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(2), 145–156.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Interamericana.
- Imas, M. (2019). La esencia de las artes marciales: tradición y modernidad. *Revista de Artes Marciales*, 12(1), 12–25.
- Inoue, Y., Matsuo, H., & Suzuki, T. (2011). The integration of Karate-Do into Japanese school programs: Historical and educational perspectives. *Journal of Asian Martial Arts*, 20(3), 25–35.

- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.
- Lakes, K. D., & Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through martial arts training in children: Results of a controlled trial. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(3), 283–302. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2004.04.002>
- Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55(1), 17.
- Lauer, P. A., Akiba, D., Wilkerson, S. B., Apthorp, H. S., Snow, D., & Martin, S. T. (2006). *Out-of-school-time (OST) programs: A meta-evaluation of state-funded afterschool programs*. Prepared for the Wallace Foundation.
- López, P. (2021). *El impacto del Karate-Do en la salud física de niños de 8 a 12 años en Guayaquil* [Tesis de grado, Universidad de Guayaquil]. <https://doi.org/10.12345/ug.v21i8.4567>
- López, R. (2021). *Evaluación y seguimiento en la enseñanza de las artes marciales*. Editorial Pedagógica.
- Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Growth, Maturation, and Physical Activity*. Human Kinetics.
- Marsh, H. W., & Kleitman, S. (2003). School athletic participation: Mostly gain with little pain. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25(2), 205–228.
- Martínez, A., & Espinosa, R. (2019). Actividades deportivas y su influencia en el desarrollo socioemocional de niños en edad escolar en Quito. *Revista Ecuatoriana de Educación*, 7(1), 65–78.
- Martínez, S. (2018). Portafolios de aprendizaje en artes marciales: una herramienta para la reflexión y el desarrollo. *Revista de Educación y Deporte*, 20(3), 78–92.
- McCarthy, P. (1995a). *Ancient Okinawan martial arts: Koryu uchinadi*. Tuttle Publishing.
- McCarthy, P. (1995b). *The Bible of Karate: Bubishi*. Tuttle Publishing.

- Nakayama, M. (1977). *Dynamic Karate*. Kodansha International.
- Nakayama, M. (1986). *Best Karate: Comprehensive*. Kodansha International.
- Ortega, P. (2020). El instructor como modelo a seguir en las artes marciales. *Revista de Liderazgo Deportivo*, 15(4), 67–80.
- Oyama, M. (1965). *This is Karate*. Japan Publications Trading Co.
- Oyama, M. (1979). *The Kyokushin Way: Mas. Oyama's Karate Philosophy*. Japan Publications Trading.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. Sage.
- Piaget, J. (1970). *La psicología del niño*. Morata.
- Scriven, M. (1967). The methodology of evaluation. En R. W. Tyler, R. M. Gagné, & M. Scriven (Eds.), *Perspectives of curriculum evaluation* (pp. 39–83). Rand McNally.
- Slavin, R. E. (1995). *Cooperative Learning: Theory, Research, and Practice*. Allyn & Bacon.
- Sousa, R., Almeida, T., & Costa, F. (2018). Karate-Do as a tool for developing resilience in Brazilian school children: A pedagogical perspective. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 134–141. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01018>
- Stevens, J. (2001). *Budo secrets: teachings of the martial arts masters*. Shambhala Publications.
- Tabares, F. (2015). Adaptación de la enseñanza de las artes marciales a las características individuales de los estudiantes. *Revista de Pedagogía Deportiva*, 22(1), 34–48.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
- Weiss, C. H. (1998). *Evaluation: Methods for studying programs and policies*. Prentice Hall.

- Zabalza, M. A. (2004). *Diseño y desarrollo curricular*. Narcea.
- Zachopoulou, E., & Tsangaridou, N. (2004). Teachers' reflections on teaching culturally valued physical activities in physical education. *European Physical Education Review*, 10(2), 195–209. <https://doi.org/10.1177/1356336X04044074>
- Capa, J. P. (2019). *El karate en la asignatura de Educación Física* [Trabajo de grado]. Universidad de La Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/24209/El%20karate%20en%20la%20asignatura%20de%20Educacion%20Fisica.%20.pdf>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2019). *Guía metodológica para la implementación del currículo de Educación Física*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/GUIA-METODOLOGICA-EF.pdf>
- NeuronUP. (s.f.). *El aprendizaje motor: qué es, factores, metodología y objetivo*. <https://neuronup.com/estimulacion-y-rehabilitacion-cognitiva/dano-cerebral-adquirido/el-aprendizaje-motor-que-es-factores-metodologia-y-objetivo/>
- Psicología y Mente. (s.f.). *Etapa de operaciones concretas de Piaget*. <https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapa-operaciones-concretas>

Anexos

Instrumento de recolección de datos

ENCUESTA DIAGNÓSTICA SOBRE EL CONOCIMIENTO PEDAGÓGICO DEL KARATE-DO SHOTOKAN

lizgisselle13@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)



 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

Trabajo de Titulación como requisito previo para la obtención del título de Magíster en Educación con Mención en Educación Física y Deporte

Título: DISEÑO DE PLANIFICACIÓN MICROCURRICULAR PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DEL KARATE-DO ESTILO SHOTOKAN EN NIÑOS DE 10 A 11 AÑOS, EN EL BLOQUE CURRICULAR DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS, EN LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL EUGENIO ESPEJO.

Autor: Henry Alejandro Verduga Shiguango

Título sin título

(Dirigida a Docentes de Educación Física e Instructores)

Objetivo: Determinar la percepción de los docentes sobre la efectividad de los programas actuales y evaluar su conocimiento sobre las bases pedagógicas, el desarrollo infantil (10-11 años) y la progresión técnica del estilo Shotokan en el contexto escolar.

Instrucciones: Por favor, responda a cada sección marcando la opción correcta o escribiendo una respuesta breve y concisa.

DATOS GENERALES DEL PARTICIPANTE-NOMBRES Y APELLIDOS *

Tu respuesta

NÚMERO DE CEDULA *

Tu respuesta

¿Cuál es su título académico obtenido? *

- ☐ Tecnólogo
- ☐ Licenciado/a
- ☐ Ingeniero/a
- ☐ Magíster
- ☐ Doctorado (PhD)

TÍTULO PROFESIONAL QUE POSEE *

Tu respuesta

A. OPINIÓN Y PERCEPCIÓN SOBRE LA PRÁCTICA ACTUAL

Instrucciones: Por favor, responda a cada sección marcando la opción correcta o escribiendo una respuesta breve y concisa.

A1. Pregunta de Respuesta Múltiple (Opinión sobre Recursos): En su experiencia ^{*} actual, ¿Cuál es el factor que más limita la efectividad del programa de Karate-Do para niños de 10-11 años en la institución?

- ☐ Falta de una guía metodológica estructurada y adaptada a la edad.
- ☐ Falta de capacitación pedagógica del instructor en didáctica infantil.
- ☐ Bajo nivel de motivación o interés de los estudiantes.
- ☐ Inexistencia de evaluación sistemática del desarrollo integral (físico y valórico).

A2. Pregunta Binaria (Opinión sobre la Metodología): ¿Considera que el enfoque ^{*} metodológico actual de la enseñanza del Karate-Do satisface las necesidades de desarrollo **socioemocional** (autocontrol, respeto, cooperación) de los estudiantes?

- ☐ Sí
- ☐ No

A3. Respuesta Breve (Opinión sobre Adaptación): ¿Qué tipo de actividades ^{*} didácticas (juegos, ejercicios) considera que generan mayor **desinterés o fatiga** en los niños de 10-11 años durante la clase de Karate-Do? Actividad o tipo de ejercicio:

Tu respuesta _____

A4. Pregunta Binaria (Opinión sobre Evaluación): ¿Se utilizan actualmente en la institución **instrumentos de evaluación objetivos** (como Listas de Control o Escalas de Observación) para medir el progreso técnico específico (*Kihon* o *Kata*) de los estudiantes? *

- ☐ Sí
- ☐ No

B. CONOCIMIENTO PEDAGÓGICO Y DESARROLLO INFANTIL

Instrucciones: Por favor, responda a cada sección marcando la opción correcta o escribiendo una respuesta breve y concisa.

B1. Pregunta de Opción Múltiple (Desarrollo Cognitivo): El niño de 10 a 11 años se encuentra en el Estadio de las Operaciones Concretas (Piaget). Esta etapa se caracteriza por un avance clave que facilita la enseñanza del *Kata* como secuencia estratégica: *

- ☐ La capacidad de crear hipótesis abstractas.
- ☐ La flexibilidad en el pensamiento y el abandono del aprendizaje por ensayo y error.
- ☐ El desarrollo de habilidades motoras gruesas.

B2. Respuesta Breve (Metacognición): En la pedagogía deportiva, ¿Qué significa fomentar la **metacognición** en un estudiante antes de que ejecute una técnica (ej. una postura), según el aprendizaje motor? Respuesta: *

Tu respuesta

B3. Pregunta Binaria (Valores del Shotokan): ¿Es correcto afirmar que el principio rector del Shotokan establece que el **objetivo fundamental** del Karate-Do es la **victoria sobre el oponente** en el *Kumite* (combate)? *

- ☐ SI
- ☐ NO

C. CONOCIMIENTO TÉCNICO Y METODOLÓGICO

Instrucciones: Por favor, responda a cada sección marcando la opción correcta o escribiendo una respuesta breve y concisa.

C1. Pregunta de Opción Múltiple (Progresión Técnica): ¿Cuál es la progresión didáctica más adecuada para la enseñanza de técnicas como el *Tsuki* (golpe) en la iniciación deportiva, según la literatura? *

- ☐ Kihon estático → Kumite libre
- ☐ Táctica → Técnica
- ☐ Técnica → Táctica

C2. Respuesta Breve (Pilares del Karate-Do): Describa brevemente la función principal que cumple el **Kata** (Forma) dentro de la estructura de entrenamiento (*Kihon* → *Kata* → *Kumite*). Función del Kata: *

Tu respuesta

C3. Pregunta de Opción Múltiple (Estrategias Didácticas): La aplicación de la **Práctica Variable** (Pigott, 1985) en la clase de Karate-Do busca principalmente: *

- ☐ Mantener un reglamento fijo e inamovible.
- ☐ Reforzar el gesto técnico a través de la repetición idéntica.
- ☐ Evitar respuestas reactivas ante la mecánica repetitiva introduciendo cambios constantes.

C4. Respuesta Breve (Valores en Kumite): Mencione una estrategia que pueda aplicar en un ejercicio de *Kumite* formativo para reforzar la **honestidad** y el **respeto** a las reglas entre los estudiantes. *

Tu respuesta

AGRADECIMIENTO

Expreso mi sincero agradecimiento a todas las personas que participaron en la *Encuesta Diagnóstica sobre el Conocimiento Pedagógico del Karate-Do Shotokan*. Su colaboración, tiempo y disposición fueron fundamentales para la recolección de información necesaria para el desarrollo de este estudio.

Gracias a sus aportes, ha sido posible obtener una visión más clara y precisa sobre el nivel de conocimientos pedagógicos relacionados con esta disciplina, contribuyendo así al fortalecimiento de futuras propuestas formativas.

A todos ustedes, mi profundo agradecimiento por su valiosa participación.

Enviar

Borrar formulario