

**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROGRAMA LÚDICO PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS
BÁSICOS DEL KENPO. UNA APLICACIÓN A NIÑOS Y NIÑAS
DE 8 A 10 AÑOS**

**Autores: Kary L. Quintero A.
Joel J. Peña S.
Tutor: Dacio Molina M.**

Mérida, Diciembre 2013

**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROGRAMA LÚDICO PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS
BÁSICOS DEL KENPO. UNA APLICACIÓN A NIÑOS Y NIÑAS
DE 8 A 10 AÑOS**

**Memoria de Grado presentada como requisito parcial para optar al título
de Licenciados en Educación Mención Educación Física, Deportes y
Recreación**

**Autores: Kary L. Quintero A.
Joel J. Peña S.
Tutor: Dacio Molina M.**

Mérida, Diciembre de 2013

DEDICATORIA

A mi Mamá Leyda Salas por darme todo el apoyo moral y afectivo en todo momento. Este triunfo es tuyo. Te amo.

A mi Abuela Marta Avendaño por ayudarme a la formación personal, siempre a mi lado en todo momento.

A mi Abuelo Rafael Salas por la inigualable educación, sé que desde el cielo estas contento y hoy te alegras un poco más.

A mis Tíos y Tías, en especial a Nancy Avendaño, Carmen Avendaño, Gregorio Salas y su esposa Lesbia Araque, que de alguna manera u otra han hecho posible que esté aquí.

A mi novia Nani por su fiel y sincera compañía en esta etapa importante de la vida, siempre con alegría cariño y paciencia, gracias por creer en mí. Te amo preciosa.

En general, a todas aquellas personas que han contribuido a mi formación personal y profesional, principalmente: mi papá Yovany Peña, mis Primas Lucymar, Gisvel y Gabriela, a mí ahijado José Gregorio y mis verdaderos Amigos, Yovanny, Irina, Alejandro, Anderson.

Joel J. Peña S.

DEDICATORIA

A Dios y la Virgen por darme la vida, sabiduría, por iluminar mis pasos y llegar al camino del éxito sin dejarme caer siendo mi guía y refugio espiritual derramando sobre mí bendiciones para poder salir adelante y triunfar.

A mi mami Hermelinda Angulo por darme la vida, por ser padre y madre, emprendedora y luchadora, GRACIAS por tu apoyo incondicional, por estar a mi lado en todo momento y cuando más necesite de ti, por darme todo tu amor, gracias, mil gracias por tus esfuerzos hoy día soy lo que soy, y valió la pena tanto sacrificio y ayuda, es por esto que este triunfo es por ti y para ti. TE AMO y espero sigas a mi lado en cada meta y éxito que me queda por recorrer y alcanzar, eres mi guía, pieza fundamental y ejemplo a seguir. Eres la mejor madre del mundo ¡mamita te adoro!

A mis hermanos Alexander porque tu inocencia me hizo más fuerte para salir adelante y luchar por ti, Mila por ser una guía ante mis pasos, Gaby para que te sirva de incentivo y logres tus metas, Gracias a ustedes por el apoyo incondicional LOS QUIERO MUCHO. A ti mi Guby (Beto) † Que siempre te llevo en mis pensamientos y donde te encuentres se que cuidas de mí y me apoyas en todo. Gracias Mi Guby Te Amo.

A mis segundas madres Chapi y Rosa, Gracias por su apoyo en todo momento ambas son guías para salir adelante. A mis sobrinos Pipito y Audy que les sirva este logro obtenido como miras a seguir, A mis abuelos Amando † y Nicolassa por ese cariño tan especial que siempre me brindan, a mis primos hermanos, a mis tíos y tías Adela, Amando, Angélica, Marina y Alberto, gracias por el apoyo.

A mis amigas Trini y Avancini, por su apoyo en este momento tan importante, su amistad incondicional y por siempre estar cuando las necesité. Gracias Las Adoro.

Kary L. Quintero A.

AGRADECIMIENTO

Gracias a Dios, por haberme dado salud, la fuerza y la sabiduría.

A la Universidad De Los Andes y al Departamento de Educación Física por formarme como docente.

A todos los integrantes del Club de Kenpo Campo de oro, representantes, entrenadores y niños por haberme brindado todo el apoyo durante el proyecto.

Al Profesor Dacio Molina por su amistad, ayuda, colaboración, orientación y valiosos consejos durante el proyecto.

A mi compañera, Kary por la amistad y el empeño puesto, a Mili, la morocha y Nani, por su compañía.

Al sensei José M. Plata R. de quien aprendí la importancia de la disciplina para las artes marciales y para la vida.

A los profesores Guillermo y Heglet por aportar sus conocimientos para elevar la calidad del estudio propuesto.

Joel J. Peña S.

AGRADECIMIENTO

A la Ilustre Universidad de Los Andes, por ofrecerme la oportunidad de aprender e inculcarme gran formación académica, Gracias por hacer de mi un docente.

A mi tutor Dacio Molina por tan valioso apoyo y darme grandes conocimientos, además de sus consejos y buen humor. Gracias por ser parte de mi formación académica.

A todos los integrantes del Club de Kenpo Campo de oro, representantes, entrenadores, niñas y niños por hacer posible este proyecto y haberme ofrecido su mayor colaboración y apoyo durante su realización.

A mis compañeros de estudio, Joel por tu amistad y constancia puesta en este proyecto que realizamos en unión, a Mili, Trini, Nani, Sensei Yovanny por su apoyo a lo largo de mi investigación y por su compañía. Gracias.

A los profesores Guillermo y Heglet por contribuir con sus enseñanzas para realzar el presente trabajo.

Kary L. Quintero A.

ÍNDICE GENERAL

	Pp.
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iv
LISTA DE CUADROS.....	x
LISTA DE GRÁFICOS.....	xii
LISTA DE IMAGENES.....	xiii
RESUMEN.....	Xv
INTRODUCCIÓN.....	1
 CAPÍTULO	
I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
Definición del Problema.....	3
Objetivos.....	5
Objetivo General.....	5
Objetivos Específicos.....	5
Delimitación de la Investigación.....	6
Alcances de la Investigación.....	6
Justificación.....	7
II MARCO TEÓRICO.....	9
Antecedentes de la Investigación.....	9
Bases Teóricas.....	11
Programa.....	12
Deporte.....	12
Iniciación Deportiva.....	13
Elementos a Considerar en la Iniciación Deportiva.....	13
Modelo Constructivista para la Iniciación Deportiva.....	14
Lúdico.....	15

Juego.....	16
Características del Juego.....	16
Evolución del Juego.....	17
Metodología para la Enseñanza del Juego.....	19
Pedagogía.....	19
Didáctica.....	20
Ciclo Didáctico.....	20
Kenpo.....	21
Componentes del Kenpo.....	22
Historia del Kenpo.....	26
Reglamento del Kenpo.....	28
Características del Niño y la Niña de 8 a 10 años.....	34
Test de Mc Clenaghan y Gallahue.....	35
III MARCO METODOLÓGICO.....	36
Tipo de Investigación.....	36
Técnica de Evaluación.....	37
Instrumento de Evaluación.....	37
Participantes.....	37
Fases para la Puesta en Marcha del Proyecto.....	38
IV DISEÑO Y APLICACIÓN DE LOS JUEGOS.....	39
Presentación.....	39
Programa de Juegos.....	40
El Camino Confuso.....	41
Stop Loco.....	42
Los Canguros Fuertes.....	43
El Impacto del Cangrejo.....	44
Desviando el Ataque del Martillo.....	45
Desviando la Espada.....	46

Desviando el Látigo.....	47
Caballo loco.....	48
El Círculo Protector.....	49
Relevo de Pelota.....	50
Cuidemos la Zona.....	51
La Bomba del Jinete.....	52
El Camino hacia el Puño.....	53
El Explorador.....	54
Duelo del Puño – Bloqueo.....	55
Salto al Combate.....	56
Descubriendo el Fundamento del Kenpo.....	57
El Pasillo Golpeador.....	58
Defendiendo el Tesoro.....	59
Sigue la Secuencia.....	60
Saltando los Cocodrilos.....	61
Apuntando al Camino.....	62
V ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	63
Evaluación.....	63
Indicadores.....	64
Posición Básica de Combate.....	64
Desplazamientos.....	65
Bloqueos.....	65
Puños.....	66
Procedimientos de la Evaluación.....	67
Posición Básica de Combate.....	67
Desplazamientos.....	68
Bloqueos.....	68
Puños.....	68
Resultados de la Evaluación Diagnóstica.....	68

Posición Básica de Combate.....	69
Desplazamientos.....	70
Bloqueos.....	71
Puños	75
Resultados de la Evaluación Final.....	77
Posición Básica de Combate.....	77
Desplazamientos.....	78
Bloqueos.....	79
Puños.....	83
VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	87
Conclusiones.....	87
Recomendaciones.....	88
REFERENCIAS.....	91
ANEXOS.....	95
A- Evaluación inicial y evaluación final	
B- Programa de juegos	
C- Retroinformación y materiales	
D- Consentimiento informado	
E- Planilla de evaluación	
F- Evaluación intermedia	
G- Programación de las sesiones de entrenamiento	
H- Distribución de los contenidos del Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo	

LISTA DE CUADROS

CUADRO	pp.
1 Indicadores de Posición de Combate.....	64
2 Indicadores del Desplazamiento.....	65
3 Indicadores del Bloqueo.....	65
4 Indicadores del Puño.....	66
5 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Posición Básica de Combate.....	69
6 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Desplazamientos.....	70
7 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Bloqueo Arriba.....	71
8 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Bloqueo Interno.....	72
9 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Bloqueo Externo.....	73
10 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Bloqueo Bajo.....	74
11 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Puño Horizontal Empujando.....	75
12 Resultado de la Evaluación Diagnóstica para el Fundamento: Puño Horizontal Estallando.....	76
13 Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Posición Básica de Combate.....	77
14 Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Desplazamiento.....	78
15 Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Bloqueo Arriba.....	79
16 Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Bloqueo Interno.....	80
17 Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Bloqueo Externo.....	81
18 Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Bloqueo Bajo.....	82

19	Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Puño Horizontal Empujando.....	83
20	Resultado de la Evaluación Final para el Fundamento: Puño Horizontal Estallando.....	84
21	Resultados de la evaluación diagnóstica y final.....	85

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO		pp.
1	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: posición básica de combate.....	69
2	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: desplazamiento.....	70
3	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo arriba.....	71
4	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo interno.....	72
5	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo externo.....	73
6	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo bajo.....	74
7	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: puño horizontal empujando.....	75
8	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: puño horizontal estallando.....	76
9	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: básica de combate.....	77
10	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: desplazamiento.....	78
11	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo arriba.....	79
12	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo interno.....	80
13	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo externo.....	81
14	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: bloqueo bajo.....	82
15	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: puño horizontal empujando.....	83
16	Resultado de la evaluación Diagnóstica para el fundamento: puño horizontal estallando.....	84

LISTA DE IMÁGENES

IMAGEN		Pp.
1	Posición básica de combate.....	23
2	Desplazamiento lateral.....	23
3	Bloqueo arriba.....	24
4	Bloqueo interno.....	24
5	Bloqueo externo.....	25
6	Bloqueo abajo.....	25
7	Puño horizontal empujando.....	26
8	Puño horizontal estallando.....	26
9	Área de competición.....	29
10	El camino confuso.....	41
11	Stop loco.....	42
12	Los Canguros Fuertes.....	43
13	El Impacto del Cangrejo.....	44
14	Desviando el ataque del martillo.....	45
15	Desviando la espada.....	46
16	Desviando el látigo.....	47
17	Desviando la patada.....	48
18	El círculo protector.....	49
19	Relevo de pelota.....	50
20	Cuidemos la zona.....	51
21	La bomba del jinete.....	52
22	El camino hacia el puño.....	53
23	El explorador.....	54
24	Duelo del puño–bloqueo.....	55
25	Salto al combate.....	56
26	Descubriendo el fundamento del Kenpo.....	57
27	El pasillo golpeador.....	58

28	Defendiendo el tesoro.....	59
29	Sigue la secuencia.....	60
30	Saltando los cocodrilos.....	61
31	Apuntando al camino.....	62

UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMA LÚDICO PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS
BÁSICOS DEL KENPO. UNA APLICACIÓN A NIÑOS Y NIÑAS
DE 8 A 10 AÑOS

Autores: Kary L. Quintero A.
Joel J. Peña S.
Tutor: Dacio Molina M.
Fecha: Noviembre, 2013

RESUMEN

El presente estudio tuvo como finalidad aplicar un Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años. El objetivo era determinar si con la utilización de diferentes juegos se podría lograr que los niños que participaban en el estudio, consiguieran dominar los fundamentos básicos que contempla esta disciplina deportiva. La investigación es un estudio de campo de carácter descriptivo, apoyada para su consecución en un proyecto factible y se enmarca en un enfoque de investigación aplicada. Este programa pretendió innovar a través del juego la enseñanza del Kenpo, desde otra óptica metodológica. Para la evaluación del estudio se utilizó como técnica la observación y se empleó la escala propuesta por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), la cual permitió ubicar la ejecución de los fundamentos en diferentes estadios (inicial, elemental y maduro), la información recolectada fue tabulada y representada en forma de gráfico. El programa permitió la consolidación de los fundamentos básicos del Kenpo, a saber, posición básica de combate, desplazamientos, bloqueo arriba, abajo, interno y externo y los fundamentos de puño, horizontal empujando y horizontal estallando; en este sentido la mayoría de los participantes del estudio lograron avanzar desde el estadio inicial (indicador de que no ejecuta la destreza) al estadio maduro(referido a que el participante ejecuta la técnica de forma correcta según diversos indicadores preestablecidos), resultados que pusieron en relieve la efectividad del programa.

Descriptores: Programa, Lúdico, Enseñanza, Fundamentos Básicos, Kenpo.
Test de Mc Clenaghan y Gallahue.

INTRODUCCIÓN

El desarrollo del deporte en la niñez, ya sea en sus manifestaciones recreativas, educativas o competitivas, realizado de forma sistemática y programada, es una de las vías idóneas para promover el aprendizaje del niño y la niña. Son indudables los beneficios que la práctica deportiva promueve, su efecto a nivel motor, emocional, cognitivo y social, ubican al deporte como una actividad predilecta. El docente de educación física, deporte y recreación dada su preparación profesional tiene una función de gran relevancia, y posee a su disposición una de las herramientas más efectivas, motivadoras y positivas como es el juego, sin embargo, el esquema rutinario en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los deportes, se ejecutan mayormente desde un enfoque técnico, táctico, físico, tradicional, basado en la repetición mecánica de modelos de movimientos, desde esta perspectiva se olvidan ciertos aspectos de la evolución del ser humano y el niño y la niña son vistos como un adulto en miniatura y no como un ser con características, intereses y necesidades propias a su etapa de desarrollo y con una clara inclinación hacia la actividad lúdica.

En la infancia, el juego es primordial para la adquisición de los diferentes conocimientos, habilidades y destrezas, pues éste presenta opciones en el niño y la niña como: juegos de concentración, relajación, predeportivos, asociativos, cooperativos, alternativos, sensoriales, expresivos, tradicionales y otros. El juego es una actividad inherente al ser humano y tiene beneficios indudables en el desarrollo del mismo. Uno de los modelos didácticos que ha demostrado mayores beneficios en el ámbito educativo es el enfoque constructivista, el cual propone que el individuo es capaz de construir sus propios aprendizajes.

El Kenpo por su parte es un arte marcial que comprende una línea jerárquica a la cual se debe regir todo practicante y que tiene una extensa cantidad de fundamentos y formas, que van desde las fundamentales

(posiciones básicas, desplazamientos, puños, bloqueos) hasta las más complejas (katas, elementos de defensa, entre otras). Para efectos del presente estudio se promovió los fundamentos básicos del Kenpo, a decir, posición básica de combate, desplazamientos, bloqueo arriba, interno, externo, abajo; y los fundamentos de puño, horizontal empujando, horizontal estallando.

El presente estudio estuvo dirigido a diseñar, ejecutar y evaluar un programa para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo, en el que la actividad principal del niño y la niña fue el juego, como mecanismo de aprendizaje.

La investigación se estructuró en seis capítulos, los cuales se mencionan a continuación: capítulo I Planteamiento del problema, en él se desarrolló la definición del problema, los objetivos, la delimitación y alcances de la investigación, así como la justificación. El capítulo II Marco teórico, hace referencia a los elementos vinculantes con el tema de investigación, tales como, investigaciones previas y la fundamentación teórico donde se desarrollan los elementos de base para las diversas fases del estudio. En el capítulo III Marco metodológico se desarrolló el tipo de investigación, los participantes, las fases de la investigación así como el cronograma del programa.

El capítulo IV denominado, Diseño y aplicación de los juegos se presentaron las actividades lúdicas que permitieron la enseñanza del Kenpo, a través de un aprendizaje innovador y creativo. En el Capítulo V Análisis de los resultados, se analizó en la efectividad de las actividades lúdicas, para lo cual se empleó una escala propuesta por Mc Clenaghan y Gallahue (1985). que permitió identificar la ejecución de los fundamentos en diferentes estadios, a decir, inicial, elemental y maduro. En el capítulo VI Conclusiones y recomendaciones, se mencionaron los logros personales obtenidos y se manifestaron los aportes y las recomendaciones, finalmente se incorporaron las referencias bibliográficas y electrónicas y los anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Definición del Problema

La actividad deportiva es el proceso idóneo para conseguir el desarrollo integral de los niños y niñas, éste ha de ser apoyado y estimulado puesto que su práctica es una de las vías predilectas y efectivas para la formación del ser humano, al promover diversos valores tales como la disciplina, el respeto, la tolerancia, la autoestima, el autoconocimiento, entre otros aspectos. El deporte asimismo permite el desarrollo de diversas habilidades y destrezas lo cual le permite un mejor desenvolvimiento y a su vez le permite la formación de un cuerpo y mente más saludables. El deporte desde estas consideraciones debe convertirse en un instrumento de salud pública que debe ser promovido en los diferentes espacios y etapas del ser humano.

La praxis de los diferentes deportes suponen diversas fases, siendo la de iniciación la de interés en el estudio, éste es un proceso pedagógico, científicamente estructurado que debe ser bien orientado desde las primeras edades. Actualmente muchos de los procesos de iniciación se dirigen bajo un modelo técnico de enseñanza (o tradicional), el cual según Contreras, De La Torre y Velázquez (2001).

Condiciona el desarrollo de los aspectos cognitivos del movimiento al aprendizaje previo de los aspectos técnicos (habilidades específicas), dando lugar a una práctica motriz inicial centrada en la repetición y en la automatización mecánica de unas habilidades específicas determinadas fuera del contexto de juego que les da significado y sentido (p.163).

Desde este enfoque el aprendiz es considerado como un sujeto pasivo, que registra de forma mecánica la información y los procedimientos de instrucción, por su parte los procesos de enseñanza aprendizaje se dirigen bajo programas de refuerzos de conductas, el establecimiento de objetivos precisos y cuantificables y la valoración del producto es decir de la conducta terminal (ob. cit).

La presente investigación plantea la dirección del proceso de enseñanza aprendizaje bajo un enfoque constructivista, en el cual el juego fuese la principal actividad didáctica y el niño y la niña se ubicaron como los protagonistas en su propio proceso de aprendizaje.

El estudio estuvo orientado a su vez a promover el aprendizaje significativo; puesto que se hizo inminente la necesidad de que el practicante le otorgue sentido y significado a los contenidos del mismo para lo cual fue preciso relacionar los nuevos aprendizajes con sus experiencias previas.

El Kenpo consta de diversos estilos, el Kosho Ryu Kenpo, el Kara Ho Kenpo, Shaolin Kenpo, Chimalli Kenpo Dzk, Nippon Kenpo y el Kenpo Americano o también denominado Kenpo-Karate, éste último es el seleccionado para el presente estudio, según Contreras et al., (2001) y la Federación Venezolana de Kenpo (2010), el Kenpo Americano es un deporte de combate, (debido a que su característica más relevante es que supone el contacto entre los participantes, siendo el cuerpo del oponente el principal objeto de referencia del luchador), se originó en Hawái, en la década de los 50, llegando a Venezuela en 1984.

Dada la reciente promoción e incursión de este deporte en Venezuela, se encuentra que son escasos los trabajos dirigidos a este arte marcial y el campo pedagógico no escapa a esta realidad, debido a esta situación, así como la necesidad de innovación que requieren las técnicas didácticas de enseñanza y la necesidad de que la infancia reciba una atención diferenciada. Este estudio a su vez nace como mecanismo para promover la formación integral de los Kenpoistas utilizando el juego como herramienta de

aprendizaje; ya que en la actualidad el niño, niña y adolescente se ve sumergido en una sociedad donde el ocio los hace vulnerables a caer en vicios tales como: drogadicción, alcoholismo, prostitución, entre otros.

En tal sentido, es importante destacar que la práctica del kenpo lleva consigo la expresión de valores (respeto, cooperación, amistad, honestidad, creatividad, tolerancia, cortesía), que se pone en manifiesto con el grupo de compañeros, y quienes a su vez reflejan dichas conductas en otros entornos, tales como la escuela y el hogar; pero también se debe tener en cuenta que se le ofrece al niño un espacio para ocupar su tiempo libre, aprovechándolo de manera saludable, activa, recreativa y de beneficios para su crecimiento.

El programa se dirigió al aprendizaje de los fundamentos básicos del Kenpo, tales como, la posición básica de combate, los desplazamientos, el bloqueo arriba, interno, externo, abajo, y los fundamentos de puño, horizontal empujando, horizontal estallando, los cuales son considerados fundamentos básicos para el aprendizaje de fundamentos más complejas.

Sistemas de Objetivos

Objetivo General

Desarrollar un Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años del Club de Kenpo de Campo de Oro.

Objetivos Específicos

- Diagnosticar el dominio de los Fundamentos Básicos del Kenpo entre los participantes del programa.

- Planificar las actividades lúdicas para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años del Club de Kenpo de Campo de Oro.
- Ejecutar el Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años del Club de Kenpo de Campo de Oro.
- Evaluar el Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años del Club de Kenpo de Campo de Oro.

Delimitación de la Investigación

El estudio se realizó con 12 niños y niñas en edades comprendidas entre 8 y 10 años pertenecientes al Club de Kenpo de Campo de Oro ubicado en el Municipio Libertador del Estado Mérida, el programa tuvo una duración de 3 meses con una frecuencia de tres jornadas semanales. La investigación estuvo dirigida a la enseñanza de los fundamentos básicos, posición básica de combate, desplazamientos, bloqueo arriba, interno, externo, abajo, y fundamentos de puño, horizontal empujando y horizontal estallando.

Alcances de la Investigación

El estudio estuvo encaminado a innovar a través del juego la enseñanza de los fundamentos básicos del Kenpo, logrando aportar una metodología alternativa para los aprendizajes, asimismo la investigación se convertirá en una guía para los entrenadores y entrenadoras, a fin de que incorporen actividades lúdicas en la enseñanza del Kenpo.

Justificación

El deporte constituye una actividad propicia para originar el desarrollo integral de los niños y niñas, es asumido como política de salud pública y educativa, debido a que lleva implícito diversos valores, tales como la responsabilidad, el respeto, la cooperación, la disciplina, el autocontrol, motivación al éxito, entre otros; esta actividad en primer lugar produce una mejora en la salud de sus practicantes, ya que al integrarle al individuo un estilo de vida activo, disminuye la posibilidad de contraer ciertos tipos de enfermedades (diabetes, hipertensión, artritis, osteoporosis, enfermedades coronarias) y/o contrarrestar el efecto de estas cuando poseen. Según Contreras et al. (2001), el deporte es una actividad que permite fortalecer el carácter, ya que promueve cualidades como la fuerza de voluntad, la disciplina y el coraje. El deporte incide igualmente en el desarrollo de aptitudes psicomotrices, y fortalece la resistencia, la flexibilidad y la fuerza.

La práctica de los diferentes deportes está compuesta por diversas fases, siendo la de iniciación la etapa seleccionada en la presente investigación. El objeto de estudio estuvo constituido por niños y niñas, dada la necesidad de atender y adecuar el proceso de aprendizaje a las características, intereses y necesidades de éstos, se estableció el proceso de iniciación bajo un enfoque lúdico. Esta consideración subyace al hecho de que la actividad fundamental del niño y la niña es el juego. Según Bartolomé, Górriz, Pascual y Carcía (1997), este es una acción imprescindible para su desarrollo, por lo que se hace preciso destinar espacios y tiempo para que el mismo pueda ser ejercitado. El juego promueve innumerables beneficios, incidiendo en el desarrollo de la motricidad al ejercitar la sincronización de los movimientos, la coordinación visual-motriz, el desarrollo muscular, la motricidad fina y gruesa, entre otras habilidades; y a su vez la ejercitación de los sentidos, de las facultades intelectuales, la adquisición de hábitos sociales y de conocimientos de sí mismos, sobre los demás y el mundo; de esta manera le

permite al niño afirmar su yo, su autonomía y autoconfianza. De acuerdo con García y Valencia (2005), el juego en síntesis “permite percibir al niño en su vida motriz, afectiva, social e intelectual” (p.111).

El proceso se dirigió a partir del modelo de la iniciación deportiva, surgiendo como una alternativa de enseñanza deportiva distinta al modelo técnico o tradicional. Este enfoque didáctico está caracterizado por pretender la participación activa del aprendiz en la adquisición de los aprendizajes funcionales y significativos (Contreras et al., 2001)

Mitose (1980), explica que el Kenpo es un deporte que puede practicarse por igual, tanto a niños y niñas, jóvenes como adultos, es un arte marcial que proporciona grandes beneficios a los practicantes puesto que permite fortalecer el espíritu, mejorar la salud, aumentar la longevidad, ya que tiene un efecto positivo en la velocidad de reacción, la flexibilidad, la agudeza visual, la rapidez mental, la circulación, la respiración, la concentración, la musculatura, la presión sanguínea, la capacidad pulmonar, la coordinación, la confianza en sí mismo, moldea el carácter de forma positiva y le provee a su vez a sus participantes la necesidad de ser personas respetuosas y cumplidoras de las leyes.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la Investigación

El proceso de investigación supone la recolección de datos previos que permitan orientar el estudio, en base a esto, fue posible identificar diversos antecedentes relacionados con el área de estudio, los cuales se presentan a continuación:

Marquina (2009), desarrolló un estudio titulado “Manual Metodológico Dirigido a Entrenadores de Kenpo, para la Etapa de Iniciación de 9 a 12 años de edad en el Municipio Libertador del Estado Mérida”, el cual tuvo como objetivo diseñar un Manual Metodológico para Entrenadores de Kenpo que permitiera abordar el proceso de iniciación. El referido estudio se llevó a cabo en el municipio Libertador del Estado Mérida. Es un estudio de campo, cualitativo y se desarrolló por medio del eje de aplicación. A través de la aplicación de una entrevista a doce entrenadores de Kenpo del Estado Mérida se determinó que no existe un manual metodológico que permita a los promotores y entrenadores deportivos enseñar Kenpo. La autora señala que el diseño de este instrumento fortalecerá el espíritu colaborador de la comunidad, a la vez que generará interés en los niños y niñas y jóvenes que deseen iniciarse en este deporte. Otra consideración que debe tomarse en cuenta es que la iniciación a este arte marcial debe generar una actitud positiva sobre el Kenpo, y se debe partir de la premisa de que el promover una mente sana conduce a poseer un cuerpo con salud, señala a su vez que cualquier acción que se emprenda para fortalecer la práctica del Kenpo, en

niños y niñas será significativa en la medida que se promueva la confianza. Como última recomendación la autora señala que se debe instar a la comunidad y clubes a que implementen el manual diseñado.

El estudio fue tomado como marco de referencia para la presente investigación, dado que muestra diversas orientaciones reseñadas al proceso de iniciación en el Kenpo en las edades que fueron seleccionadas.

Morett (2010), desarrolló un estudio titulado “Juegos con material alternativo para el desarrollo de las destrezas básicas del voleibol, una alternativa para las escuelas rurales”, el cual tuvo como propósito la elaboración de juegos con material alternativo para desarrollar las destrezas básicas del voleibol, a saber, voleo de pelotas altas, voleo de pelotas bajas, saque bajo frontal, el mismo fue aplicado a los estudiantes del quinto y sexto grado de la Unidad Educativa Las Quebraditas, es una investigación de campo de tipo descriptiva con observación directa, el cual se estructuró para desarrollarse en un periodo de 20 semanas, en el cual se ejecutaron las diferentes fases de la investigación, dando inicio con la confección de los materiales alternativos y la creación de los juegos para su posterior realización y evaluación, para lo cual se empleó una escala de estimación, la cual permitió comprobar la eficiencia de los juegos con material alternativo en medios rurales para el desarrollo de las técnicas básicas del voleibol escolar.

El estudio realizado demuestra que es factible y efectivo el proceso de iniciación deportivo desde un enfoque lúdico, a su vez ofrece diversas orientaciones y recomendaciones para dirigir el proceso de la investigación, por lo cual fue tomado como instrumento orientador.

Santeliz (2010), llevó a cabo un estudio denominado “Los juegos predeportivos como herramienta en el desarrollo de las capacidades físicas en la iniciación al Kenpo”, el cual tuvo como propósito presentar una batería de juegos orientada a la enseñanza del Kenpo conectándolo a la utilización de los juegos predeportivos como estrategia facilitadora en el desarrollo de las capacidades físicas, para lo cual se precisó la consecución de las

siguientes etapas: diagnóstico de la utilidad de los juegos predeportivos para el desarrollo de las capacidades físicas en la disciplina del Kenpo, seguidamente se procedió a determinar la relación del Kenpo con los juegos predeportivos como estrategia facilitadora en el desarrollo de las capacidades físicas y finalmente se diseñó la referida batería de juegos. La investigación constituye un estudio de campo de tipo exploratorio-descriptivo.

El estudio se desarrolló con 12 niños que se encontraban en fase de iniciación al Kenpo en edades comprendidas de 8 a 12 años, los cuales realizaban sus prácticas en el Club “Hermanos Moreno” del estado Lara. A partir del presente estudio se logró la incorporación de los juegos predeportivos en la enseñanza del Kenpo, a la vez que se diseñó una herramienta esencial, creativa y práctica para los instructores la cual contribuirá en la captación y mantenimiento de los infantes que se encuentran ejerciendo la disciplina deportiva.

Este estudio fue tomado para efectos de la presente investigación dado la relación directa que posee con el programa propuesto, en este sentido el mismo ofrece un marco referencial que permitirá guiar la presente.

Otro elemento que se desarrolló en este capítulo son las bases teóricas, las cuales se presentan a continuación:

Bases Teóricas

Las bases teóricas constituye el marco de referencia que permite orientar las diferentes fases de la investigación, en tal sentido se llevó a cabo una selección de los diferentes fundamentos teóricos relacionados con el tema de estudio, desarrollándolos mas ampliamente a fin de que el lector se compenetre con la fundamentación que abriga este estudio y que permite mayor claridad al momento de abordar los siguientes capítulos.

Programa

Pérez (2000), define que los programas constituyen un instrumento curricular donde se organizan las actividades de enseñanza-aprendizaje, el cual permite orientar al docente en su práctica, debido a que el mismo contempla los objetivos, las conductas que deben manifestar los estudiantes, las actividades y contenidos, así como las estrategias y recursos a emplear. Los programas surgen como una alternativa metodológica y didáctica para la enseñanza de las ciencias. En tal sentido, este instrumento constituye una guía para orientar la praxis pedagógica y debe estar diseñado para ayudar a todos los estudiantes a adquirir una sólida base de conocimientos, habilidades y actitudes.

Los programas desde estas consideraciones se convierten en una herramienta de gran valor en el ámbito educativo, pues provee al docente de un marco referencial que permite guiar las acciones de los mismos, lo cual se traduce en un perfeccionamiento de la labor pedagógica y didáctica.

Deporte

Según García (1994), el deporte es una actividad lúdica sujeta a reglas fijas controladas por organismos internacionales, que se practica en forma de competición individual o colectiva y que pone en juego cualidades tales como la movilidad física, la fortaleza y la habilidad de los participantes. Machado (1990), por su parte señala que el deporte es un hecho educativo idóneo para la organización social del pueblo y un instrumento para alcanzar el desarrollo integral del individuo ya que afecta las distintas esferas del ser, en sus áreas físicas, psíquica, social, emocional y motora.

El deporte en este sentido es una herramienta de formación, al desarrollar en los sujetos diversos valores que tributan en su desarrollo personal, a la vez que permite la formación de un cuerpo sano y de una mejor motricidad.

Estos valores hacen del deporte un medio de incalculable importancia en tanto que contribuyen en el desarrollo de la formación integral de los individuos.

Iniciación Deportiva

Albornoz (2005), señala que la iniciación deportiva supone el aprendizaje de las rutinas indispensables para la práctica de cada deporte y añade que la edad escolar va a representar un buen periodo de aprendizaje que no se debe perder. Éste proceso supone que el niño y la niña adquiera las nociones básicas del deporte, que se familiarice con él y comience a establecer las pautas básicas de conducta psicomotriz y sociomotriz orientadas hacia las conductas específicas del mismo, ello orientado a buscar una variada formación de base sobre la cual poder fundamentar un rendimiento máximo posterior.

Según Contreras et al. (2001), la iniciación supone un proceso de socialización y en tal sentido implica el desarrollo de valores, actitudes, conductas, ritos, habilidades, destrezas y conocimientos necesarios para desenvolverse en una disciplina deportiva.

Elementos a Considerar en la Iniciación Deportiva

Según Contreras et al. (2001), hay que considerar diversos elementos cuando se está realizando un trabajo de iniciación deportiva.

En primer lugar hay que planificar situaciones en las que el practicante vivencie una gran cantidad de experiencias de aprendizaje deportivo y que incidan en el desarrollo de sus capacidades cognitivas, motrices, de equilibrio personal y de interacción social. Se hace preciso que los practicantes interioricen y asuman los resultados de sus experiencias, percepciones,

conocimientos, sentimientos, los cuales determinarán, su valoración y actitud hacia el deporte.

A su vez hay que considerar que el nivel de competencia motriz que cada practicante haya alcanzado constituye un objetivo importante, pero no el más decisivo, debido a que el proceso en sí mismo conlleva a resultados positivos.

Modelo Constructivista para la Iniciación Deportiva

Contreras et al. (2001), definen el modelo constructivista como un enfoque didáctico de la enseñanza deportiva cuya caracterización principal radica en la necesidad que el practicante participe activamente en la realización de los aprendizajes significativos y funcionales. Desde esta perspectiva el practicante es considerado como el constructor de sus aprendizajes. El docente por su parte es definido como mediador entre el nuevo conocimiento y el aprendiz, para favorecer la adquisición de aprendizajes funcionales y significativos. Este enfoque precisa que el aprendiz tome conciencia de la necesidad de los aprendizajes para enfrentar los problemas que surgen al intentar alcanzar los objetivos de juego. Esta concientización y promoción de aprendizajes debe tener lugar en el propio marco contextual y problemático de la práctica deportiva, el papel del aprendiz debe ser activo y conjugar sus habilidades cognitivas y motoras, a la vez que se debe relacionar lo que aprenden con lo que ya saben, en tal sentido las actividades que se realicen deben estar dotadas de significado y sentido.

Así pues, el enfoque constructivo en el ámbito deportivo supone que el practicante comprenda la naturaleza, características y objetivos de la actividad deportiva en la que va a ser iniciado, así como el significado y sentido de los aprendizajes que debe realizar a través de las diversas actividades que se le propongan. En efecto, la práctica de cualquier deporte

implica la consecución de unos objetivos en un contexto determinado por unas reglas las cuales van a definir las características de los problemas motores que es preciso superar para poder alcanzar los objetivos. Para la solución de dichos problemas, es necesario percibir e interpretar los diversos acontecimientos que surgen durante la práctica, en función de los objetivos a conseguir en cada momento y tomar decisiones sobre la conducta a seguir o sobre las acciones que hay que realizar. En tal sentido se trata de promover situaciones en las que el aprendiz comprenda el qué, el para qué, el por qué y el cuándo de su conducta, información que darán el sentido, significado y funcionalidad a las acciones que realiza (ob. cit).

Por otra parte se debe tener presente que el aprendiz posee diversos conocimientos y habilidades, desarrolladas o adquiridas en mayor medida, desde esta perspectiva, se debe promover la adaptación y desarrollo de esas habilidades básicas a los objetivos específicos que surjan en función del tipo de deporte del que se trate (ob. cit).

Lúdico

Según Ramírez y Cano (s/f), la actitud lúdica es una característica de la personalidad creativa, del pensamiento creativo”, es la capacidad de aprender jugando, dice Erika Landau. Las reglas y parámetros que surgen en la actividad lúdica configuran los modelos de comunicación intrapersonal e interpersonal que orientarán las relaciones con nosotros mismos y con los demás en el transcurso de nuestra vida.

Resumiendo, la capacidad lúdica debe ser repensada dentro de los contenidos de la educación física como un componente estructural del ser humano y que encuentra en sus respuestas emocional, cognitiva y motriz su máxima expresión. Debe ser repensada como un contenido posibilitador del desarrollo de la autonomía, de aprendizajes significativos, para suplir las necesidades del individuo y como una posibilidad de adaptación a la realidad

Juego

Autores como García y Valencia (2005); Gómez, Posada y Ramírez (2000), señalan que el juego o también denominada actividad lúdica es una necesidad básica del niño, es una acción placentera, libre, espontánea, sin un fin determinado distinto al placer que origina, es considerado una acción indispensable en el desarrollo del niño. El juego es la combinación de actividades físicas y mentales, que se da de acuerdo a reglas previamente establecidas.

Así mismo, Aquino (2005), señala que el respeto del deseo de jugar del niño, de inventar y de crear es uno de los elementos fundamentales de los que debe partir toda educación basada en los intereses y características del niño. Sarlé, Garrido, Rosemberg y Rodríguez (2008), por su parte señala que el juego proporciona diversas ventajas, al asumir el formato lúdico las tareas adquieren un sentido real para el niño y la niña al contextualizarse, y le provee a su vez muchas oportunidades para interactuar con otros sujetos, construyendo el conocimiento junto con ellos.

Características del Juego

Contreras et al. (2001), exponen que el juego es una actividad libre, debido a que surge y se repite por el placer que con él mismo se experimenta. El juego a su vez es distinto a la vida corriente, ya que éste supone evadir el curso habitual de la vida, y lo sumerge en una esfera diferente. El juego a su vez supone una acción desinteresada, ya que el mismo no tiene un objetivo distinto al de producir satisfacción.

Los autores exponen que el juego está encerrado en sí mismo, esta connotación subyace al hecho de que el juego se da en unos límites de tiempo y espacio. El juego es regla y orden, debido a que esta actividad precisa la consecución de unas reglas reguladoras, lo que a su vez le

imprimirá un orden a la actividad lúdica. Como ultima características los autores indican que el juego implica tensión, dado que supone un resultado incierto, la incertidumbre y el azar.

Evolución del Juego

Piaget (citado en Guzmán, 2008), dentro de su estudio del desarrollo del ser humano abordó el ámbito del juego, y llegó al establecimiento de que las diversas formas que adopta el juego durante el desarrollo infantil son consecuencia directa de las transformaciones que sufren sus estructuras intelectuales. Por consiguiente, un tipo de juego, es reflejo de estas estructuras pero también contribuye al establecimiento de nuevas estructuras mentales. En la infancia tienen su aparición diversos tipos de juegos: los juegos funcionales, los juegos simbólicos y los juegos de reglas.

Juegos funcionales (también denominados juegos de ejercicios o sensoriomotrices). Según Moreno y Rodríguez (s/f), este tipo de juego tiene su aparición desde el nacimiento hasta los dos años, esta primera etapa se caracteriza por el hecho de prolongar la ejecución de alguna acción por el puro placer funcional. El niño y la niña en esta etapa repiten la acción por el placer que le provee del ejercicio funcional y por el placer ligado al dominio de su cuerpo. La extinción de los juegos de ejercicio sucede por saturación cuando el dominio de la acción es tal que ya no se espera ninguna novedad, ningún nuevo aprendizaje

Juegos simbólicos. Surgen a partir de los dos (2) hasta los siete (7) años, en esta etapa el juego simbólico aparece como una actividad predominantemente asimiladora, es a través del símbolo que el niño y la niña va a representar un objeto ausente bajo una forma de representación ficticia, cabe mencionar que la relación entre el significante y el significado estará en función de los intereses puramente subjetivos y lejos de la función

convencional. En tal sentido el niño y la niña representarán a un personaje, animal o persona humana, tomando como núcleo representativo aquellas cualidades del personaje que le han llamado particularmente la atención. Los juegos simbólicos preferidos por los niños y niñas son los relacionados con actividades cotidianas.

Juegos de reglas. Según Moreno y Rodríguez (s/f), el juego de reglas tiene su aparición desde los siete años hasta los doce años, se caracterizan por ser actividades en las que hay que aprender a jugar y en las que se deben realizar determinadas acciones y evitar otras, siguiendo unas reglas, reglas entendidas como obligaciones aceptadas voluntariamente y por eso a competición tiene lugar dentro de un acuerdo que son las propias reglas. Estas pueden ser improvisadas sobre la marcha o impuestas desde fuera por otra persona, Cabe señalar que los niños y niñas suelen ser muy estrictos en la exigencia y acatamiento de la regla, no con sentido ordenancista, sino porque ven en el cumplimiento de la misma por la garantía de que el juego sea viable y por eso la acata fácilmente.

Otro tipo de juegos que merecen ser referidos dada la relación con el presente estudio es el juego predeportivo y el juego alternativo los cuales se definen a continuación:

Juegos Predeportivos. En 1993, Navarro (citado en Méndez 2003), los juegos predeportivos son actividades lúdicas que suponen la adaptación estructural y funcional de la dinámica que se emplea en el deporte. Son considerados una actividad de enlace entre el juego libre y el deporte, y como elementos a considerar para la iniciación deportiva.

Juegos Alternativos. Según Muñoz (2008), el juego alternativo es aquel que se diferencia del juego tradicional y convencional, debido a que utiliza material que no se haya sujeto a los formatos tradicionales o bien porque recibe un uso distinto al que tenía cuando se diseñó.

Metodología para la Enseñanza del Juego

García y Valencia (2005), sugieren una serie de consideración a tenerse en cuenta para la enseñanza de los juegos. En primer lugar destacan que se debe escoger los juegos de acuerdo a los objetivos que se deseen lograr y atendiendo a su vez a las características de los niños y niñas (intereses, necesidades, entorno sociocultural, estado de salud, entre otras). Se debe preparar el material y el espacio a destinarse para el desarrollo de los juegos y se debe estar atento a que estos no supongan algún peligro para los niños y niñas. Es preciso a su vez ubicar a los niños y niñas cómodamente para escuchar las explicaciones, las cuales deben ser cortas, claras y precisas y se debe promover que los niños y niñas hagan sus preguntas. Para mantener vivo el interés se sugieren intervenciones oportunas e inteligentes. Las autoras destacan que no se debe sacar a los niños y niñas por eliminación y que en caso de que el juego lo requiera deben buscarse estrategias para que ellos queden activos dentro del juego.

Pedagogía

Según Romero (2009), la pedagogía es una ciencia que tiene por objeto el estudio de la educación y está orientada a conocer, analizar y perfeccionar el hecho educativo.

Por su parte, Zambrano (2005), señala que esta ciencia social ha pasado por grandes transformaciones, a lo largo de la historia. El autor cita a Sánchez (1992) y Hoyos (1990) y refiere que tareas como investigar, explicar, comprender, dirigir y organizar la educación son propias de esta área de conocimiento. Dentro de la pedagogía existen diversas ramas específicas, una de esta se orienta hacia el deporte, la cual según, Martens (2002), es la ciencia y arte de la enseñanza de las habilidades deportivas.

Didáctica

Según Contreras (1998), la didáctica es una disciplina científica que se encarga de estudiar la educación y específicamente lo referido a los contenidos, medios, recursos y técnicas apropiadas para dirigir el proceso de enseñanza aprendizaje, por lo que es un saber esencialmente práctico.

Zambrano (2005), por su parte refiere que la “didáctica tiene como objeto de estudio la actividad del maestro relacionada con la enseñanza y sus vínculos con la actividad de los alumnos: aprender” (p. 15), a partir de esta definición se pone en evidencia el carácter instructivo de esta rama de la pedagogía y sus implicaciones en el ámbito educativo.

Contreras (1998), explica que esta ciencia, tiene didácticas especiales las cuales están orientadas a una materia en particular, una de estas se dirige hacia educación física, la cual es un campo de estudio cuyo eje central es el cuerpo y el movimiento como medio educativo, este saber se encarga de analizar cuáles son los métodos más efectivos para lograr el proceso de enseñanza aprendizaje.

Ciclo Didáctico

Zambrano (2005), propone una metodología para el aprendizaje de los movimientos, el autor señala la necesidad de que éste proceso implique la práctica, ya que de lo contrario es imposible que se produzca algún tipo de aprendizaje. Para el aprendizaje de algún movimiento, se sugiere la consecución de los siguientes procedimientos didácticos, a saber, organización, explicación, demostración, ejecución y corrección. Cada uno de estas fases se explica a continuación:

La organización, implica el desarrollo de actividades preliminares, con el objetivo de preparar a los estudiantes para la clase posterior. La explicación constituye el momento en el cual se proporciona la información sobre las

tareas de movimiento a desarrollar, la demostración por su parte implica la ejecución práctica de la tarea de movimiento por parte del docente o de algún estudiante destacado en el tema, asimismo esta fase se puede desarrollar a partir de medios audiovisuales. La ejecución supone los primeros intentos del movimiento por aprender. Seguidamente se hace inminente la necesidad de la ejecución armónica de los movimientos, para lo cual se hace indispensable la repetición, “es decir, la reiterada pero controlada ejecución de un ejercicio, con el objeto de llegar a dominarlo prácticamente” (ob. cit. p. 112). La corrección por su parte, supone la rectificación de los errores. Es importante referir que en este proceso se hace necesario establecer momentos para el feed back, los cuales permitirán enriquecer este proceso.

Kenpo

Según Mitose (1980), el Kenpo es un arte de defensa personal, la palabra Kenpo es equivalente a “ley del puño”, la ley es un mandamiento divino y por tal razón este arte marcial debe practicarse de acuerdo con el deber ser. La Federación Venezolana de Kenpo (2010), por su parte refiere que el Kenpo es uno de los más innovadores y flexibles sistemas de las artes marciales, en el que se combinan golpes y patadas en línea recta y circular, de forma sincronizada y encadenadas dirigidas a diversos puntos del adversario. En el Kenpo se pueden emplear diversos medios de defensa, tales como patadas, puñetazos, codazos, dislocaciones, ahorcamientos, rodillazos, barridos, llaves, y muchos otros golpes, en el que se puede usar todo el cuerpo como arma o también objetos o algún elemento del entorno (esquinas, paredes, entre otros).

Este autor, coincide con alguno de estos fundamentos y al respecto refiere, en el Kenpo se pueden emplear diversas técnicas, entre las cuales se encuentran los golpes de puños, golpes de dedos, codos, entre otros; patadas, lanzamientos y llaves. Cabe señalar que el orden en el que este

investigador presenta los fundamentos, obedece a la importancia de las mismas, ya que los puños, codos y demás golpes con las manos, así como las patadas son más rápidas que las empleadas en otras artes marciales, y suponen un movimiento más fácil, práctico y rápido. Golpear y patear constituyen por su parte los mejores métodos de autodefensa, y permiten la economía de la fuerza y energía necesaria en situaciones de combate. Los lanzamientos y llaves deben utilizarse como ultimas opciones cuando el oponente genere peligro, si esto llegase a ocurrir el contrincante enfilaría su ataque hacia puntos vitales que deja expuestos el contendor.

Componentes del Kenpo

Según Zarnett y Seaby (2001), el Kenpo actual está compuesto por:

- a. Técnicas o conjunto de movimientos defensivo-ofensivos preestablecidos que se oponen a un ataque dado.
- b. Formas o katas: la cual supone la combinación elaborada de técnicas que se realizan en el aire.
- c. Combate, el cual está regulado por normas destinadas a su práctica en competición.

Para efectos del presente estudio se promovió la adquisición de las técnicas, para lo cual se precisó el dominio de los fundamentos básicos específicamente las referidas a posiciones básicas, desplazamientos, bloqueos y puños, estas fueron presentadas de forma gráfica para una mayor comprensión de las mismas.

Posición básica. Es la posición de base que se emplea para desencadenar otras acciones. Durante la ejecución de este fundamento el Kenpoista debe realizar saltos bipodales consecutivos (ver imagen 1).

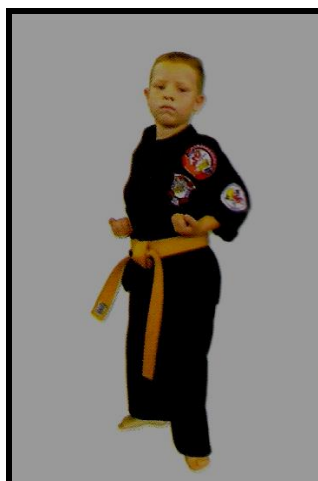


Imagen 1. Posición básica de combate. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.28) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.

Desplazamientos. Son movimientos que implican un cambio de posición, se pueden realizar de diversas formas, lateral, hacia adelante, hacia atrás, con cruce de piernas, en forma de caminata, entre otras. A continuación se presenta uno de los diversos tipos de desplazamiento (ver imagen 2).

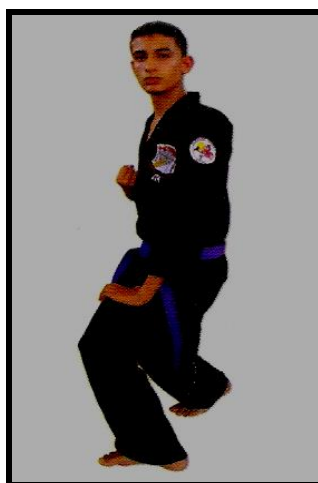


Imagen 2. Desplazamiento lateral. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.31) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.

Bloqueo. Son movimientos defensivos dirigidos a bloquear el ataque del oponente. Estos se realizan desde diferentes ángulos. Arriba (ver imagen 3), interno (ver imagen 4), externo (ver imagen 5) abajo (ver imagen 6).



Imagen 3. Bloqueo arriba. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.28) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.



Imagen 4. Bloqueo interno. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.28) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.



Imagen 5. Bloqueo externo. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.29) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.

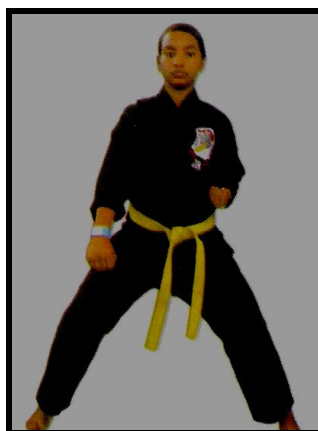


Imagen 6. Bloqueo abajo. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.28) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.

Puños. Es un fundamento ofensivo que supone el uso de los puños. Dependiendo de la trayectoria que describe el brazo, éste puede ser vertical u horizontal, la característica del golpe a su vez va a determinar si es estallando o empujando. A continuación se muestran los gráficos que representan estos fundamentos (ver imagen 7 y 8).



Imagen 7. Puño horizontal empujando. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.29) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.



Imagen 8. Puño horizontal estallando. Tomado de Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Púrpura (p.29) por Federación Venezolana de Kenpo, 2010, Caracas: El autor.

Historia del Kenpo

La Federación Venezolana de Kenpo (2010), ofrece una reseña histórica del Kenpo, según esta organización el origen de este arte marcial se ha perdido en la antigüedad y consecuentemente no puede dar una fecha definitiva de cuando realmente empezó. Muchos de los registros que existen

son inciertos. Existe información que indica que el Kenpo como se conoce hoy en día, podría haber sido practicado en la India y China hace más o menos cinco mil años. Su origen se le atribuye al monje indio Daruma o Bodhidharma en el año 525, sin embargo la bibliografía también refiere a Hu'a To y Yueh Fei como padres del Kenpo.

Desde China este arte llegó a la Isla Okinawa y se fue expandiendo rápidamente, uno de los clanes que más llegó a cultivar este arte marcial fue la familia Mitose, uno de sus descendientes James Mitose fue enseñado por su abuelo en Japón y a su regreso a Hawai realizó una gran labor de expansión, convirtiéndose en uno de los maestros más conocidos. En el tiempo de la segunda guerra mundial, Mitose participó como miembro del ejército estadounidense y fundó un club para enseñar Kenpo a los oficiales, entre sus alumnos se encontraba Frank Chow, quien siguió las líneas del Kenpo Kosho-Ryu y crearía más adelante su propia escuela, en su academia participó Ed Parker (1931-1990) nacido en Hawai en la isla de Honolulu y quien se convertiría en su fiel practicante, Parker planificó un plan de expansión común de academias de Kenpo por Norteamérica, dejando a su maestro el cual decidió quedarse en la isla y acreditó la idea de Parker. Fue a partir de acá, cuando este difunde el Kenpo organizando campeonatos internacionales de artes marciales más importantes de su tiempo.

El sistema del maestro Parker rápidamente se extendió por los EEUU, quien con el intercambio entre las diferentes artes marciales, lo hizo estudiar otros principios, haciendo de su Kenpo un sistema mucho más científico, agregándole y modificando el sistema enseñado por su maestro, logrando prepararlo para la cultura occidental. Debido al crecimiento de sus escuelas, se hizo necesaria una asociación que uniese a todos los practicantes americanos bajo una única dirección; así el 1956 se creó la KKAA y cambiada en 1960 a IKKA. Es por esta razón, que se le considera a Ed Parker como el padre del Kenpo Americano, quien en vida fue graduado en tres carreras como psicología, ciencias políticas y sociología. Desde niño

estuvo inmerso en el mundo de las artes marciales, entrenando judo, boxeo y karate, atribuyéndosele: abrir la primera escuela de karate en 1954; primero en conducir la clase de karate en una ciudad universitaria, primer consejero técnico de karate para la televisión y cine en los EEUU; entre otros aportes (ob.cit).

El Kenpo llega a Venezuela aproximadamente en el año 1984 y comienza a divulgarse a través de la Escuela Oskarate en manos del maestro Oscar Gonzales (1948-1990). El 29 de mayo de 1996 fue creada la Federación Venezolana de Kenpo por las autoridades del deporte nacional, logrando así la práctica del mismo como una disciplina organizada y federada.

En Mérida el Kenpo es promovido hace aproximadamente once años, el Kenpo en Campo de Oro fue esparcido de la mano con el Tae Kwon Do, por el Saboní Enrique Plata y su hermano el sensei Miguel Plata. En 1997, el sensei Miguel Plata y el sensei Félix Marquina, viajaron juntos a Caracas y legalizaron la Asociación Merideña de Kenpo ante la Federación Venezolana de Kenpo, formándose en el estado Mérida una nueva vertiente marcial, que hasta la actualidad se mantiene y sigue formando mejores ciudadanos en la localidad. (G. Contreras, entrevista personal, octubre 05, 2008)

Reglamento del Kenpo

La International Kenpo Karate Association (IKKA) (2011), diseñó un reglamento para unificar todas las normativas existentes y para ofrecer un punto de referencia común a la hora de regular el desarrollo de las competiciones de los diferentes campeonatos. Este documento presenta diversas subdivisiones de acuerdo a la modalidad de competición, (combate, combate por equipos, formas sin armas y con armas y técnicas), a continuación se presenta una síntesis de los elementos considerados de mayor relevancia e interés a efectos de este estudio.

El área de competición está compuesta por un tatami, cuadrado, con lados de ocho metros (8x8) medido desde la parte exterior, con dos metros (2) adicionales en todo el perímetro como zona de seguridad (ver imagen 9) La superficie debe ser lisa y debe estar libre de obstáculos.

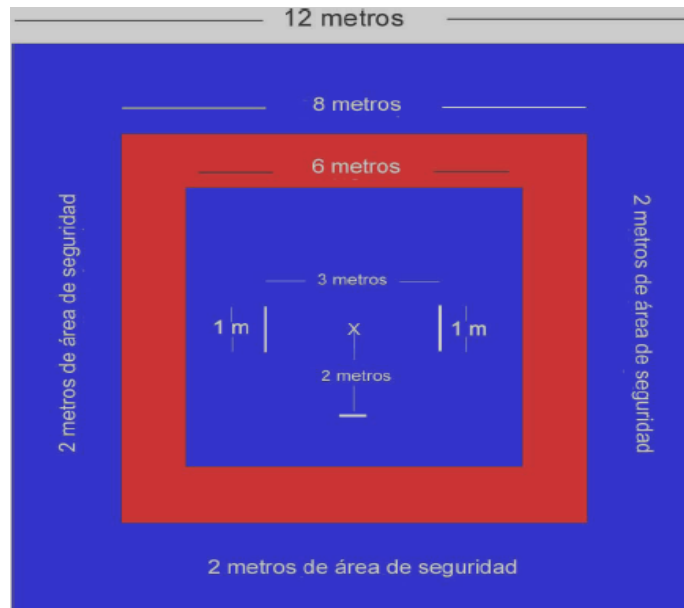


Imagen 9. Área de Competencia. Tomado de Reglamento del campeonato ikc 2011 Formas, combate y técnicas d.p. (p.4) por la International Kenpo Karate Asociation (IKKA), 2011, España: el autor

En las competiciones habrá tres jueces, de los cuales uno figura como árbitro principal y dos son jueces de esquina, un cronometrista, un anotador.

Reglamento de combate. Cada competidor debe estar físicamente preparado y adecuadamente vestido para la competición. El uniforme apropiado de cada estilo o sistema debe que estar limpio y en buen estado. No se permite llevar sombreros o joyería.

El competidor debe emplear un equipo protector compuesto por:

- guantillas semi-contact
- botín semi-contact
- casco
- protector bucal
- protector genital o coquilla

Cabe mencionar que solo serán permitidas las protecciones hechas de goma espuma con excepción del protector de genitales. Las cintas adhesivas no están permitidas en áreas de contacto, protector de puño o pierna.

El competidor debe comportarse de forma adecuada, aquel que tenga un comportamiento abusivo, vulgar, mal educado, irrespetuoso, malintencionado o este creando un ambiente inseguro u hostil durante el combate, será descalificado inmediatamente. Cualquier golpe valido a cualquier blanco valido recibirá (1) punto para todos los niveles de cinturones incluido cinturones negros. En el caso de que uno o los dos contrincantes se caigan, el juez dejará (3) tres segundos para poder marcar punto (a uno o al otro) antes de parar el combate

Existen diversas áreas de puntuación las cuales se dividen de cinturón blanco a verde y de cinturón marrón y negro.

a. Divisiones de cinturón blanco a verde.

Permitido:

- El cuerpo (tórax, estómago y costados): con contacto moderado
- Cabeza: ligero contacto en los laterales de la cabeza.

No está permitido:

- La parte frontal de la cara.
- Los golpes a la parte posterior de la cabeza deben de ir dirigidos por encima de las orejas.
- La parte superior de la cabeza (coronilla) no es un blanco.
- Se amonesta el contacto en la cara incluso si los competidores están fueran del área, si ha finalizado el tiempo o el árbitro ha ordenado parar el asalto.

Tipos de amonestaciones cuando hay contacto en la cabeza en estas categorías:

- Si hay contacto pleno el punto se otorga al oponente que ha recibido el contacto.

- Cuando se acumule más de una infracción será motivo de descalificación.

b. Divisiones de cinturón marrón y negro:

- El cuerpo (tórax, estómago y costados), con contacto moderado.
- Riñones, con contacto moderado.
- Laterales de la cabeza y frontal de la cara y con ligero contacto.
- Los golpes a la parte posterior de la cabeza deben de ser dirigidos por encima de las orejas).
- La parte superior de la cabeza (coronilla) no es un blanco.
- Si hay un excesivo contacto es inmediata descalificación.

Tipos de contactos en la cara que son destacados en esta división:

- Ligero contacto, constituye un punto.
- Contacto moderado, se otorga un punto a la persona que lo recibe.
- Excesivo contacto, descalificación inmediata.

Si por alguna razón una división incluye cinturones verdes con marrón y negros, prevalecerán las reglas de los cinturones verdes. Si hay solo marrón y negros compitiendo se utilizarán las reglas para categorías de marrón y negros. Los cinturones marrón y negros serán emparejados con sus respectivos rangos en la medida de lo posible.

El combate individual tendrá una duración de (2) dos minutos o hasta que uno de los participantes gane el combate, siendo la victoria el marcar tres (3) puntos, sea cual sea lo que suceda primero.

Solamente en las divisiones de cinturón negro, la duración de los combates serán de (2) dos minutos o hasta que un competidor marque (5) cinco puntos, sea lo que ocurra primero.

Reglamento de combate por equipos. Las reglas para competición por equipos son idénticas a las reglas de combate individual, con las siguientes excepciones y particularidades:

- a. En el caso de descalificación de un competidor, todos los puntos acumulados por el competidor descalificado en ese asalto serán descontados del total de puntos del equipo, y dos puntos serán otorgados al equipo contrario.
- b. En el combate final de una competición por equipos, el equipo que estaba en cabeza cuando comenzó la final puede que no gane por una descalificación. En el caso de que esto ocurra, el combate por equipos será declarado como empate y la competición será a tiempo sin límite.
- c. En el caso de que uno de los miembros del equipo no sea capaz de continuar (debido normalmente a una lesión) el equipo contrario podrá elegir al luchador para combatir dos veces. Sin embargo, si esto ocurre antes del final de un combate, el combate individual se considerará finalizado y al equipo contrario le serán concedidos dos puntos.

Reglamento de formas (katas). Para la designación de puntos, se utilizará el sistema decimal siguiente:

- a. Principiantes e Intermedios (cinturones blancos hasta verdes): de cinco (5) a ocho (8).
- b. Avanzados (cinturones marrón y negros): de seis (6) a nueve (9). Se requerirán 3 jueces mínimo para la división de formas. Para las grandes finales se requerirán 5 jueces.

La puntuación más elevada será incluida en todas las categorías. En grandes competiciones para cinturones negros donde se requerirán 5 jueces, la puntuación más alta y la más baja se quitará y se sumarán las tres restantes, en caso de empate se sumará la puntuación más elevada. Si la puntuación más elevada se añade a un empate, la puntuación más baja se añadirá para romper el empate. Si por alguna razón ambas puntuaciones se añaden y siguiera el empate, ambos competidores tendrán de nuevo que realizar o la misma rutina o una distinta.

Las formas de estilos suaves se juzgarán de acuerdo a los siguientes criterios:

- a. Equilibrio: simetría y estabilidad particularmente antes y después de una técnica acrobática.
- b. Fluidez: las técnicas deben fluir continuamente y sin interrupciones.
- c. Poder explosivo: las técnicas deben ser volátiles y generar dominio, fuerza e impacto,

El competidor una vez avisado de su concurso, solicitará permiso para entrar en el área de competición. Cuando haya más de tres competidores en una misma categoría, los tres primeros realizarán su forma, finalizada la misma por los tres, se les dará la puntuación para establecer un promedio de puntuación y a continuación al resto de participantes serán evaluados de manera individual a la finalización de cada una de sus formas.

Reglamento de técnicas. La técnica deberá ejecutarse primero a velocidad lenta y posteriormente a velocidad real. El árbitro central examinará las armas empleadas y decidirá sobre su peligrosidad. Los competidores pueden realizar las tres técnicas simultáneamente o una cada vez. Existen tres divisiones, atendiendo a las categorías:

- a. Principiantes, blanco, amarillo y naranja. Se requieren 3 técnicas, se pueden utilizar armas, pero no se puede utilizar el arma de un atacante que ha sido desarmado. El tiempo límite es de 3 minutos y no más de 5 atacantes.
- b. Intermedios, morado, azul y verde. Se requieren 3 técnicas, se pueden utilizar armas pero no se puede utilizar el arma de un atacante que ha sido desarmado. El tiempo límite es de 3 minutos y no más de 5 atacantes.
- c. Avanzados, marrón – negro. Se requieren 3 técnicas con la opción de 2 técnicas más, se pueden utilizar armas y puedes utilizar el arma de un atacante que ha sido desarmado. El tiempo límite es de 5 minutos y no más de 5 atacantes, son aceptados cualquier otro complemento pero no se podrán utilizar ningún arma que pueda ser peligrosa para ellos o para sus atacantes. No está permitida música para el desarrollo de las técnicas.

Se emplearán distintos criterios para la puntuación de las técnicas, tales como: ejecución técnica (real y aplicable a una situación verdadera), efectividad, dominio, fuerza y presentación de conjunto.

Características del Niño y la Niña de 8 a 10 Años

Según Ribes et al. (2006), durante esta etapa se produce un incremento de la maduración nerviosa, lo cual se traduce en una ejecución de movimientos más armónicos y precisos. Otra de las características de esta etapa se encuentra en que en este momento se alcanza un desarrollo óptimo del equilibrio lo cual le permite al niño estructurar el espacio y el tiempo y le permitirá la realización de lanzamientos y saltos con mayor precisión, así como el control motor grueso y fino, a la vez que una mayor resistencia a esfuerzos a largos plazo. A nivel físico en esta edad se produce un desarrollo proporcionado de los distintos segmentos corporales, en longitud y grosor, los cuales van desde 10 hasta 15 cm en talla y entre 9 y 10 kg en peso.

En el ámbito de la afectividad, el niño y la niña de 8 a 10 años es capaz de comprender los sentimientos y emociones de otras personas y han adquirido la posibilidad de ponerse en el lugar del otro (empatía), las opiniones que el niño y la niña tienen de sí mismo o sí misma en este momento evolutivo suele verse afectada por lo que otras personas piensan de él o ella. El niño y la niña se identifica con las creencias y valores de los padres por sobre las practicados por los amigos y amigas. Muestra interés por pertenecer a diferentes grupos sociales, cuenta con un grupo más reducido, pero cercano de amistades (CEDEP, 2010).

A nivel cognitivo el niño y la niña de esta edad se ubica en la etapa de las operaciones concretas, lo cual supone una elevada capacidad para el razonamiento lógico, que le permitirá la ejecución de diversas operaciones mentales, tales como ordenar objetos de forma jerárquica, comprender

relaciones de inclusión de clase, realizar seriaciones diversas y asimilar los principios de reciprocidad y de conservación (Philip, 1997).

Test de Mc Clenaghan y Gallahue

Mc Clenaghan y Gallahue (1985) analizaron el desarrollo del movimiento en el ser humano, específicamente en lo que a desarrollo de habilidades fundamentales locomotoras y manipulativas se refiere. Referidos autores diseñaron un conjunto de test para la evaluación de diferentes patrones de movimiento, a saber, carrera, salto, arrojar, atajar y patear; los cuales describen las progresiones de desarrollo de los patrones y los clasifica en tres estadios, a saber, inicial, elemental y maduro, haciendo alusión cada uno de estos estadios a la siguiente caracterización:

- a) Etapa inicial: en este estadio el niño realiza los primeros intentos para alcanzar el patrón motor, desde estas consideraciones el movimiento no obedece a un patrón perfecto, pues se trata de una fase preparatoria.
- b) Etapa elemental: constituye una etapa de transición en el desarrollo motor del niño, caracterizado por una mejoría en el desempeño, en la coordinación así como un mejoramiento del control de los movimientos, entre otros aspectos. Es importante destacar que en este estadio se encuentran presentes algunos componentes del estadio maduro aunque estos se realizan de forma incorrecta.
- c) Etapa madura: se caracteriza por una integración de los diferentes componentes del movimiento en una acción coordinada e intencionada, la cual puede ser comparada con el patrón motor de un adulto hábil.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Tipo de Investigación

La presente investigación es un estudio de campo, de carácter descriptivo, apoyado en un proyecto factible. La consideración del presente trabajo como un estudio de campo se encuentra en que los datos importantes son tomados en forma directa de una realidad concreta (FEDUPEL, 2006), respecto a este tipo de investigación Kerlinger y Lee (2002) (citado en Hernández, Fernández y Baptista (2006), agregan que es un estudio de investigación efectuado en una situación realista, poniendo de esta forma en relieve la naturalidad del entorno en el cual se toman los datos.

El estudio por su parte es descriptivo, ya que el interés está orientado a describir e indagar en cada una de las variables seleccionadas Kerlinger y Lee, 2002 (Citado en Hernández, Fernández y Baptista, 2006).

La investigación se enmarca bajo la modalidad de proyecto factible, la cual es concebida como un proceso de investigación, elaboración y ejecución de una propuesta viable la cual permite dar respuesta a una necesidad detectada (FEDUPEL, 2006). El proyecto factible implica desde esta perspectiva el diagnóstico, planteamiento y fundamentación teórica de la propuesta; procedimiento metodológica, actividades y recursos necesarios para su ejecución; análisis y conclusiones sobre la viabilidad y realización del Proyecto; y en caso de su desarrollo, la ejecución de la propuesta y la

evaluación tanto del proceso como de sus resultados (FEDUPEL, 2006, p. 21).

Técnicas de Evaluación

Como técnica de evaluación se empleó la observación la cual es definida por Arrieta y Augusto (2006) como un procedimiento de selección deliberada de algún aspecto significativo de los fenómenos en cierta situación y en un momento determinado, desde estas consideraciones constituye un detenido examen en el cual puede hacer uso de procedimientos e instrumentos de precisión.

Instrumento de Evaluación

Para la evaluación del programa de juegos se empleó una escala de estimación, siendo esta definida como un instrumento de medición en el cual se registra el grado o intensidad de la presencia o manifestación presente de la conducta, hecho o fenómeno mediante una escala (Hidalgo y De la Paz, 2003). La escala empleada para efectos del presente estudio es la propuesta por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), la cual permite ubicar la ejecución de los fundamentos en diferentes estadíos que van desde el inicial, elemental y maduro.

Participantes

El estudio se llevó a cabo con 12 niños y niñas en edades comprendidas entre los 8 a 10 años los cuales se están iniciando en la práctica de Kenpo y pertenecen al Club de Kenpo Campo de Oro.

Pasos para la Puesta en Marcha del Proyecto

- 1.-Reunion con el coordinador del Club de Kenpo Campo de Oro para la solicitud para hacer uso de las instalaciones.
- 2.-Reunion con los padres, madres y representantes para dar a conocer la metodología a emplear y solicitud del consentimiento informado.
- 3.- Reunión con los niños y niñas objeto de estudio con el objetivo de presentar el proyecto, su metodología y solicitar su consentimiento para participar en el estudio.
- 4.-Implementacion del Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos básicos del Kenpo.
- 5.-Análisis de los resultados en base a la efectividad de los juegos aplicados.
- 6.- Elaboración de conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV

DISEÑO Y APLICACIÓN DE LOS JUEGOS

Presentación

En el presente capítulo se presentan los diferentes juegos para la enseñanza de los fundamentos básicos del Kenpo, los cuales fueron diseñados y/o adaptados por los autores del estudio. Los juegos se encuentran dirigidos al aprendizaje de los fundamentos del Kenpo, a decir: posición básica de combate, desplazamientos, bloqueo arriba interno, externo, abajo, y los fundamentos de puño, horizontal empujando y horizontal estallando. En este sentido, se aborda el proceso de iniciación, entendido este como la fase de formación en la que el niño y la niña adquiere las nociones básicas del deporte.

El juego fue seleccionado como actividad del proceso de enseñanza aprendizaje del Kenpo, puesto que éste constituye uno de los intereses y necesidades principales del niño y de la niña, a la vez que es una actividad que promueve innumerables desarrollos, asimismo permite la adquisición de diversas actitudes, habilidades, conocimientos y destrezas y es un medio para la promoción del aprendizaje constructivista, el cual es el modelo predilecto para el abordaje del proceso de enseñanza aprendizaje, desde los diferentes ámbitos, en los que se incluye el espacio de los deportes.

El programa de juegos fue diseñado en atención a los aspectos descritos y con miras a innovar en el desarrollo de estrategias para el aprendizaje debido a que fue posible identificar el predominio de la metodología tradicional basada principalmente en el enfoque conductista en el proceso de

enseñanza aprendizaje, teoría que ha sido desfasada para dar paso a un enfoque constructivista, considerada en los tiempos actuales como una de las metodologías que mas aporta al desarrollo integral de los individuos, a la vez que se halló que la infancia no recibía un tratamiento diferenciado, por lo que los niños y niñas eran tratados como adultos en miniatura, ignorando de esta forma las características propias de la niñez y la importancia de ofrecer a este momento evolutivo un tratamiento adecuado.

Desde esta perspectiva, el Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo permitió dar respuesta a las condiciones presentes ofreciendo una metodología coherente con la niñez, cuya aplicación precisa inicialmente la práctica de ejercicios de acondicionamiento neuromuscular que permitan preparar al cuerpo para la ejecución de las actividades lúdicas, una vez aplicadas se sugiere la creación de espacios para la retroalimentación, que permita el afianzamiento de los fundamentos básicos del Kenpo, asimismo se sugiere la ejecución de ejercicios de flexibilidad.

Finalmente es importante destacar que las actividades lúdicas propuestas, son de fácil aplicación y algunos precisan la utilización de materiales alternativos, por lo que son asequibles para cualquier docente y entrenador de Kenpo. Las diferentes actividades lúdicas refieren los diversos aspectos: título, objetivos, materiales, organización, descripción del juego, así como la descripción gráfica del mismo para una mayor comprensión de éstos.

Programa de Juegos

A continuación se presentan las diferentes actividades lúdicas, diseñadas al abordaje del proceso de iniciación en el Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años.

JUEGO N° 1

EL CAMINO CONFUSO

Objetivo: Ejecutar la posición básica de combate (derecha e izquierda) del Kenpo.

Materiales: Conos y silbato.

Organización: Los participantes se dividen en dos (2) grupos y se organizan bajo la formación de columna. Se ubican conos a cada metro de distancia a lo largo del tatami y se determina una zona de salida.

Desarrollo: El instructor señala que deben atravesar el camino a partir de las siguientes indicaciones: a la consigna “Piedra” deben adquirir la posición de combate derecha y a la voz “Arena” deben adoptar la posición de combate izquierda, estas acciones se deben ejecutar justo en cada cono a la vez que realizan un salto bipodal. El participante que se confunda es declarado como “Perdido en el camino” y en este sentido tendrá que comenzar de nuevo. El primer grupo que logre atravesar el camino confuso se le otorgará el punto.

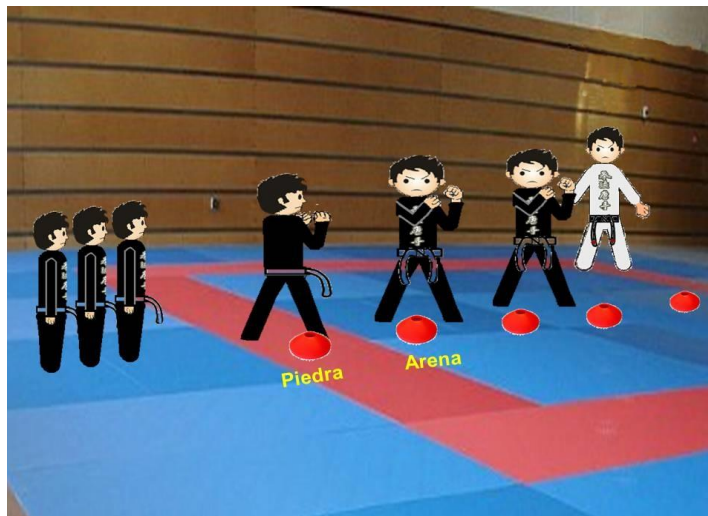


Imagen10. El camino confuso

JUEGO N° 2

STOP LOCO

Objetivo: Realizar los fundamentos básicos del Kenpo, puños, bloqueos, desplazamientos.

Materiales: Silbato

Organización: Los participantes se ubican en círculo en el tatami

Desarrollo: Los participantes trotarán en forma circular hasta escuchar el silbato, seguido del nombre del movimiento a realizar, en este momento el niño adopta la posición enunciada, debiendo mantener ésta por tres (3) segundos. Al sonar dos (2) veces el silbato continúan trotando.

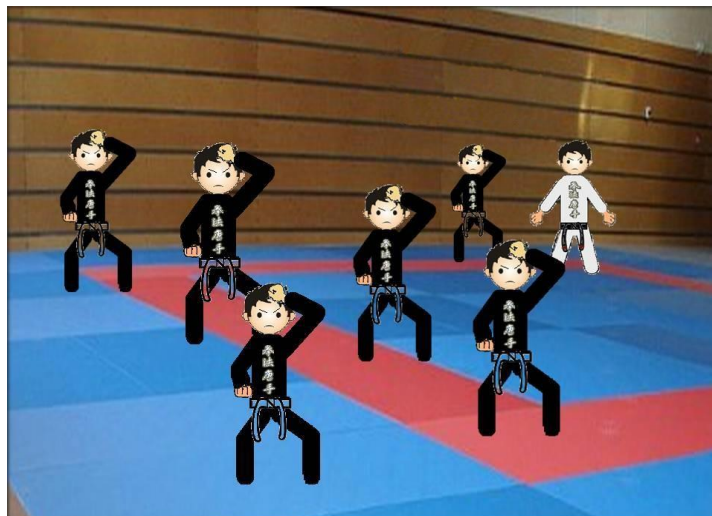


Imagen 11. Stop loco

JUEGO N° 3

LOS CANGUROS FUERTES

Objetivo: Ejecutar el puño horizontal empujando del Kenpo.

Materiales: Globos, conos y pateadores.

Organización: Se forman dos (2) columnas de seis (6) participantes, cada miembro a su vez se enumera del uno (1) al seis (6). Se ubican en el tatami detrás de la línea de salida y frente a ellos se ubican cuatro (4) obstáculos.

Desarrollo: el instructor indica un número (del 1 al 6) y el integrante de cada grupo con el número asignado toma una bomba para inflarla, hacerle el nudo y llevarla entre las piernas, seguidamente se desplaza hasta el obstáculo saltando bipodalmente sobre ellos, hasta llegar al pateador (situado al otro extremo del tatami), donde ejecutará tres (3) veces puño horizontal empujando, para luego regresar de la misma manera al punto de salida y así sucesivamente hasta que todos hayan pasado. Se le otorga un punto al participante que regrese más rápido. Se deben realizar dos (2) rondas para trabajar ambos miembros superiores.

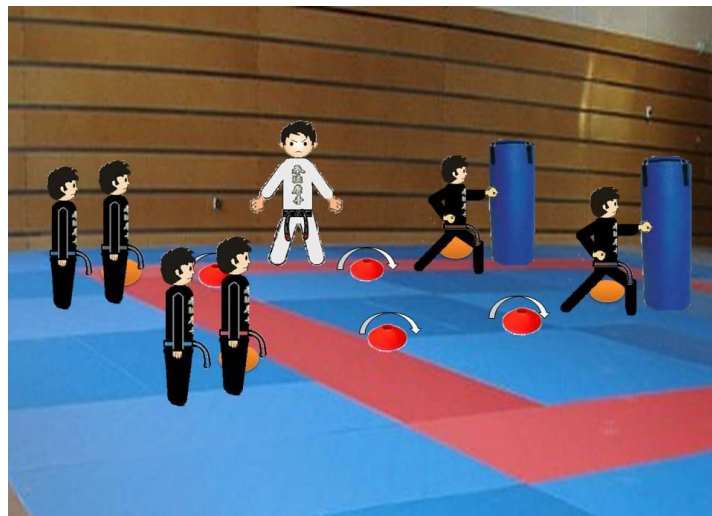


Imagen 12. Los cangüros más fuertes

JUEGO N° 4

EL IMPACTO DEL CANGREJO

Objetivo: Realizar el puño horizontal estallando del Kenpo.

Materiales: Globos y pateadores.

Organización: Se forman dos (2) columnas de seis (6) participantes cada una, cada uno se enumera del uno (1) al seis (6) y éstos se ubican sobre el tatami detrás de la línea de salida.

Desarrollo: El instructor indica un número y el integrante señalado toma una bomba para inflarla, hacerle el nudo y transportarla con la boca, seguidamente adopta la forma de cangrejo hasta llegar al pateador (ubicado al otro extremo del tatami), donde ejecuta tres (3) veces puño horizontal estallando, para luego regresar de la misma manera al punto de salida, y así sucesivamente hasta que todos hayan pasado. se le otorga un punto al participante que regrese más rápido. El procedimiento se repite dos (2) veces para trabajar ambos miembros superiores.

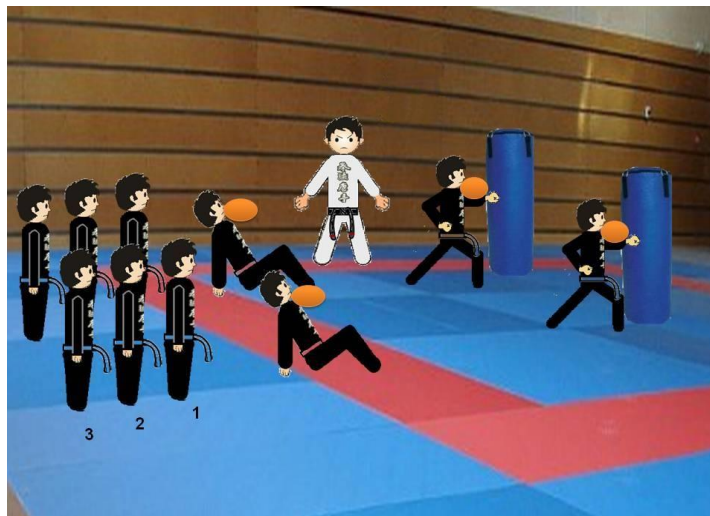


Imagen 13. El Impacto del Cangrejo

JUEGO N° 5 DESVIANDO EL ATAQUE DEL MARTILLO

Objetivo: Ejecutar el bloqueo arriba del Kenpo.

Materiales: Silbato, bastones de goma espuma y caja.

Organización: Los participantes se ubican dispersos en el tatami y uno de estos es designado como “El martillo”, a su vez en un extremo del tatami se ubica una caja contentiva de once (11) martillos.

Desarrollo: “el martillo” porta un bastón de goma espuma con el que intenta tocar a los participantes, mientras que el resto del grupo se desplaza libremente dentro del tatami y debe evitar el ataque del “Martillo”, mediante la ejecución única de bloqueos arriba. Los participantes al ser tocados se convierten en atacantes, debiendo buscar un bastón en la caja, se repite el procedimiento hasta que todos los participantes tengan un bastón.

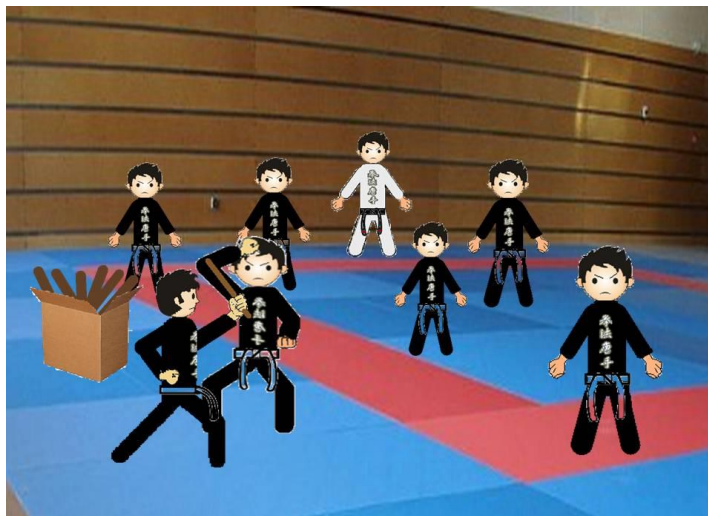


Imagen 14. Desviando el ataque del martillo

JUEGO N° 6

DESVIANDO LA ESPADA

Objetivo: Ejecutar el bloqueo interno del Kenpo.

Materiales: Silbato, espada de goma espuma y caja

Organización: Los participantes se ubican dispersos sobre el tatami y tres de éstos son designado como “Los atacantes”. A un extremo del tatami se encuentra una caja con una espada.

Desarrollo: “Los atacantes” intentan tocar el pecho de algún participante con la espada, mientras que el grupo se desplaza libremente dentro del tatami y se cubre de los ataque por medio de bloqueos internos. El participante al ser tocado irá a buscar el implemento de ataque en la caja y pasa a ser el atacante y a su vez el que lo atacó pasa a convertirse en defensor.

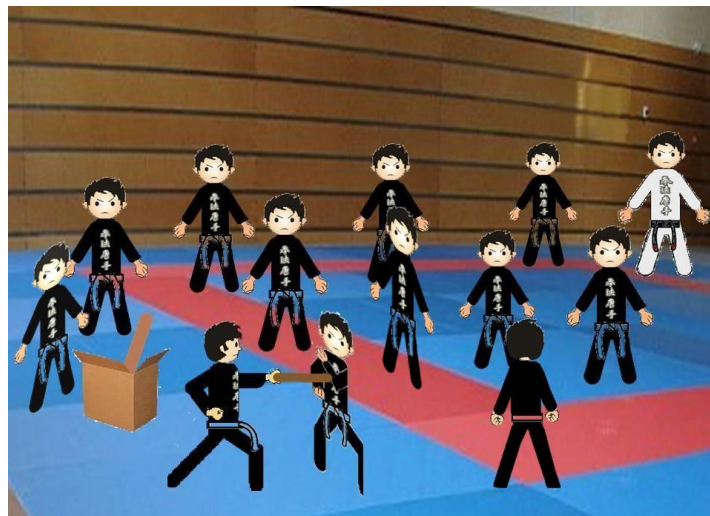


Imagen 15. Desviando la espada

JUEGO N° 7

DESVIANDO EL LÁTIGO

Objetivo: Realizar el bloqueo externo del Kenpo.

Materiales: Silbato, cronometro, bastones de goma espuma y caja.

Organización: Los participantes se ubican en dos (2) grupos de seis (6) integrantes. Dos de ellos serán los atacantes, designados como “El látigo” y el resto es el defensor.

Desarrollo: A la señal del instructor “El látigo” ejecuta acciones de ataque dirigidas a tocar con el bastón el pecho de algún defensor, simultáneamente el resto de los participantes, se desplazan libremente sobre el tatami y se cubren del ataque a través del bloqueo externo. Una vez que el defensor sea tocado queda paralizado y así sucesivamente hasta que todos los defensores sean tocados de esta manera el instructor detendrá el tiempo. Luego se intercambian los roles de los equipos. Suma un punto el equipo que lo logre en menos tiempo.

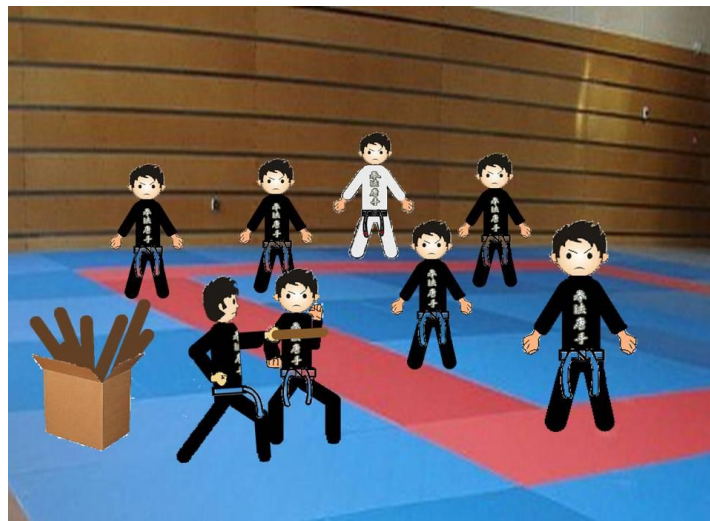


Imagen 16. Desviando el látigo

JUEGO N° 8

CABALLO LOCO

Objetivo: Ejecutar el bloqueo bajo del Kenpo.

Materiales: Espinilleras, zapatos de combate y silbato.

Organización: Los participantes se ubican dispersos en el tatami y tres de ellos serán designados como “Los caballos”.

Desarrollo: “Los caballos”, ejecutan patadas frontales a nivel del abdomen de los diferentes participantes mientras éstos realizan bloqueos bajos. El participante que sea tocado pasa a ser “El pateador” mientras que el participante que lo tocó se convierte en defensor.

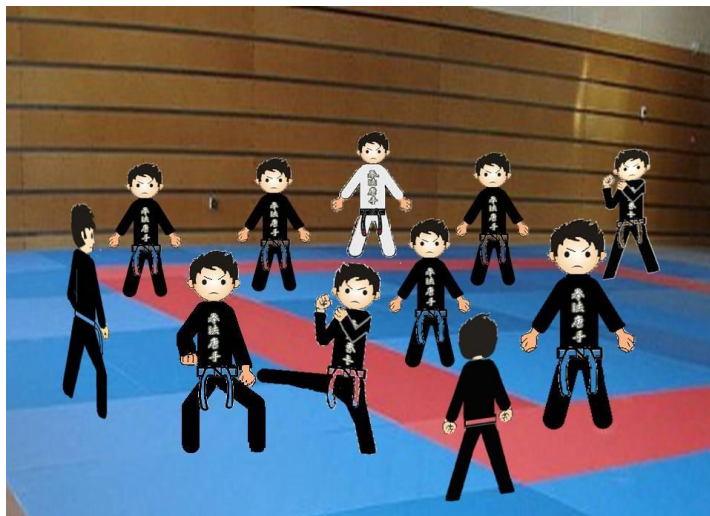


Imagen 17. Caballo loco

JUEGO N° 9

EL CÍRCULO PROTECTOR

Objetivo: Ejecutar los diferentes tipos de desplazamientos.

Material: Silbato y cronómetro.

Organización: Los participantes se organizan bajo la forma de círculo y dos (2) participantes se ubican fuera de él, uno (1) de éstos se sitúa a un lado del círculo y se denomina “Atacante” y por el otro extremo se ubica el otro lado quien es denominado el “Protegido”.

Desarrollo: Al sonido del silbato el “Atacante” intenta tocar al “Protegido”, quien debe evitar ser tocado, mientras que el círculo tendrá que ayudar al “Protegido” que no sea tocado por el “Atacante”; en este sentido, hacia donde desplace el “Protegido” debe ir el círculo para cubrirlo (evitando soltarse de las manos), una vez que el “Atacante” toque al “Protegido” se designan nuevos ejecutantes (protegido-atacante). Cada “Atacante” tendrá un lapso de 30s el para cumplir su objetivo.

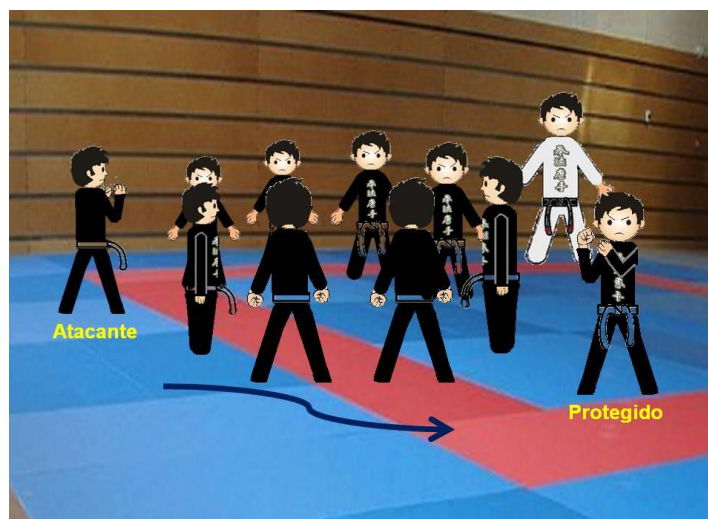


Imagen 18. El círculo protector

JUEGO N° 10

RELEVO DE PELOTA

Objetivo: Ejecutar los diferentes tipos de desplazamientos del Kenpo.

Material: Silbato, conos y pelotas.

Organización: Se colocan cuatro (4) conos en forma de cuadro a una distancia de cinco (5) m, entre sí, luego se forman tres (3) equipos de cuatro (4) integrantes y cada miembro del equipo se ubica cercano al cono.

Desarrollo: Al sonar el silbato, el primer participante de cada equipo toma una pelota y se desplaza lateralmente hacia la derecha, seguidamente hace entrega de la pelota (no puede lanzar la pelota) al segundo compañero y éste se desplaza de frente hasta llegar al tercer compañero, quien seguirá hasta el cuarto integrante desplazándose de forma lateral izquierda, este último toma la pelota y se desplaza hacia atrás hasta encontrar al primero. Cada participante al entregar la pelota debe regresar a su punto de origen. La acción se repite cuatro (4) veces y el equipo que haga el recorrido en menos tiempo obtendrá un punto.

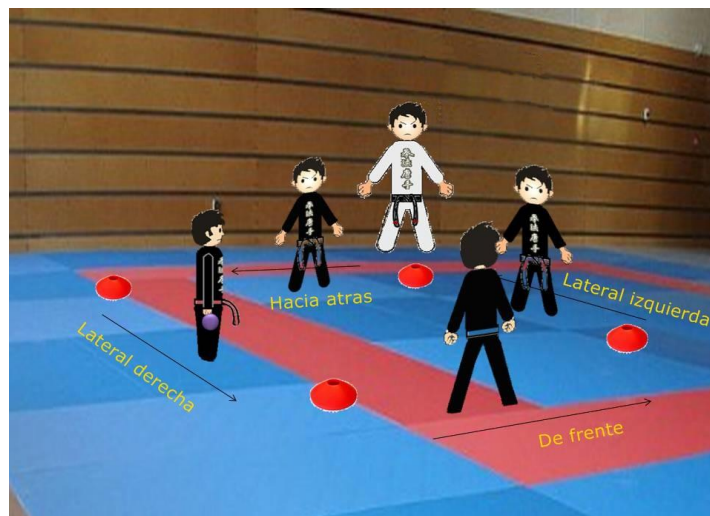


Imagen 19. Relevo de pelota

JUEGO N° 11

CUIDEMOS LA ZONA

Objetivo: Ejecutar el desplazamiento del Kenpo.

Material: Peto de combate y tiza.

Organización: Se forman dos (2) grupos de igual número de integrantes (A y B). En el suelo se dibuja un círculo, dentro del cual se sitúa un miembro de cada equipo.

Desarrollo: Un integrante de cada equipo se ubica dentro del círculo y el participante del equipo A debe intentar sacar (solo con el cuerpo y con las manos cruzadas detrás de su cuerpo) al participante del equipo B en menos de treinta (30) s y éste a su vez debe desplazarse evitando ser sacado del círculo. Una vez que todas la parejas hayan pasado se intercambia las acciones de juego, es decir; el equipo B intentará sacar el A, el equipo que lo haya sacado en menos tiempo al contrario se le otorga un punto. Cabe mencionar que no se permiten las patadas, saltos o barridos, a la vez que los participantes no pueden salirse del área.

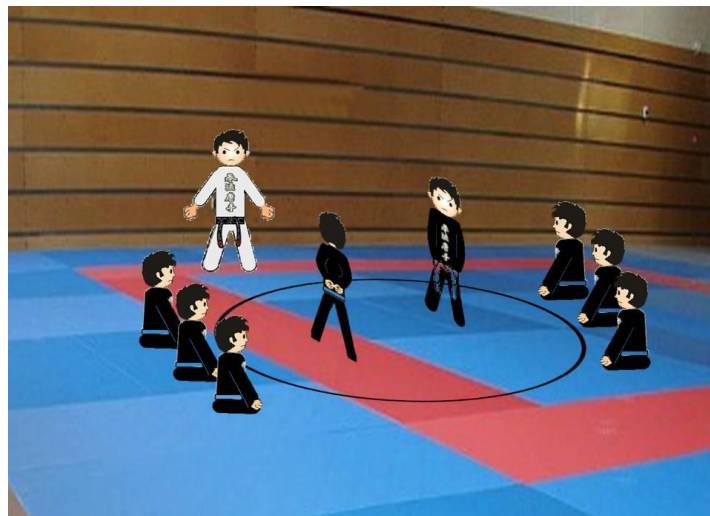


Imagen 20. Cuidemos la zona

JUEGO N° 12

LA BOMBA DEL JINETE

Objetivo: Ejecutar la posición de combate del Kenpo y el puño horizontal estallando.

Material: Globos, tiza, silbato y pateadores.

Organización: Se forman dos (2) grupos de seis (6) integrantes, se organizan en columna a un extremo del tatami y en este lugar se disponen globos. El instructor dibuja frente a cada equipo una línea recta desde el punto de partida hasta el pateador.

Desarrollo: Al sonido del silbato los primeros integrantes de cada grupo toman una bomba para inflarla, hacerle el nudo y llevarla en la boca desplazándose por encima de la línea dibujada en posición de combate (intercambiando las guardias), al finalizar la línea realizan tres (3) veces puño horizontal estallando y regresan de la misma forma a su grupo (golpeando y desplazándose sobre la línea), luego sentándose sobre la bomba hasta ser explotada, siendo esta la señal para que el siguiente integrante ejecute la acción descrita. Se le otorgará un (1) punto al grupo que culmine más rápido.

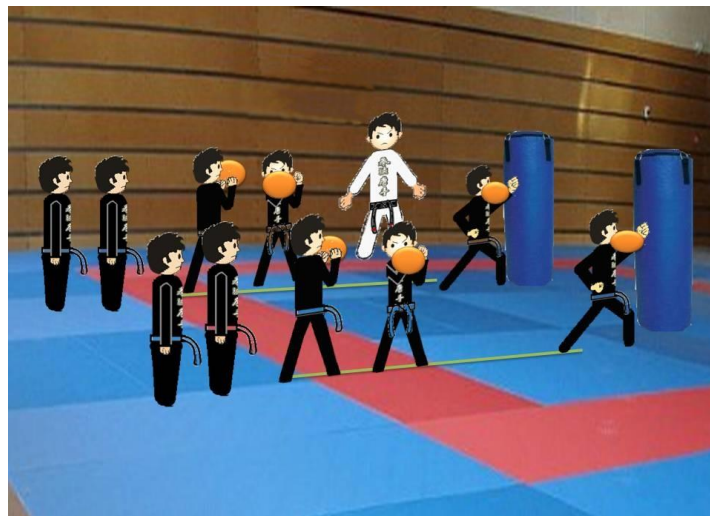


Imagen 21. La bomba del jinete

JUEGO N° 13

EL CAMINO HACIA EL PUÑO

Objetivo: Ejecutar los desplazamientos del Kenpo y el puño horizontal empujando.

Material: Conos, silbato y pateadores.

Organización: Se forman dos (2) grupos de seis (6) integrantes y éstos se ubican en columna a un extremo del tatami. Frente a cada grupo se encuentran cinco (5) conos organizados bajo la forma de zigzag y separados entre sí a una distancia de 1m. y ubicados desde el punto de partida hasta el pateador.

Desarrollo: Al escuchar el silbato, los primeros integrantes de cada grupo se desplazan hacia el primer cono en forma lateral derecha y una vez que llegue al segundo cono se desplaza lateralmente hacia la izquierda, así sucesivamente en posición de combate (intercambiando las guardias y desplazandose en forma de zigzag). Al finalizar el recorrido realizan tres (3) puño horizontal empujando y regresan de la manera anteriormente descrita, una vez que llegue al punto de salida, el siguiente compañero ejecuta las mismas acciones. Se le otorga un punto al grupo que culmine más rápido.

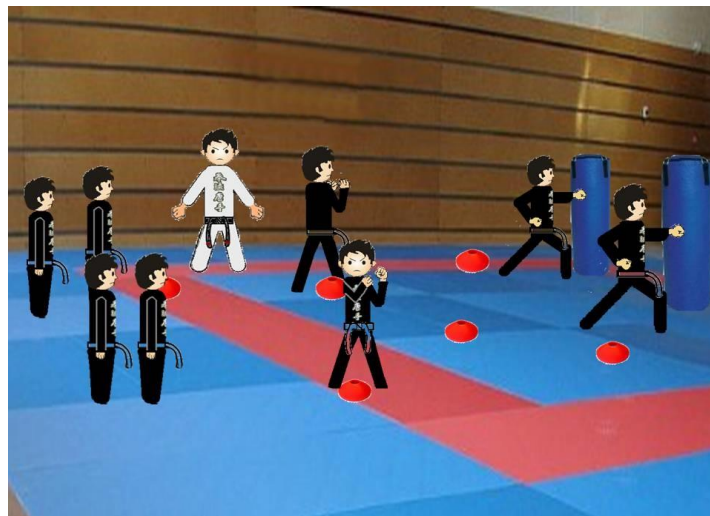


Imagen 22. El camino hacia el puño

JUEGO N° 14

EL EXPLORADOR

Objetivo: Ejecutar los distintos bloqueos y puños del Kenpo.

Material: Mascaras (sin visibilidad), marcadores y silbato.

Organización: Se divide dos (2) grupos de seis (6) participantes, ubicados en filas paralelas a una distancia de cuatro (4) m. entre ellos. Cada grupo escoge a un compañero quien es designado como “El explorador” el cual se ubica detrás de su equipo y le serán cubiertos los ojos.

Desarrollo: Al sonar el silbato los equipos disponen de treinta (30) segundos para seleccionar el fundamento que va a realizar cada uno. Cuando vuelva a sonar el silbato los participantes se forman en filas y seguidamente ejecutan el fundamento seleccionado. Luego el instructor indica el nombre de un fundamento e inmediatamente los “Exploradores” intentan identificar el fundamento en el equipo contrario (tocándolos). Aquel “Explorador” que identifique primero el fundamento, gana un punto a su equipo.

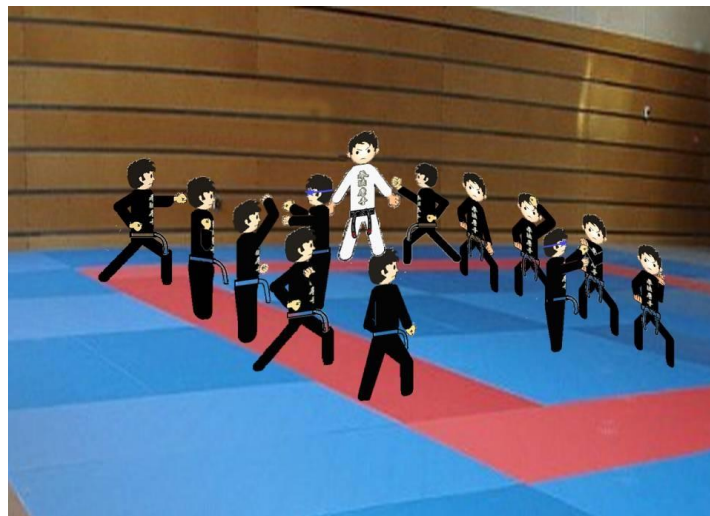


Imagen 23. El explorador

JUEGO N° 15

DUELO DEL PUÑO – BLOQUEO

Objetivo: Ejecutar bloqueos y puños del Kenpo.

Materiales: Cronometro, recursos humanos.

Organización: Se forman dos (2) grupos de igual número de integrantes.

Desarrollo: A la señal del instructor cada grupo se reúne por separado y seleccionan una acción a realizar entre: puño horizontal empujando o estallando y bloqueo interno o externo. Luego de diez (10) segundos, ambos grupos se ubican en fila, frente a frente y a la cuenta de uno (1), dos (2), tres (3), realizan el fundamento elegido de forma simultanea. De acuerdo al fundamento ejecutado, se asigna un punto de acuerdo a las siguientes normas:

1. Puño H. Empujando le gana a bloqueo externo.
2. Bloqueo externo le gana a puño H. Estallando.
3. Puño H. estallando le gana a bloqueo interno.
4. Bloqueo interno le gana a puño H. Empujando.

Todos los participantes del mismo equipo deben ejecutar la misma acción.

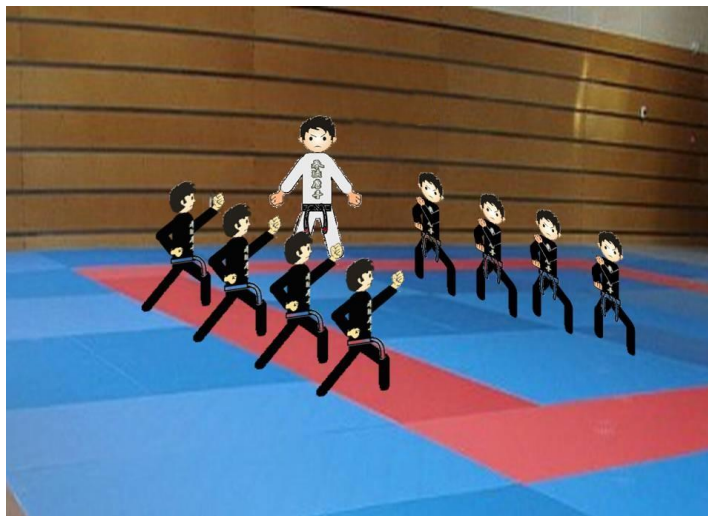


Imagen 24. Duelo del puño–bloqueo

JUEGO N° 16

SALTO AL COMBATE

Objetivo: Desarrollar el cambio de guardia o posición de combate del Kenpo.

Material: Cuerda y pelota de voleibol.

Organización: los participantes se ubican bajo la forma de círculo y en el centro de éste se ubica el instructor con una cuerda de aproximadamente 3 (tres) m. a un extremo de la cuerda se ata una pelota.

Desarrollo: el instructor gira la cuerda a ras del piso y los participantes saltan evitando ser tocados por la misma a su vez ejecuten cambio de guardia (derecha e izquierda). El participante que sea tocado por la cuerda o la pelota, trotará el resto del tiempo hasta que todos hayan sido tocados. Aquel que logre realizarlas hasta el final sin ser tocado será designado como el ganador.

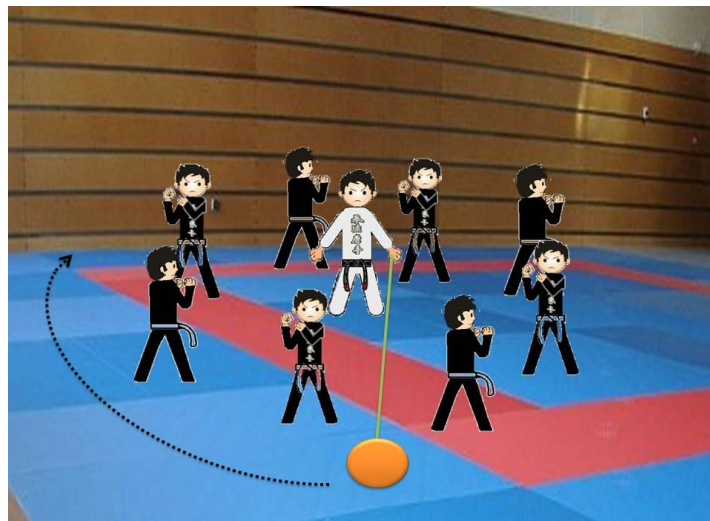


Imagen 25. Salto al combate

JUEGO N° 17

DESCUBRIENDO EL KENPO

Objetivo: Identificar y ejecutar los distintos fundamentos básicos del Kenpo.

Material: Tiza de colores, marcadores y cartulina.

Organización: Se forman dos (2) equipos de igual número de integrantes y éstos se ubican a un extremo del tatami, en columnas. Frente a ellos se colocan diversos círculos dentro de los cuales se coloca el nombre de un fundamento específico.

Desarrollo: El instructor indica el nombre de una destreza y el primer integrante de cada equipo debe correr a los círculos, tratando de descubrir donde se encuentra la destreza indicada, en el momento que sea encontrada debe ejecutar el movimiento. El participante que logre descubrir más rápido la destreza indicada acumulará un punto para su equipo. Es importante referir que el participante al tomar la identificación incorrecta debe ser cubierta nuevamente y el participante debe seguir buscando la destreza señalada.

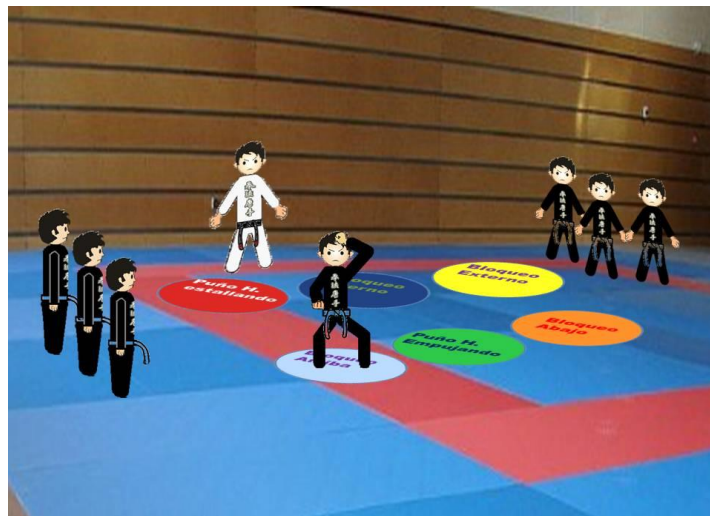


Imagen 26. Descubriendo el Kenpo

JUEGO N° 18

EL PASILLO GOLPEADOR

Objetivo: Ejecutar desplazamientos y puños del Kenpo.

Material: Cronómetro y silbato, globos, paletas y pateadores.

Organización: Los participantes se organizan por parejas, uno frente al otro, formando un pasillo entre las 2 (dos) filas y se ubican a una distancia aproximada de 3 m. entre ambas filas. Una pareja es designada para que cruce el pasillo manteniendo un globo entre sus espaldas.

Desarrollo: Al sonar el silbato, la pareja cruza el pasillo desplazándose, hacia el lado izquierdo, uno de éstos ejecuta puño horizontal empujando y luego van al lado derecho donde el otro ejecuta puño horizontal estallado; continúan de esa manera en zigzag hasta que haya culminado el “pasillo”, en este punto explotan el globo como ellos quieran, e inflan otra bomba para regresar, invirtiendo el lado de ejecución y culminan el recorrido del pasillo una vez explotada la segunda bomba.

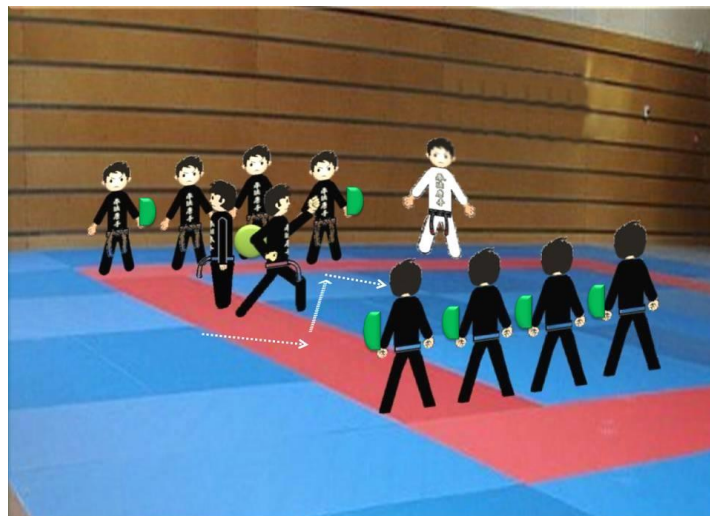


Imagen 27. El pasillo golpeador

JUEGO N° 19

DEFENDIENDO EL TESORO

Objetivo: Ejecutar los desplazamientos laterales de Kenpo.

Materiales: Tiza, cono y manoplas.

Organización: Se dibujan dos (2) círculos concéntricos de dos (2) y cinco (5) m. de diámetro, en el centro del círculo pequeño se coloca un cono y se ubican 3 (tres) defensores del tesoro en el círculo mas grande; el resto de los participantes se ubican dispersos fuera de los círculos y ejecutan acciones de ataque.

Desarrollo: Al sonar el silbato el equipo atacante debe intentar derribar el cono deslizando las manoplas a ras del piso; mientras que el equipo defensor debe evitarlo desplazándose de forma lateral (derecha e izquierda). De esta manera derribando el cono saldrán del círculo los defensores para ser atacantes y entrarán 3 (tres) atacantes a ser defensores. El juego finaliza una vez que todos hayan sido defensores.

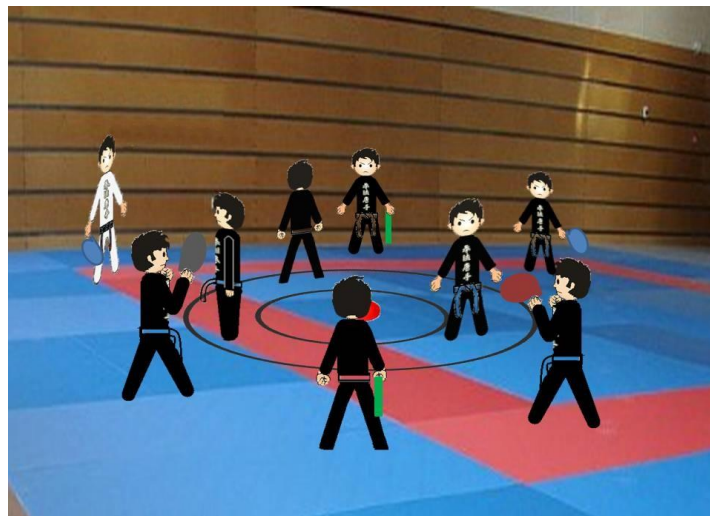


Imagen 28. Defendiendo el tesoro

JUEGO N° 20

SIGUE LA SECUENCIA

Objetivo: Ejecutar los diferentes tipos de bloqueos y puños del Kenpo.

Materiales: Silbato y tiza.

Organización: Se dibujan seis (6) círculos de un metro de diámetro, en un lado del tatami y seis (6) círculos en el otro lado del tatami y estos entre sí deben formar un semicírculo. Se forman dos (2) grupos de igual número de integrantes y éstos se ubican detrás de los círculos, bajo la forma de columna.

Desarrollo: A la señal del instructor, el primer integrante de cada equipo se ubica en el primer círculo, donde pronunciará el nombre de un fundamento, lo ejecutará y seguidamente asumirá una posición estática. Cuando el instructor indique que es “correcta”, el siguiente compañero debe ejecutar otro fundamento sin repetir la anterior. Así pasarán todos los integrantes hasta que haya culminado el sexto círculo. Anotando un punto el equipo que haya terminado correctamente “la secuencia”.

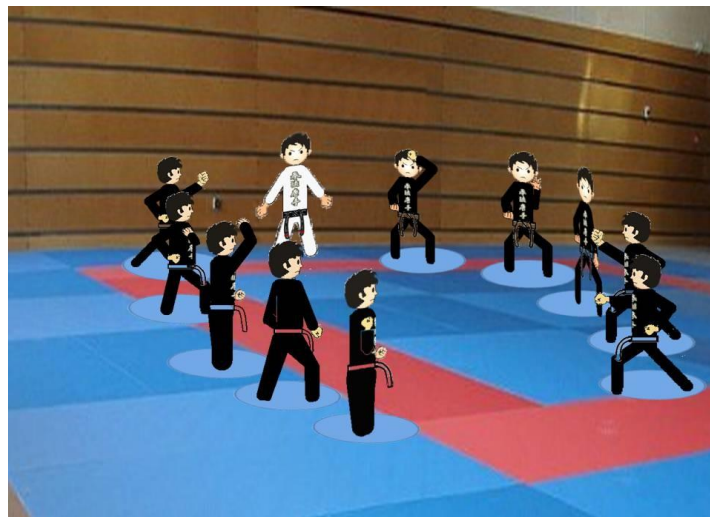


Imagen 29. Sigue la secuencia

JUEGO N° 21

SALTANDO LOS COCODRILOS

Objetivo: Mejorar el cambio de guardia derecha e izquierda del Kenpo.

Material: Silbato y globos.

Organización: Se forman 2 (dos) equipos de 6 (seis) integrantes (Los cocodrilos) y cada equipo designa un participante para que sea el “Saltador”, “Los Cocodrilos” adoptan la posición decúbito ventral y se ubican a una distancia de un metro aproximadamente entre sí, “El saltador” por su parte asume la posición de de pie y se ubica frente al equipo contrario. Al otro extremo del tatami se encuentran dos globos (uno para cada equipo).

Desarrollo: A la señal del instructor “Los cocodrilos” ruedan longitudinalmente hacia adelante hasta donde se encuentra “El saltador”, quien debe saltar sobre cada “Cocodrilo” y debe evitar ser tocado por éstos, intercambiando entre guardia derecha e izquierda, evitando ser tocados hasta llegar al otro extremo en donde va a reventar la bomba para lo cual se sentará sobre ella. El equipo que logre explotarla primero anota un punto.

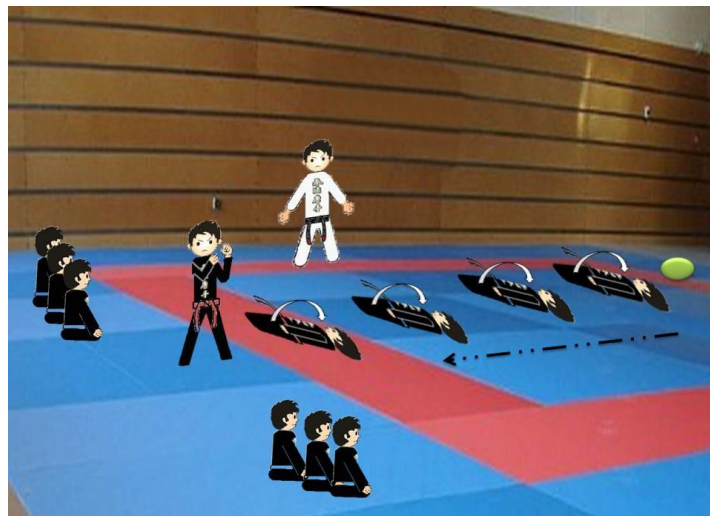


Imagen 30. Saltando los cocodrilos

JUEGO N° 22

APUNTANDO AL CAMINO

Objetivo: Ejecutar la posición de combate.

Material: Silbato, frascos plásticos, lápiz y cordón de treinta (30) cm

Organización: El grupo se divide en dos (2) equipos con igual número de integrantes, organizados en columna. A cada miembro se le ata un cordón a nivel de la cadera, el cual a su vez tendrá sujeto un lápiz al extremo. Al frente de cada equipo se ubican cinco (5) frascos plásticos.

Desarrollo: A la señal del instructor, el primer participante de cada equipo ejecuta la posición básica de combate, según lo indique el instructor (derecha e izquierda) a medida que avance debe cambiar de guardia. Una vez que llegue al punto donde se ubica el envase va a introducir el lápiz y seguidamente sale el siguiente miembro de su equipo. Acumula un punto a su equipo el que haya terminado correctamente “apuntando el camino”.

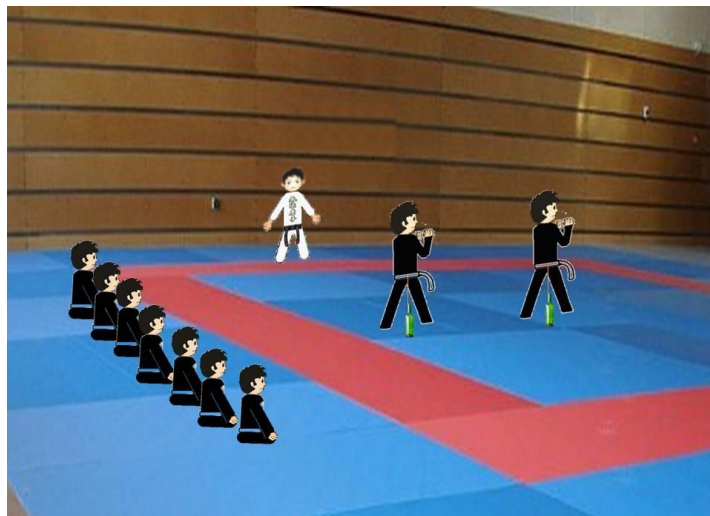


Imagen 31. Apuntando al camino

CAPÍTULO V

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

El presente capítulo arroja los resultados obtenidos a partir de la aplicación del programa de juegos para la enseñanza de los fundamentos básicos del Kenpo, para lo cual se utilizó como referencia la efectividad de cada uno de los juegos aplicados, en este proceso se tomaron como reseña diferentes indicadores, asimismo se plasmaron los hallazgos surgidos a partir del estudio.

Evaluación

La evaluación se llevó a cabo en distintos momentos así como con diferentes propósitos. La primera se realizó al inicio del proceso con el objetivo de conocer el nivel de dominio de los fundamentos básicos del Kenpo, una segunda evaluación denominada intermedia (ver anexo F), se aplicó con miras a obtener información sobre los resultados arrojados por los juegos y sobre los avances acontecidos durante el proceso, asimismo se convirtió en un parámetro que permitió reformular o readecuar los juegos diseñados, una última evaluación fue la final la cual se llevó a cabo con el objetivo de verificar los avances de los participantes.

En la ejecución de esta fase se empleó como técnica de evaluación la observación y como instrumento de evaluación una escala, para lo cual se tomó como marco referencial la Escala de Clenaghan y Gallahue (1985). El instrumento, consta de una escala de tres estadios, cada uno de los cuales refieren el nivel de dominio del fundamento, en este sentido el estadio

Maduro es indicador de que el participante ejecuta el fundamento de forma correcta según los indicadores previamente definidos. Por su parte el estadio Elemental refiere, que el participante ejecuta el fundamento de manera regular finalmente el estadio Inicial es indicador de que el participante no realiza el fundamento.

Cada estadio posee diversos indicadores los cuales permiten determinar el nivel de dominio del fundamento, los mismos se presentan a continuación.

Indicadores

Posición Básica de Combate

Cuadro 1
Indicadores de Posición de Combate

POSICIÓN BÁSICA DE COMBATE	Inicial	Elemental	Maduro
	No ejecuta el cambio de posición del cuerpo ubicando el pie derecho o izquierdo adelante y el otro atrás según se lo indique, ni mantiene la posición de guardia de combate (flexión de codo y manos cerradas a la altura de la quijada).	Ejecuta con cierta duda el cambio de posición del cuerpo ubicando el pie derecho o izquierdo adelante y el otro atrás según se le indique, y sus manos no se encuentran en guardia de combate (flexión de codo y manos cerradas a la altura de la quijada).	Ejecuta el cambio de posición del cuerpo ubicando el pie derecho o izquierdo adelante y el otro atrás según se le indique, y sus manos se encuentran en guardia de combate (flexión de codo y manos en forma de puño a la altura de la quijada).

Desplazamientos

Cuadro 2

Indicadores de Desplazamientos

	Inicial	Elemental	Maduro
DESPLAZAMIENTO	No ejecuta los desplazamientos hacia adelante, atrás, izquierda, derecha y sus manos no se encuentran en posición de guardia de combate (flexión de codo y manos cerradas a la altura de la quijada).	Ejecuta con cierta duda los desplazamientos hacia adelante, atrás, izquierda, derecha y sus manos no se encuentran en posición de guardia de combate (flexión de codo y manos en forma de puño a la altura de la quijada).	Ejecuta de forma rápida los desplazamientos hacia adelante, atrás, izquierda y derecha, manteniendo la guardia de combate (flexión de codo y manos en forma de puño a la altura de la quijada).

Bloqueos

Cuadro 3

Indicadores de Bloqueos

	Inicial	Elemental	Maduro
ARRIBA	No eleva el brazo por encima de la cabeza ni flexiona el codo	Eleva de forma exagerada o mínima el brazo por encima de la cabeza, con flexión del codo y la mano empuñada.	Eleva el brazo por arriba de la cabeza, con una flexión del codo y la mano empuñada.

Cuadro 3 (cont.)

BAJO	No extiende el codo al frente ni baja el brazo con la mano en forma de puño.	Extiende el codo al frente y el brazo con extensión de 45° con la mano empuñada pero muy unido al cuerpo.	Extiende el codo al frente y el brazo con extensión de 45° con la mano empuñada cubriendo los genitales.
INTERNO	No flexiona el codo, ni eleva el brazo a nivel del pecho con la mano en forma de puño.	Flexiona el codo y el brazo se ubica a nivel del pecho con la mano en forma de puño con una disminución del movimiento de la mano en función de la dirección del hombro contrario.	Flexiona el codo y el brazo se ubica a nivel del pecho con la mano en forma de puño en dirección al hombro contrario.
EXTERNO	No flexiona el codo en forma de “V” con la mano empuñada ni va en dirección al hombro del brazo que ejecuta el movimiento.	Flexiona el codo en forma de “V” con la mano empuñada, exagerando o disminuyendo el movimiento que va en dirección al hombro del brazo que ejecuta el movimiento.	Flexiona el codo en forma de “V” con la mano empuñada en dirección al hombro del brazo que ejecuta el movimiento.

Puños

Cuadro 4
Indicadores de Puños

	Inicial	Elemental	Maduro
HORIZONTAL EMPUJADO	No extiende el codo hacia el frente ni eleva el brazo por encima del hombro con la mano en forma de puño.	Extiende el codo hacia el frente con una ligera elevación del brazo por encima del hombro con la mano empuñada.	Extiende el codo hacia el frente, a la altura del hombro con la mano en forma de puño.

Cuadro 4 (cont.)

HORIZONTAL ESTALLANDO	No dibuja con la mano un círculo imaginario en sentido de las agujas del reloj ni finaliza el movimiento con pronación del antebrazo	Dibuja con la mano un círculo imaginario en sentido de las agujas del reloj que culmina con pronación del antebrazo con una elevación o disminución de su punto final.	Con la mano dibuja un círculo imaginario en sentido de las agujas del reloj que culmina con una posición entre la línea media de pronación y supinación del antebrazo y una extensión del codo hacia el frente, a la altura del hombro con la mano en forma de puño.
------------------------------	--	--	--

Procedimiento de Evaluación

Con el objetivo de unificar los criterios para la evaluación, se diseñó un protocolo, basado en una serie de parámetros que determinarían la evolución o no del programa lúdico aplicado a los participantes, donde evidenciarían el logro de los fundamentos de la disciplina; el cual se presenta a continuación:

Posición Básica de Combate

Objetivo: determinar el dominio del participante respecto a la posición básica de combate derecha o izquierda.

El participante inicialmente adoptará la posición de “atención” (cuerpo erguido con la mirada dirigida al frente y los codos extendidos y ubicados a los costados). El instructor indicará “guardia derecha” o “guardia izquierda” y debiendo el participante asumir la posición señalada.

Desplazamientos

Objetivo: evaluar la capacidad de desplazamientos del participante en diferentes direcciones.

El participante asume la posición de “Atención” y posteriormente a la voz “rebotar” ejecutará saltos bipodales estacionarios continuos. Seguidamente el instructor indicará la dirección a la cual deben desplazarse: izquierda, derecha, adelante, atrás, teniendo los participantes que moverse en la dirección señalada.

Bloqueos

Objetivo: determinar el dominio del bloqueo arriba, abajo, interno y externo de los participantes.

El participante adopta la posición de “Jinete” (piernas separadas a la anchura de los hombros con leve flexión de rodillas, codos flexionados en un ángulo de 90°, los brazos se ubican la cerca del cuerpo y las manos adoptan forma de puño). Partiendo de esa posición el participante debe ejecutar los diferentes tipos de bloqueos: arriba, interno, externo, abajo, una vez que el instructor lo indique.

Puños

Objetivo: evaluar el dominio del participante del puño horizontal empujando y el puño horizontal estallando.

Partiendo de la posición de “Jinete” el participante debe ejecutar los diferentes tipos de puños: puño horizontal empujando, puño horizontal estallando; de acuerdo a la indicación dada por el instructor.

Resultados de la Evaluación Diagnóstica

Los resultados que alcanzaron los participantes en la evaluación diagnóstica, se presentan a continuación.

Posición Básica de Combate

Cuadro 5
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Posición
Básica de Combate

Participantes		Inicial	Elemental	Maduro
Nivel				
1			✓	
2			✓	
3		✓		
4		✓		
5		✓		
6		✓		
7		✓		
8		✓		
9		✓		
10		✓		
11		✓		
12		✓		
TOTAL		10	2	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

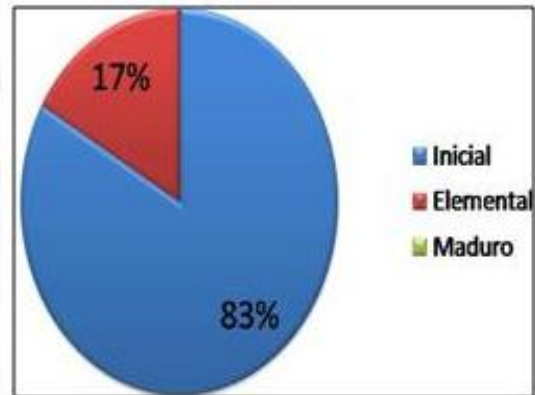


Gráfico 1
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Posición
Básica de Combate

Análisis: en el gráfico 1 se puede apreciar que un 83% de los participantes no mantiene la flexión del codo y las manos en forma de puño a la altura de la quijada y no ejecuta el cambio de posición del cuerpo, por lo que se ubican en el estadio inicial de dominio del fundamento posición básica de combate, mientras que el 17% de los participantes se ubican en el estadio elemental, pues estos ejecutan de forma regular el cambio de posición así como la posición de las manos.

Desplazamientos

Cuadro 6
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el Fundamento:
Desplazamiento

Participantes			
	Nivel	Inicial	Elemental
1		✓	
2		✓	
3		✓	
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7		✓	
8		✓	
9		✓	
10		✓	
11		✓	
12		✓	
TOTAL		12	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

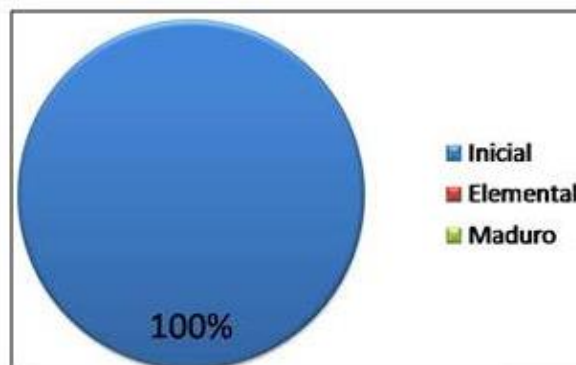


Gráfico 2
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el Fundamento:
Desplazamiento

Análisis: respecto a la destreza desplazamiento, los resultados indican que la totalidad de los participantes (12 participantes, lo que representa el 100% de los participantes), no ejecutan los desplazamientos básicos del Kenpo, a saber desplazamientos hacia adelante, atrás, izquierda y derecha, durante la evaluación asimismo se pudo identificar que las manos de los participantes no se encontraban en posición de guardia de combate, caracterización que obedece al estadio inicial.

Bloqueos

Bloqueo Arriba

Cuadro 7
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo Arriba

Participantes			
	Nivel	Inicial	Elemental
1		✓	
2		✓	
3		✓	
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7		✓	
8			✓
9		✓	
10		✓	
11		✓	
12		✓	
TOTAL		11	1

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

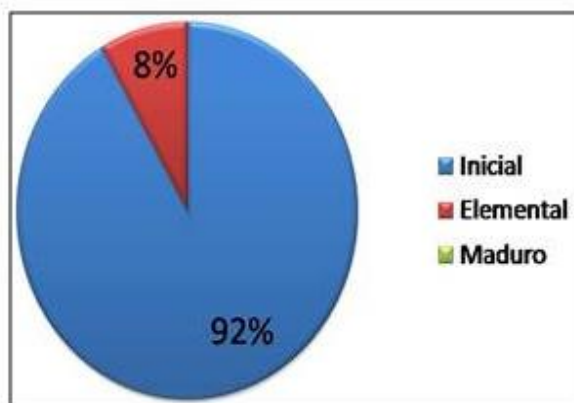


Gráfico 3
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo Arriba

Análisis: el gráfico 3 refleja que un 92% de los participantes se ubican en el estadio inicial en el dominio del bloqueo arriba, puesto que en la ejecución del mismo no elevan el brazo por arriba de la cabeza ni flexionan el codo. No obstante, un participante se ubicó en el estadio elemental al elevar de forma exagerada o mínima el brazo por encima de la cabeza, con flexión del codo y con la mano empuñada.

Bloqueo Interno

Cuadro 8
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo
Interno

Participantes				
	Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1		✓		
2		✓		
3		✓		
4		✓		
5		✓		
6		✓		
7		✓		
8		✓		
9		✓		
10		✓		
11		✓		
12		✓		
TOTAL		12	0	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

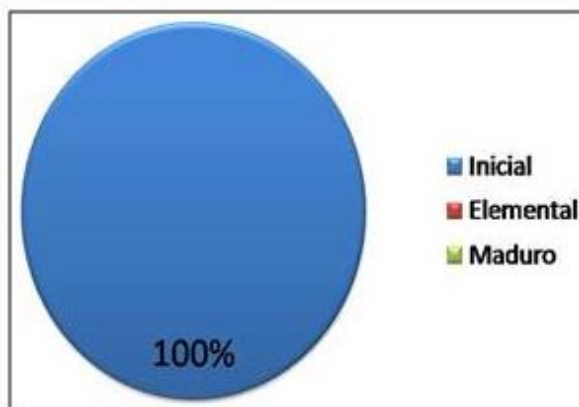


Gráfico 4
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo
Interno

Análisis: la evaluación diagnóstica realizada para la destreza bloqueo interno, puso en evidencia que el 100% de los participantes, equivalente a 12 (doce) participantes, posee poco dominio de la destreza puesto que no flexionan el codo, ni elevan el brazo a nivel del pecho con la mano en forma de puño, en este sentido los sujetos evaluados se ubican en el estadio inicial de dominio del fundamento.

Bloqueo Externo

Cuadro 9
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo
Externo

Participantes				
	Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1		✓		
2		✓		
3		✓		
4		✓		
5		✓		
6		✓		
7		✓		
8		✓		
9		✓		
10		✓		
11		✓		
12		✓		
TOTAL		12	0	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

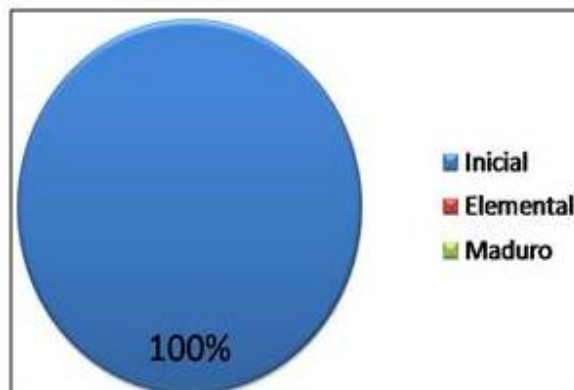


Gráfico 5
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo
Externo

Análisis: respecto a la destreza bloqueo externo, la evaluación diagnóstica arrojó que el 100% de los participantes (equivalente a 12 participantes), no flexionan el codo en forma de “V” con la mano empuñada ni la mano se mueve en dirección al hombro del brazo que ejecuta el movimiento, indicadores que corresponden a la caracterización del estadio inicial, por lo que es posible determinar que los participantes no poseen dominio del bloqueo externo.

Bloqueo Bajo

Cuadro 10
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo Bajo

Participantes				
	Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1		✓		
2		✓		
3		✓		
4		✓		
5		✓		
6		✓		
7		✓		
8		✓		
9		✓		
10		✓		
11		✓		
12		✓		
TOTAL		12	0	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera regular; Maduro: ejecuta la técnica de forma correcta según los indicadores.

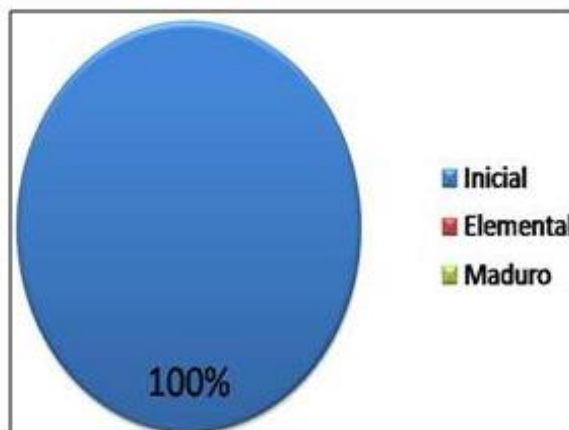


Gráfico 6
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Bloqueo Bajo

Análisis: el gráfico 6 refleja que la totalidad de los participantes (12 participantes) se ubicó en el estadio inicial, debido a que al evaluar la ejecución del movimiento de los sujetos, se tiene que los mismos no extienden el codo al frente ni bajan el brazo con la mano en forma de puño, caracterización que se enmarca dentro del estadio inicial del fundamento.

Puños

Puño Horizontal Empujando

Cuadro 11
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Puño
Horizontal Empujando

Participantes				
	Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1		✓		
2		✓		
3		✓		
4		✓		
5		✓		
6		✓		
7		✓		
8		✓		
9		✓		
10		✓		
11		✓		
12		✓		
TOTAL		12	0	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

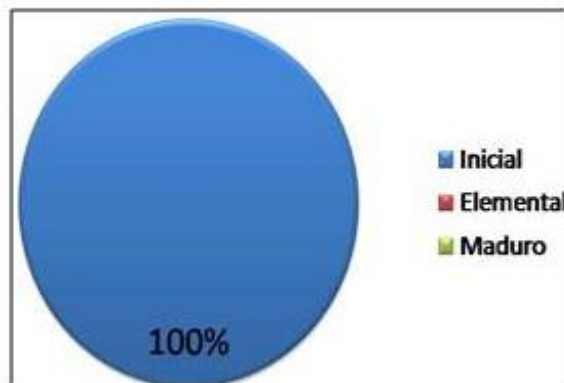


Gráfico 7
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Puño
Horizontal Empujando

Análisis: la evaluación diagnóstica, puso en evidencia que el 100% de los participantes (12 sujetos), no poseen dominio de la técnica por lo que se ubican en el estadio inicial de dominio del fundamento puño horizontal empujando, puesto que los mismos no extienden el codo hacia el frente ni elevan el brazo por encima del hombro con la mano en forma de puño.

Puño Horizontal Estallando

Cuadro 12
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Puño
Horizontal Estallando

Participantes			
	Nivel	Inicial	Elemental
1		✓	
2		✓	
3		✓	
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7		✓	
8		✓	
9		✓	
10		✓	
11		✓	
12		✓	
TOTAL		12	0

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

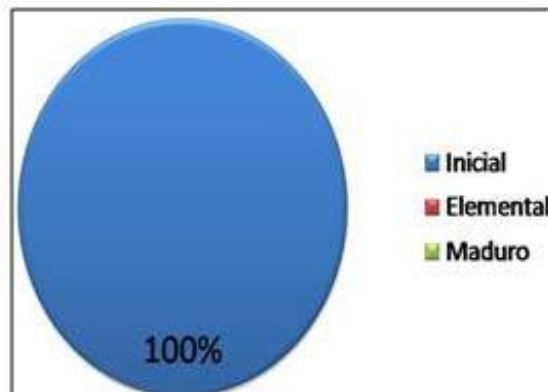


Gráfico 8
Resultados de la Evaluación
Diagnóstica para el
Fundamento: Puño
Horizontal Estallando

Análisis: respecto a la destreza, puño horizontal estallando, los diferentes participantes, se ubicaron en el estadio inicial, ya que no dibujan con la mano un círculo imaginario en sentido de las agujas del reloj ni finaliza el movimiento con el brazo en pronación.

De forma general los resultados reflejan que la mayoría de los participantes se encuentran en el estadio inicial, motivado a que no ejecutan los diferentes fundamentos del Kenpo, no obstante una minoría de los participantes se posicionó en el estadio elemental, demostrando un dominio regular en los fundamentos posición básica de combate y bloqueo arriba. (Ver gráfico 8)

Resultados de la Evaluación Final

A continuación se presentan los resultados arrojados por los participantes, en la evaluación final realizada una vez culminada la aplicación del programa.

Posición Básica de Combate

Cuadro 13
Resultados de la Evaluación Final para el fundamento: Posición de combate

Participantes			
Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1			✓
2			✓
3			✓
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7		✓	
8			✓
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
TOTAL		4	8

Nota: Inicial: no realiza la técnica; Elemental: ejecuta de manera regular; Maduro: ejecuta la técnica de forma correcta según los indicadores.

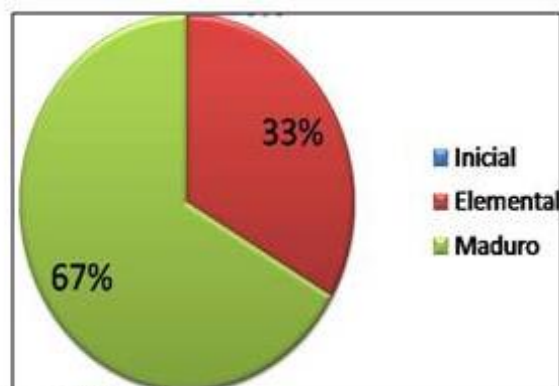


Gráfico 9
Resultados de la Evaluación Final para el fundamento: Posición de combate

Análisis: el gráfico 9 refleja que un 67% de los participantes realizan el cambio de posición del cuerpo ubicando el pie derecho o izquierdo adelante y el otro atrás y sus manos adoptan la posición de guardia, hallándose en el estadio maduro. A su vez un 33% de los sujetos están en el estadio elemental, pues realizan con cierta duda los elementos técnicos.

Desplazamientos

Cuadro 14
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Desplazamiento

Participantes	Inicial	Elemental	Maduro
Nivel			
1		✓	
2		✓	
3			✓
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7			✓
8			✓
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
TOTAL		5	7

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

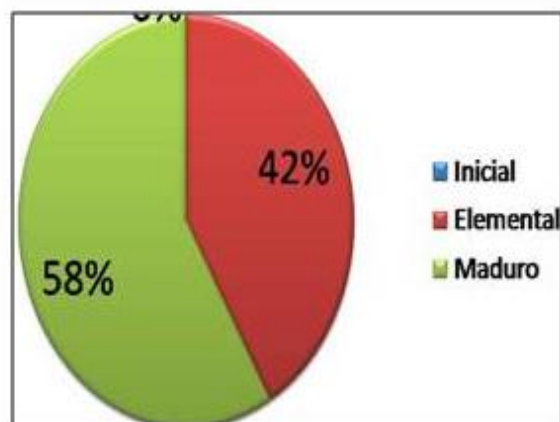


Gráfico 10
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Desplazamiento

Análisis: el gráfico 10 señala que un 42% de los participantes se ubican en el estadio elemental estadio, este estadio obedece a que los participantes ejecutan con cierta duda los desplazamientos hacia adelante, atrás, izquierda, derecha, y sus manos no se encuentran en guardia de combate. No obstante, un 58% de los participantes se ubican en el estadio maduro, ejecutando de forma rápida los desplazamientos hacia adelante, atrás, izquierda y derecha y manteniendo la guardia de combate.

Bloqueos

Bloqueo Arriba

Cuadro 15
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Arriba

Participantes			
	Nivel	Inicial	Elemental
1			
2			
3			
4			
5			✓
6			✓
7			
8			
9			
10			
11			
12			
TOTAL			2
			10

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

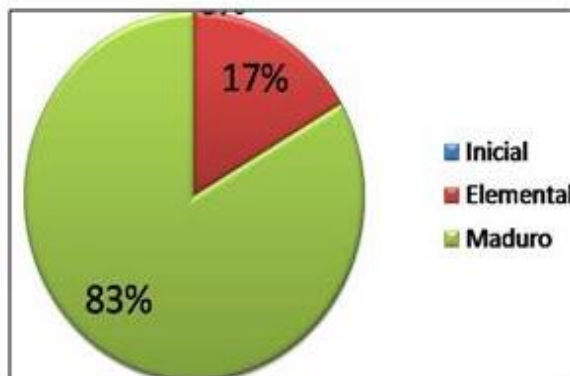


Gráfico 11
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Arriba

Análisis: respecto al fundamento bloqueo arriba, se identificó que un 17% de los participantes se ubican en el estadio elemental, debido a que los sujetos elevan de forma exagerada o mínima el brazo por encima de la cabeza y flexionan el codo, mientras que la mano adopta la forma de puño. En contraposición se encontró que un 83% de los participantes se enmarcó en el estadio maduro, puesto que los mismos elevan el brazo por encima de la cabeza, con una flexión del codo y la mano empuñada.

Bloqueo Interno

cuadro 16
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Interno

Participantes			
Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1			✓
2		✓	
3		✓	
4			✓
5		✓	
6		✓	
7			✓
8			✓
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
TOTAL		4	8

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera regular; Maduro: ejecuta la técnica de forma correcta según los indicadores.

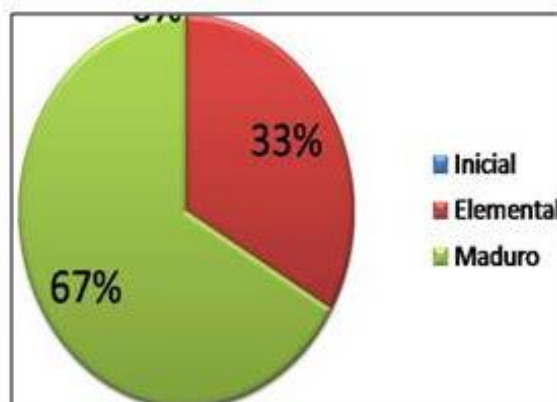


Gráfico 12
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Interno

Análisis: en el gráfico 12 se puede apreciar que un 33% de los participantes flexiona el codo y el brazo se ubica a nivel del pecho con la mano en forma de puño con una exageración o disminución del movimiento de la mano en función de la dirección del hombro contrario, caracterización que ubica a los participantes en el estadio elemental. A su vez un 67% de los niños se ubicó en el estadio maduro, porque los mismos flexionan el codo, a la vez que el brazo se ubica a nivel del pecho con la mano en forma de puño en dirección al hombro contrario.

Bloqueo Externo

Cuadro 17
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Externo

Participantes	Inicial	Elemental	Maduro
Nivel			
1			✓
2			✓
3		✓	
4		✓	
5		✓	
6			✓
7			✓
8			✓
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
TOTAL		3	9

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

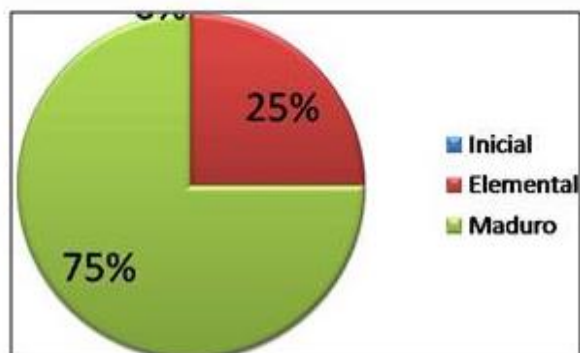


Gráfico 13
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Externo

Análisis: la evaluación del bloque externo, evidenció que un 25% de los niños, flexiona el codo en forma de “V” con la mano empuñada, disminuyendo el movimiento que va en dirección al hombro del brazo que ejecuta el movimiento, lo cual los ubica en el estadio elemental, contrariamente un 75% de los participantes se ubicó en el estadio maduro, debido a que flexionan el codo en forma de “V” con la mano empuñada en dirección al hombro del brazo que ejecuta el movimiento.

Bloqueo Bajo

Cuadro 18
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Bajo

Participantes	Nivel	Inicial	Elemental	Maduro
1				✓
2				✓
3				✓
4				✓
5			✓	✓
6			✓	✓
7				✓
8				✓
9				✓
10				✓
11				✓
12				✓
TOTAL			2	10

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

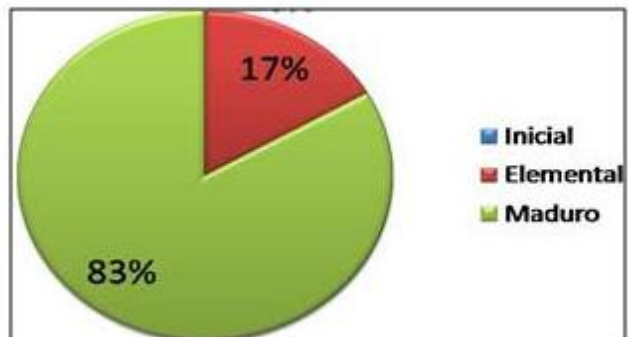


Gráfico 14
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Bloqueo Bajo

Análisis: el gráfico 14 refleja que un 83% de los participantes ejecuta la técnica de forma correcta (estadio maduro), en este sentido flexionan el codo a la vez que el brazo se ubica a nivel del pecho con la mano en forma de puño en dirección al hombro contrario. Mientras que un 17% de los niños se ubica en el estadio elemental reportando un dominio regular de la destreza del bloqueo interno al flexionar el codo y ubicar el brazo a nivel del pecho con la mano en forma de puño con una exageración o disminución del movimiento de la mano en función de la dirección del hombro contrario. (Ver gráfico 14)

Puños

Puño Horizontal Empujando

Cuadro 19
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Puño Horizontal Empujando

Participantes			
	Nivel	Inicial	Elemental
1			
2			
3			
4			
5			✓
6			✓
7			
8			
9			
10			
11			
12			
TOTAL			2

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera
regular; Maduro: ejecuta la técnica de
forma correcta según los indicadores.

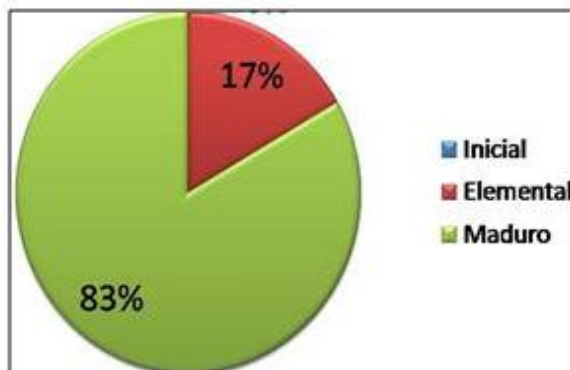


Gráfico 15
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Puño Horizontal Empujando

Análisis: el gráfico 15, refiere que un 83% de los participantes, extiende el codo hacia el frente, a la altura del hombro con la mano en forma de puño, indicadores que ubica a los participantes en el estadio maduro, mientras que un 17% de los niños, extiende el codo hacia el frente con una ligera elevación del brazo por encima del hombro con la mano en forma de puño, lo cual los ubica en el estadio elemental.

Puño horizontal Estallando

Cuadro 20
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Puño Horizontal Estallando

Participantes			
	Inicial	Elemental	Maduro
Nivel			
1		✓	
2		✓	
3		✓	
4			✓
5		✓	
6		✓	
7			✓
8		✓	
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
TOTAL		6	6

Nota: Inicial: no realiza la técnica;
Elemental: ejecuta la técnica de manera regular; Maduro: ejecuta la técnica de forma correcta según los indicadores.

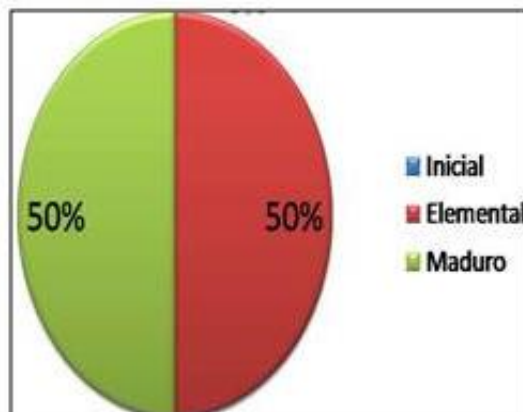


Gráfico 16
Resultados de la Evaluación
Final para el fundamento:
Puño Horizontal Estallando

Análisis: respecto a la destreza puño horizontal estallando, se detectó que un 50% de los participantes, se ubicó en el estadio elemental, debido a que dibujan con la mano un círculo imaginario en sentido de las agujas del reloj que culmina con el reverso de la mano en pronación del antebrazo, con una elevación de su punto final. Por su parte un 50% de los niños, se enmarcaron en el estadio maduro, puesto que con la mano dibuja un círculo imaginario en sentido de las agujas del reloj que culmina con una posición del antebrazo entre la línea media de pronación y supinación y extensión del codo hacia el frente, a la altura del hombro con la mano en forma de puño.

Al analizar de forma general los resultados, es posible identificar que la mayoría de los participantes, se encuentra en el estadio maduro, debido a que ejecutan de forma correcta los diferentes fundamentos del Kenpo, asimismo se encontró que algunos participantes se ubicaron en el estadio elemental manifestando un dominio regular de los fundamentos y en contraposición ninguno de los participantes se ubicó en el estadio inicial.

Una vez analizados los resultados obtenidos a partir de la evaluación inicial y final, se tiene que los participantes en la evaluación diagnóstica mostraron no tener ningún dominio de los fundamentos (estadio inicial). La evaluación final reflejó que los distintos participantes adquirieron un dominio regular (estadio elemental) y alto (estadio maduro) en los distintos fundamentos del Kenpo (ver cuadro 21).

Los datos que a continuación se presentan ponen en evidencia los cambios significativos que se dieron a partir de la aplicación de programa y la efectividad del mismo, por lo que es posible afirmar que el Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo, es una herramienta efectiva en el proceso de iniciación de este arte marcial, puesto que los participantes, lograron la identificación, conocimiento y ejecución de los fundamentos básicos de este arte marcial, específicamente en lo referido a la posición básica de combate, desplazamientos, bloqueo arriba, abajo, interno y externo y los fundamentos de puño, horizontal empujando y horizontal estallando.

En este sentido es importante referir aspectos puntuales que signaron el proceso, en este orden de ideas se tiene que durante la realización del estudio los participantes reflejaron altos niveles de motivación, los cuales se evidenciaron en la respuesta dada por los ejecutantes en aspectos tales como: el interés mostrado por los sujetos en realizar los diferentes juegos, la afirmación oral aportada por los niños y niñas, la intervención activa de los integrantes así como el entusiasmo manifestado por los niños.

Cuadro 21
Resultados de la evaluación diagnóstica y final

	Evaluación Diagnóstica								Evaluación Final							
Niño Estadio	Posición Básica de Combate	Desplazamientos	Bloqueo Arriba	Bloqueo Interno	Bloqueo Externo	Bloqueo Bajo	Puño Horizontal Empujando	Puño Horizontal Estallando	Posición Básica de Combate	Desplazamientos	Bloqueo Arriba	Bloqueo Interno	Bloqueo Externo	Bloqueo Bajo	Puño Horizontal Empujando	Puño Horizontal Estallando
1	E	I	I	I	I	I	I	I	M	E	M	M	M	M	M	E
2	E	I	I	I	I	I	I	I	M	E	M	E	M	M	M	E
3	I	I	I	I	I	I	I	I	M	M	M	E	E	M	M	E
4	I	I	I	I	I	I	I	I	E	E	M	M	E	M	M	M
5	I	I	I	I	I	I	I	I	E	E	E	E	E	M	M	E
6	I	I	I	I	I	I	I	I	E	E	E	E	M	E	E	E
7	I	I	I	I	I	I	I	I	E	M	M	M	M	E	E	M
8	I	I	E	I	I	I	I	I	M	M	M	M	M	M	M	E
9	I	I	I	I	I	I	I	I	M	M	M	M	M	M	M	M
10	I	I	I	I	I	I	I	I	M	M	M	M	M	M	M	M
11	I	I	I	I	I	I	I	I	M	M	M	M	M	M	M	M
12	I	I	I	I	I	I	I	I	M	M	M	M	M	M	M	M

I: Inicial, E: Elemental, Maduro

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En este capítulo se presenta una síntesis de los resultados relevantes producto de la investigación, a la vez que se sugieren ciertas acciones para futuros estudios y para la praxis pedagógica.

Conclusiones

Una vez analizados los resultados surgidos a partir de la aplicación del estudio, es posible afirmar que se consolidaron los objetivos propuestos en la investigación al establecer un Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo en niños y niñas de 8 a 10 años del Club de Kenpo de Campo de Oro, para lo cual fue preciso el diseño, ejecución y evaluación del programa, del proceso y el plan.

Asimismo se determinó que el Programa Lúdico para la Enseñanza de los Fundamentos Básicos del Kenpo es factible, en vista de que arrojó resultados positivos, los cuales se ponen en evidencia en la comparación de la evaluación de partida y final, ya que los participantes en la evaluación diagnóstica mostraron no tener ningún dominio de los fundamentos (estadio inicial), por su parte la evaluación final reflejó que los distintos participantes adquirieron un dominio regular (estadio elemental) y alto (estadio maduro) en los distintos fundamentos del Kenpo, resultados que se tradujeron en la identificación, conocimiento y ejecución de los fundamentos básicos de este arte marcial, es importante resaltar que el kenpo como otras disciplinas, reúne una serie de particularidades que van desde la posición básica de combate, desplazamientos, bloqueo arriba, abajo, interno y externo y los fundamentos puño, horizontal empujando y horizontal estallando.

En este punto es oportuno destacar que el estudio permitió identificar que la metodología basada en la actividad lúdica, es efectiva para la enseñanza de los fundamentos del Kenpo, a la vez que es posible inferir la efectividad de la misma para el abordaje del proceso de enseñanza aprendizaje de diferentes deportes.

Durante la aplicación del programa el grupo mostró niveles elevados de motivación, hecho comprobado con la asistencia y participación en el programa lúdico, otro indicador lo reflejó la verificación oral aportada por los participantes, es decir que se corrobora que el juego constituye una necesidad e interés inherente a la niñez.

Durante la ejecución del programa se puso en evidencia el interés de los participantes por ejecutar juegos caracterizados por el cumplimiento de diversas reglas, entendidas estas como obligaciones que precisan la realización de determinadas acciones y de evitar otras, caracterización que obedece al tipo de juego reglado propio de este momento evolutivo.

Otro de los resultados que reflejó el estudio, es la posibilidad de aplicación del programa, debido a que el mismo precisa de materiales por lo general de tipo alternativo, los cuales son de bajo costo y de alto impacto ecológico.

La aplicación del programa permitió visualizar que día a día los participantes se sentían identificados con la propuesta lúdica.

Recomendaciones

La ejecución del estudio permitió generar diversas recomendaciones, de distinta índole, las primeras están dirigidas al docente o entrenador de Kenpo, en este sentido es posible sugerir:

- La creación de espacios para la retroinformación que permitan retroalimentar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

- La aplicación de diversos estímulos verbales, visuales, táctil así como materiales (globos, dulces, mascarás) que permitan ampliar las posibilidades de éxito de las actividades lúdicas.
- El establecimiento de espacios dirigidos a que los participantes propongan sus propios juegos, a la vez que aporten ideas sobre las múltiples posibilidades de modificación que ofrecen los juegos propuestos por el entrenador o docente.
- Finalmente se sugiere que este programa sirva de guía para los entrenadores, a fin de que incorporen actividades lúdicas en la enseñanza del Kenpo. A la vez se insta a los entrenadores a que diseñen diferentes tipos de instrumentos de evaluación como el propuesto en el presente estudio, dado que facilitan el trabajo y permiten tener un marco de referencia objetivo.

Las recomendaciones surgidas también están orientadas a emprender las siguientes acciones:

- Estudios con un enfoque lúdico para la enseñanza-aprendizaje de otras artes marciales y de otros deportes.
- La ejecución de programa lúdico para la enseñanza de los fundamentos básicos del Kenpo en niños en edad preescolar.
- Trabajos de investigación orientados a la iniciación en el Kenpo a partir de un enfoque lúdico con la utilización de material alternativo.
- Estudios que permitan determinar la motivación aportada por el enfoque lúdico en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los deportes. Así como investigaciones orientadas a analizar la motivación generada a partir del enfoque conductista.
- Investigaciones dirigidas al proceso de enseñanza-aprendizaje de los deportes desde un enfoque constructivista.
- Como último punto se sugiere solicitar apoyo a las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales para el mejoramiento de las instalaciones deportivas del Club de Kenpo Campo de Oro.

REFERENCIAS

- Albornoz, O. (2005). El tratamiento de la iniciación deportiva en la revista "Lecturas: Educación Física y Deportes desde su inicio hasta la actualidad". *efdeportes* [Revista en línea]. 22 Disponible: <http://www.efdeportes.com/efd44/inic.htm>. [Consulta: 2012, Abril 25].
- Aquino, F. (2005). *Cantos para Jugar 3*. México: Editorial Trillas.
- Arrieta, G. y Augusto, C. (2006). *La observación: base metodológica de la Investigación*. [Documento en línea]. Disponible: http://sian.inia.gob.ve/repositorio/revistas_tec/inia_divulga/numero%209/09arrieta_c.pdf [Consulta: 2013, Octubre 25].
- Bartolomé, R., Górriz, N., Pascual, C. y Carcía M. (1997). *Manual para el Educador Infantil*. Bogotá: Mc Graw Hill Interamericana, S.A.
- CEDEP (2010). *El Desarrollo de Niños y Niñas de 4 a 10 años*. [Documento en línea]. Disponible: http://www.unicef.cl/unicef/public/archivos_documento/342/Guia%20para%20la%20familia%20web%2019%2011%2010.pdf [Consulta, 2012, Mayo 20].
- Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*. (1a ed.) [Libro en línea] Barcelona-España: Editorial INDE. Disponible: <http://books.google.co.ve/books?hl=es&lr=&id=pFpdIfg130IC&oi=fnd&pg=PA49&dq=define+didactica+del+deporte&ots=C5BrQF4H EX&sig=bPSwevYe-BCxBWTJyJjs1hWr5vE#v=onepage&q&f=false> [Consulta, 2011, Junio 20]
- Contreras, O., De La Torre, O. y Velázquez, R. (2001). *Iniciación Deportiva*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Federación Venezolana de Kenpo (2010). *Manual para Cinturones Amarillo, Naranja, Purpura*. Caracas: El autor.
- FEDUPEL. (2010). *Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales*. Caracas: El autor.

- García, C. y Valencia, A. (2005). *Rondas y Juegos*. México: Editorial Trillas.
- García, S. (1994). Origen del Concepto "Deporte". *Aula* [Revista en línea] 6. Disponible: http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/69125/1/Origen_del_concepto_deporte.pdf [Consulta, 2012, Junio 08]
- Gómez, J. Posada, A. y Ramírez, H. (2000). *Puericultura*. Bogotá: Editorial Medica Internacional Ltda.
- Guzmán, S. (2008). La Importancia del Juego en Educacion Infantil. *Papeles de Educación* [Revista en línea] 2, 75. Disponible: http://www.papelesdeeducacion.es/docshtm/numeros/dos/pdf/2_experiencias31.pdf [Consulta, 2011, Junio 20]
- Hernández, R., Fernández, C. y Batista, P. (2006). *Metodología de la investigación* (4a. ed.). México: McGraw-Hill.
- Hidalgo, M. y De la Paz (2003). *Hacia una Evaluación Participativa y Constructiva*. (1a ed.) Caracas.
- International Kenpo Karate Asociation (IKKA) (2011). *Reglamento del Campeonato IKC 2001*. [Documento en línea]. Disponible: <http://www.ikc2011spain.es/wp-content/uploads/2011/02/IKKA-2011.-REGLAMENTO.-IKC.pdf> [Consulta, 2011, Junio 20].
- Marquina, Y. (2009). *Manual Metodológico Dirigido a Entrenadores de Kenpo, para la Etapa de Iniciación de 9 a 12 años de edad en el Municipio Libertador del Estado Mérida*. Tesis de grado no publicada, Universidad de Los Andes, Mérida.
- Martens, R. (2002). *El Entrenador de Éxito*. (1a ed.) [Libro en línea]. Barcelona-España: Editorial Paidotribo Disponible: http://books.google.co.ve/books?id=C3Jy_eEFvEYC&pg=PT56&dq=pedagogía+del+deporte&hl=es&ei=_HWYTrHpM4Lr0gGendDSBA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=6&ved=0CEYQ6AEwBQ#v=onepage&q&f=false [Consulta, 2011, Junio 20].
- Mc Clenaghan, B. y Gallahue, D.(1985). *Movimientos fundamentales su desarrollo y rehabilitación*. Buenos Aires-Argentina. Editorial medica panamericana.

- Méndez, A. (2003). *Nuevas Propuestas Lúdicas para el Desarrollo Curricular en Educación Física*. (1a ed.) [Libro en línea]. Barcelona-España: Editorial Paidotribo Disponible: http://books.google.co.ve/books?id=lyJAOGiNd5gC&pg=PA24&dq=juegos+predeportivos+definicion&hl=es&ei=rxXFTq38A8WlgwfBmOnjDg&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=3&ved=0CDUQ6AEwAg#v=onepage&q&f=false [Consulta, 2011, Octubre 20]
- Mitose, J. (1980). *¿Qué es la Defensa Personal? (Kenpo jiu jitsu) Honorable Grande Gran Maestro James M. Mitose*. [Libro en línea] Madrid: Editorial Esteban Sanz. Disponible: http://books.google.co.ve/books?id=Uelis9asteMC&pg=PR40&dq=origenes+del+Kenpo&hl=es&ei=0HWYTsiTEoLI0QH6wLC0BA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=3&ved=0CEUQ6AEwAg#v=onepage&q&f=false [Consulta, 2011, Junio 20]
- Moreno, J. y Rodríguez, P. (s/f). *El Aprendizaje por el Juego Motriz en la Etapa Infantil*. [Documento en línea]. Disponible: <http://www.um.es/univefd/juegoinf.pdf> [Consulta, 2012, Marzo 20].
- Morett, M. (2010). *Juegos con material alternativo para el desarrollo de las destrezas básicas del voleibol, una alternativa para las escuelas rurales*. Tesis de grado no publicada, Universidad de Los Andes, Mérida.
- Muñoz, D. (2008). Proyecto deportivo-educativo: competición anual de deportes alternativos en la escuela. *efdeportes* [Revista en línea] 13,124. Disponible: <http://www.efdeportes.com/efd124/competicion-anual-de-deportes-alternativos-en-la-escuela.htm> [Consulta, 2011, Noviembre 20]
- Pérez, R. (2000). La Evaluación de Programas Educativos: Conceptos Básicos, Planteamientos Generales y Problemática. *Revista de Educación Educativa* [Revista en línea] 18, 2. Disponible: http://www.uned-terrasa.es/docs_biblioteca/perez_juste.pdf [Consulta, 2012, Junio 02].
- Philip, F. (1997). *Desarrollo humano: Estudio del ciclo vital*. (2a ed.) [Libro en línea] México: Editorial Prentice Hall. Disponible: http://books.google.es/books?id=ZnHbCKUCtSUC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false [Consulta, 2012, Mayo 20]

- Ramírez, J. y Cano, M. (s/f). *Expresiones Motrices Lúdicas Recreativas en la Educación Física Básica* [Documento en línea]. Disponible: http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/educacion_fisica/expr_motrices.pdf [Consulta, 2012, Febrero 23]
- Ribes, M., Clavijo, R., Fernández, C., Armario, J., Nogales, F., Mondragón, J. y Trigueros, I. (2006). *Técnicos de Educación Infantil de la Comunidad de Extremadura*. (1a ed.) [Libro en línea]. Sevilla: Editorial Mad. Disponible: http://books.google.co.ve/books?id=akCIJJbruq0C&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false [Consulta: 2012, Junio 01].
- Romero, G. (2009). Pedagogía en la Educación. *Innovación y Experiencias Educativas*. [Revista en línea], 15. Disponible: http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_15/GUSTAVO%20ADOLFO_ROMERO_2.pdf [Consulta, 2011, Junio 20].
- Santeliz, G. (2010) Los juegos predeportivos como herramienta en el desarrollo de las capacidades físicas en la iniciación al Kenpo. *efdeportes* [Revista en Línea] 15, 144. Disponible: <http://www.efdeportes.com/efd144/capacidades-fisicas-en-la-iniciacion-al-Kenpo.htm> [Consulta, 2011, Junio 10].
- Sarlé, P., Garrido, R., Rosemberg, C. y Rodríguez, I. (2008). *Enseñar en Clave de Juego. Enlazando Juegos y Contenidos*. (1a ed.) [Libro en línea] Buenos Aires: Editorial Noveduc. Disponible: <http://books.google.co.ve/books?id=PwpsWIs3R9UC&pg=PA3&dq=Ense%C3%B1ar+en+Clave+de+Juego.+Enlazando+Juegos+y+Contenidos&hl=es&sa=X&ei=moPqT9ndAYqo8QTJqMDeBQ&ved=0CDEQ6AEwAA#v=onepage&q=Ense%C3%B1ar%20en%20Clave%20de%20Juego.%20Enlazando%20Juegos%20y%20Contenidos&f=false> [Consulta, 2012, Abril 20]
- Zambrano, R. (2005). *La enseñanza de la educación física*. Mérida-Venezuela: Consejo de Publicaciones.
- Zarnett, B y Seaby P. (2001). *Kenpo Faq 1 (Preguntas Frecuentes)*. [Documento en línea]. Disponible: http://www.hispagimnasios.com/a_kempo/kempo-faq1.php [Consulta, 2011, Junio 20].

ANEXOS

[Anexo A] Evaluación inicial y final

Evaluación inicial



Evaluación final



Posición de combate derecha e izquierda

Bloqueo arriba



Puño horizontal empujando

Bloqueo interno

[Anexo B] Programa de juegos.

Juegos



Los puñitos mas fuertes



Los puñitos mas fuertes



Cuidemos la zona

Juegos



Desviando el ataque del martillo



El círculo protector



Relevo de pelotas



Salto al combate



El explorador

[Anexo C] Retroinformación y materiales.

Retroinformación



Materials



[Anexo D] Consentimiento informado

TITULO: PROGRAMA LÚDICO PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL KENPO. UNA APLICACIÓN EN NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS.

Instrucciones: se requiere que la lectura del presente documento se haga conjuntamente con el padre, madre y/o representante del niño o niña con el que se aspira que forme parte del estudio.

Investigador Principal: _____ y _____

Fecha: _____ **Nombre** **del** **Participante:**

Ud. ha sido convocado a participar en un trabajo de investigación para la enseñanza de los fundamentos básicos del kenpo. En este consentimiento se le informa por qué se está realizando este estudio y qué procedimiento se empleará si usted decide participar en el mismo.

Propósitos del estudio.

El presente estudio tiene como finalidad aplicar un Programa Lúdico para la enseñanza de los fundamentos básicos del kenpo, dicho programa será aplicado en niños de 8 a 10 años, que se están iniciando en la práctica de este arte marcial, este proyecto se llevará a cabo en el Club de Kenpo de Campo de Oro de la Ciudad de Mérida, con 12 participantes, con una frecuencia de tres veces por semana, durante tres meses.

Sus derechos: Es importante saber que:

- 1) Su participación es completamente voluntaria.
- 2) Usted puede decidir si participa o no, o retirarse de la investigación sin perjuicio alguno.
- 3) Usted será comunicado de cualquier cambio o nueva información que ocurriese durante el estudio.
- 4) Será informado de los resultados obtenidos en el estudio.

Procedimientos:

Si Usted está de acuerdo en formar parte del estudio, su participación en la misma, será de tres meses con una frecuencia de tres días por semana. Donde debe cumplir con lo siguiente.

Presentar a su representado en la escuela de kenpo los días acordados con la indumentaria adecuada. Se les realizará un test diagnostico al comienzo, un test control a medida que se este realizando la investigación, y un test evaluativo al final del proyecto.

Beneficios.- Usted se puede beneficiar con su participación porque:

1. El estudio le permitirá el aprendizaje de las destrezas básicas del kenpo por medio de actividades lúdicas, pudiendo participar activamente de forma progresiva en un ambiente diferente al tradicional.
2. Esta es una manera de ayudar a los niños a desarrollarse de forma integral, tanto en su parte psicomotriz como emocional (afectivo).
3. Los costos del estudio serán gratuitos.
4. Por último, la información que se obtenga con esta investigación puede ayudar a otros atletas, entrenadores e investigadores a incorporar actividades lúdicas en los programas de entrenamiento.

Riesgos:

Los riesgos son propios a los referidos a la práctica de deportes si su representado presenta alguna lesión durante el proceso de esta investigación, será bajo su compromiso.

Confidencialidad: se le solicita su aprobación para la publicación de recursos audiovisuales (fotografías, videos) y datos a necesitar del participante.

Retiro del estudio:

Usted puede retirarse del estudio voluntariamente cuando lo desee.

Preguntas: Usted es libre de preguntar sobre este estudio y sus derechos en este proyecto de investigación. Cualquier otra pregunta puede dirigirse a:

El propósito y procedimientos de este proyecto me han sido explicados, he sido informado acerca de todas las incomodidades, riesgos y beneficios que pueden resultar y los he comprendido. Estoy de acuerdo en participar en este proyecto.

Yo, _____ C.I: _____

Representante legal de: _____

C.I: _____, siendo mayor de 18 años, en uso pleno de mis facultades mentales y sin coacción ni violencia alguna, en completo conocimiento, naturaleza, forma, duración, propósito, inconvenientes y riesgos relacionados con el estudio que anteriormente se indico.

Firma del representante: _____

Fecha: _____

DECLARACIÓN DEL INVESTIGADOR:

Se ha explicado a la persona arriba mencionada la naturaleza y objetivos de los procedimientos antes descritos y los previstos riesgos y beneficios que pueden resultar. Le he preguntado si tenía alguna interrogante sobre los procedimientos y he contestado esas preguntas con mi mayor capacidad.

Firma: _____ Fecha: _____

Firma: _____ Fecha: _____

[Anexo E] Planilla de evaluación



Evaluación:
Fundamento:



participantes	inicial	elemental	maduro
TOTAL			

[Anexo F] Evaluación intermedia



Evaluación: Intermedia

Fundamento: Posición Básica de Combate



Participantes	inicial	Elemental	maduro
1			✓
2			✓
3		✓	
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7		✓	
8		✓	
9		✓	
10		✓	
11		✓	
12		✓	
TOTAL		10	2

Evaluación intermedia



Evaluación: Intermedia

Fundamento: Bloqueo Arriba



participantes	inicial	Elemental	maduro
1		✓	
2		✓	
3		✓	
4		✓	
5			✓
6		✓	
7		✓	
8		✓	
9		✓	
10		✓	
11		✓	
12		✓	
TOTAL		11	1

Evaluación intermedia



Evaluación: Intermedia

Fundamento: Puño Horizontal Empujando



Participantes	inicial	elemental	maduro
1		✓	
2		✓	
3		✓	
4		✓	
5		✓	
6		✓	
7		✓	
8		✓	
9		✓	
10		✓	
11		✓	
12		✓	
TOTAL	0	12	0

[Anexo G]
[Programación de las sesiones de entrenamiento]

Sesión 1

- a) Formación inicial y saludo
- b) Asistencia.
- c) Acondicionamiento neuromuscular.
- d) Evaluación diagnóstica del programa a implementar
- e) Enseñanza del saludo del Kenpo.
- f) Cierre de clase.

Sesión 2

- a) Formación inicial y saludo.
- b) Asistencia.
- c) Acondicionamiento neuromuscular.
- d) Flexibilidad
- e) Juegos: El camino confuso (1) y Salto al combate (16)
- f) Trabajo de velocidad
- g) Intercambio de ideas (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 3

- a) Formación inicial y saludo.
- b) Asistencia.
- c) Acondicionamiento neuromuscular.
- d) Trote continuo
- e) Juegos: Los canguros fuertes (3) y el Impacto del cangrejo (4).
- f) Fuerza (ejercicios variados de manera individual y por parejas)
- g) Intercambio de ideas (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase

Sesión 4

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Insignias del kenpo
- e) Juegos: El camino confuso (1) y Stop loco (2)
- f) Resistencia (ejercicios variados de manera individual y por parejas)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)

- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 5

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Historia del Kenpo
- e) Juegos: Los Cangrejos Fuertes (3) y El Impacto del Cangrejo (4)
- f) Flexibilidad (ejercicios variados de manera individual y por parejas)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 6

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Enseñanza del saludo de Kenpo
- e) Juegos: Desviando el Ataque del Martillo (5) y Desviando la Espada (6)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la primera secuencia)
- g) Intercambio de opiniones con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 7

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Explicación del reglamento de combate
- e) Juegos: Desviando el Látigo (7) y Desviando la Patada (8)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la segunda secuencia)
- g) Intercambio de opiniones con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 8

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Trote continuo
- e) Juegos: El Círculo Protector (9) y Relevé de Pelota (10)

- f) Forma 1 corto (Movimientos de la tercera secuencia)
- g) Intercambio de opiniones con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 9

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Fuerza
- e) Juegos: Cuidemos la Zona (11) y La Bomba del Jinete (12)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la cuarta secuencia)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 10

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Flexibilidad (ejercicios variados de manera individual y por parejas)
- e) Juegos: El Camino hacia el Puño (13) y El Explorador (14)
- f) Bloqueo estrella
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 11

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Resistencia
- e) Juegos: Saltando los cocodrilos (21) y apuntando al camino (22)
- f) Set de posiciones 1
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 12

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular

- d) Trote continuo
- e) Juegos: Duelo del Puño – Bloqueo (15) y Salto al Combate (16)
- f) Coordinación 1
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 13

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Velocidad
- e) Juegos: Descubriendo el Fundamento del Kenpo (17) y El Pasillo Golpeador (18)
- f) Técnicas de combate con material de pateo
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 14

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Flexibilidad
- e) Juegos: Defendiendo el Tesoro (19) y Sigue la Secuencia (20)
- f) Combate con un adversario
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 15

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Trote continuo
- e) Juegos: Saltando los Cocodrilos (21) y Apuntando al Camino (22)
- f) Técnicas de defensa personal 1 y 2
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 16

- a) Formación inicial y saludo
- b) Asistencia.
- c) Acondicionamiento neuromuscular.
- d) Evaluación intermedia.
- e) Insignias del kenpo
- f) Formación final y cierre de clase.

Sesión 17

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Velocidad
- e) Juegos: Stop Loco (2) y El Impacto del Cangrejo (4)
- f) Técnicas de defensa personal 3 y 4
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 18

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Flexibilidad
- e) Juegos: Desviando la Espada (6) y Desviando el Látigo (7)
- f) Técnicas de defensa personal 5 y 6
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 19

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Trote continuo
- e) Juegos: Desviando el Ataque del Martillo (5) y Desviando la Patada (8)
- f) Técnicas de defensa personal 7 y 8
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 20

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Resistencia
- e) Juegos: El Círculo Protector (9) y Relevé de Pelota (10)
- f) Técnicas de defensa personal 9 y 10
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 21

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Fuerza
- e) Juegos: Cuidemos la Zona (11) y La Bomba del Jinete (12)
- f) Enseñanza del seiza y forma de entrar al área de competencia
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 22

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Trote continuo
- e) Juegos: El Camino hacia el Puño (13) y Duelo del Puño – Bloqueo (15)
- f) Bloqueo estrella
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 23

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Flexibilidad
- e) Juegos: El Explorador (14) y Salto al Combate (16)
- f) Set de posiciones 1
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)

- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 24

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Velocidad
- e) Juegos: Descubriendo el Fundamento del Kenpo (17) y El Pasillo Golpeador (18)
- f) Coordinación 1
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 25

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Resistencia
- e) Juegos: Defendiendo el Tesoro (19) y Sigue la Secuencia (20)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la primera secuencia)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- Formación final y cierre de clase.

Sesión 26

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Fuerza
- e) Juegos: Saltando los Cocodrilos (21) y Apuntando al Camino (22)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la segunda secuencia)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 27

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Trote continuo

- e) Juegos: Desviando la Espada (6) y Relevos de Pelota (10)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la tercera secuencia)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 28

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Flexibilidad (ejercicios variados de manera individual y por parejas)
- e) Juegos: La Bomba del Jinete (12) y Descubriendo el Fundamento del Kenpo (17)
- f) Forma 1 corto (Movimientos de la cuarta secuencia)
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 29

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Velocidad
- e) Juegos: Los Cangrejos Fuertes (3) y Desviando el Ataque del Martillo (5)
- f) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- g) Técnicas de combate con material de pateo
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 30

- a) Formación y saludo inicial
- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Resistencia
- e) Juegos: El Impacto del Cangrejo (4) y El Círculo Protector (9)
- f) Combate con un adversario
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 31

- a) Formación y saludo inicial

- b) Asistencia
- c) Acondicionamiento neuromuscular
- d) Trote continuo
- e) Juegos: Cuidemos la Zona (11) y El Camino hacia el Puño (13)
- f) Enseñanza del Seiza y forma de entrar al área de competencia
- g) Intercambio de ideas con los participantes (vuelta a la calma)
- h) Formación final y cierre de clase.

Sesión 32

- a) Formación inicial y saludo
- b) Asistencia.
- c) Acondicionamiento neuromuscular.
- d) Evaluación final
- e) Explicación del reglamento de combate
- f) Formación final y cierre de clase.

[Anexo H]
**[Distribución de los contenidos del Programa Lúdico para la Enseñanza de
los Fundamentos Básicos del Kenpo]**

Actividad	Sesión	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5	Sesión 6	Sesión 7	Sesión 8	Sesión 9	Sesión 10	Sesión 11	Sesión 12	Sesión 13	Sesión 14	Sesión 15	Sesión 16	Sesión 17	Sesión 18	Sesión 19	Sesión 20	Sesión 21	Sesión 22	Sesión 23	Sesión 24	Sesión 25	Sesión 26	Sesión 27	Sesión 28	Sesión 29	Sesión 30	Sesión 31	Sesión 32	
Evaluación diagnóstica		x																																
Evaluación Intermedia																	x																	
Evaluación Final																																	x	
Formación y saludo inicial		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Asistencia		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Acondicionamiento Neuromuscular		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
vuelta a la calma		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Cierre de clase		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Insignias del kenpo					x												x																	
Historia						x																												
Saludo		x					x																											
Reglamento									x																								x	
Trote				x					x				x				x				x			x					x				x	
Flexibilidad			x			x						x				x				x					x					x				
Velocidad			x												x				x							x						x		
Resistencia					x								x									x					x					x		
Fuerza				x						x						x							x					x						
Forma 1 corto							x	x	x	x																	x	x	x		x			
Bloqueo estrella												x												x										
Set de posiciones 1													x													x								
Coordinación 1														x													x							
Técnicas de combate															x																	x		
Combate con un adversario																x																	x	
Técnicas de defensa personal																	x		x	x	x	x												
Enseñanza del seiza																							x										x	
Juegos		1-16	3-4	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-14	21-22	15-16	17-18	19-20	21-22			2-4	6-7	5-8	9-10	11-12	13-15	14-16	17-18	19-20	21-22	6-10	12-17	3-5	14-9	11-13		