

COMPARACIÓN ENTRE DOS MODELOS DIDÁCTICOS PARA LA ENSEÑANZA DE  
KARATE DO A POBLACIÓN ESCOLAR CON DISCAPACIDAD VISUAL Y  
COGNITIVA

Cristhian David Angel Cuervo

Andrés Felipe Barragán Peña

Jheferson David Vargas Torres

Sergio Andres Velandia Poveda

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN DEPORTE

ÉNFASIS ESCOLAR

Bogotá D.C

2021

COMPARACIÓN ENTRE DOS MODELOS DIDÁCTICOS PARA LA ENSEÑANZA DE  
KARATE DO A POBLACIÓN ESCOLAR CON DISCAPACIDAD VISUAL Y  
COGNITIVA

Trabajo de grado para optar al título de:

Licenciado en Deporte

Cristhian David Angel Cuervo

Andrés Felipe Barragán Peña

Jheferson David Vargas Torres

Sergio Andres Velandia Poveda

Tutora: Dra. Luz Amelia Hoyos Cuartas

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN DEPORTE

ÉNFASIS ESCOLAR

Bogotá D.C

2021

## Agradecimientos y Dedicatoria

Agradezco a Dios por la vida.

Agradezco a mis padres Leonor Cuervo y Eduardo Angel quienes fueron la base y el motor para poder finalizar este proceso, también agradezco a mi hermana y demás familiares por siempre estar presentes. Por último, agradezco a la Universidad Pedagógica Nacional por comprometerse con la formación de los futuros educadores y por brindarme la oportunidad de conocer mucho mejor el Deporte y el Karate Do.

*Cristhian David Ángel Cuervo*

En primera medida agradezco a Dios por brindarme las oportunidades y herramientas para culminar procesos satisfactoriamente. De igual manera agradezco a mi padre Luis y mi madre Cecilia, quienes me han brindado todo su apoyo incondicional, como a mis hermanos, quienes con su ejemplo me guían por un buen camino y por su puesto a mi compañera de vida Leidy, quien soporta día a día mis rabias y alegrías.

Por último, a la gloriosa UPN y sus profesores que forman día a día más que licenciados, forman personas.

*Andrés Felipe Barragán Peña*

A Bellanira, mi madre. Sin ella nada de esto hubiera sido posible. Gracias por sus infinitos esfuerzos y su amor incondicional...

Dedicado a mi hijo Carlos Santiago, y a todos los hijos de universidad pública. Que, en un futuro no muy lejano, la educación sea un derecho para todos y no un privilegio para pocos ...

*Jheferson David Vargas Torres*

Agradezco primero a mis padres Rafael Velandia y Martha Poveda por el buen ejemplo, por todo el esfuerzo y dedicación que tuvieron conmigo, por los valores que me inculcaron y la educación que me brindaron. A mis hermanas, Angie Velandia y Mónica Velandia, por cada consejo, cada día de compañía, por ayudarme en todo lo que está en sus manos y guiarme hacia el camino de la Universidad Pública. A mis sobrinos, por darle color a mi vida y alegrarme cada día con su presencia.

*Sergio Andres Velandia Poveda*

Por último, queremos agradecer a nuestra estimada profesora Luz Amelia Hoyos, por toda su paciencia, apoyo y conocimientos brindados. También agradecemos al Centro Integral de Servicios de Zipaquirá en dirección de Maritza Lizarazo y todas aquellas familias que participaron de este proceso, de igual manera expresamos nuestra gratitud al Gym Bogotá Fitness por prestarnos los espacios para la práctica y al Ss. Andrés Hurtado por su apoyo en todo este proceso.

## Tabla de Contenidos

Lista de figuras	VII
Lista de abreviaturas	IX
Lista de Tablas	X
Introducción	1
1 PLANTEAMIENTOS INICIALES	2
1.1 Antecedentes	2
1.1.1 Deportes para personas con discapacidad visual y cognitiva	2
1.1.2 Desarrollo motor en niños con discapacidad visual y cognitiva	5
1.1.3 Modelos didácticos utilizados en los deportes de combate.	7
1.2 Descripción problemática	8
1.3 Justificación	9
1.4 Objetivo general	11
1.5 Objetivos específicos	11
2 MARCO TEÓRICO	11
2.1 Modelos Didácticos	12
2.1.1 Modelos didácticos para la enseñanza del deporte Escolar	15
2.1.2 Modelos basados en la técnica para la enseñanza del deporte escolar	16
2.1.3 Modelos Alternativos para la enseñanza del deporte escolar	16
2.1.3.1 <i>Teaching Game for Understanding Model</i>	17
2.1.3.2 <i>Sport Education Model</i>	19
2.1.3.3 <i>The Teaching Personal and Social Responsibility Model</i>	20
2.2 Deporte Escolar y Deporte Adaptado	23
2.2.1 Deporte Escolar	23
2.2.2 Deporte Adaptado	25

2.2.3 Deporte escolar adaptado	27
2.3 El Karate Do y el Parakarate	28
2.3.1 Historia del Karate Do	29
2.3.2 Fundamentos del Karate Do	32
2.3.3 Filosofía y Valores del Karate Do	34
2.3.4 Para-karate	36
2.3.4.1 <i>Discapacidad Visual</i>	36
2.3.4.2 <i>Síndrome de Down</i>	40
3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	41
3.1 Paradigma de Investigación	42
3.2 Tipo de Investigación	43
3.3 Diseño de la Investigación	43
3.4 Población	44
3.5 Muestra	44
3.6 Instrumentos de Recolección de Información	50
3.6.1 Batería de test para evaluar las capacidades físicas:	53
3.6.2 Evaluación fundamentos del karate	54
3.6.2.1 <i>Proceso de validación de matriz de evaluación</i>	54
3.6.2.2 <i>Evaluación Técnicas Básicas</i>	54
3.6.2.3 <i>Evaluación Kihon</i>	56
3.6.2.4 <i>Evaluación Kata</i>	57
4 ANÁLISIS DE RESULTADOS	58
4.1 Resultados Evaluación Técnica	58
4.2 Resultados Batería de Test	76
4.2.1 Comparación Batería Pre y Post Test	77
4.3 Resultados Matriz de Análisis individual por Modelo Didáctico	81

4.3.1 Resultados matriz de análisis individual de los participantes del modelo Theaching Game for Understanding	81
4.3.2 Resultados matriz de análisis individual de los participantes del Modelo Basado en la Técnica.	91
4.4 Resultados Matriz de Análisis por Modelo didáctico	100
4.4.1 Resultados Matriz de Análisis del Modelo Teaching Game for Understanding	100
4.4.2 Resultados Matriz de Análisis del Modelo Basado en la Técnica	104
4.5 Discusión de los resultados	107
5.1 CONCLUSIONES	108
5.2 Limitaciones del estudio.	109
Referencias	110
Anexos	115

**Lista de figuras**

Figura 1. Estructura del Marco Teórico	12
Figura 2. Esquema de TGfU de Thorpey Bunker (1986, traducido por Davís, 1992) citado por Hoyos (2012)	18
Figura 3. Componentes del modelo Sport Education. Traducido y tomado de Siedentop, Hastie y Mars, 2004	20
Figura 4. Niveles del modelo TPSR. Tomado de (Hellison, 1995)	21

**Lista de abreviaturas**

AV - Agudeza Visual

BFPT - Brockport Physical Fitness Test

DV - Discapacidad visual

EF - Educación Física

ESO - Educación Secundaria Obligatoria

ONCE - Organización Nacional de Ciegos Españoles

OMS - Organización Mundial de la salud

PcD – Personas con Discapacidad

SD – Síndrome de Down

TGfU – Teaching Game for Understanding

TPSR – Teaching Personal and Social Responsibility

UPN – Universidad Pedagógica Nacional

WKF – World Karate Federation

## Lista de Tablas

Tabla 1. Etapas desarrollo de liderazgo (de Tom Martinek y Don Hellison, 2009)	22
Tabla 2. Requisitos para el cambio de Kyu y Dan. Tomado de Nakayama (2006)	33
Tabla 3. Ficha Técnica del participante # 1	45
Tabla 4. Ficha Técnica del participante # 2	46
Tabla 5. Ficha Técnica del participante # 3	47
Tabla 6. Ficha Técnica del participante # 4	48
Tabla 7. Ficha Técnica del participante # 5	49
Tabla 8. Ficha Técnica del participante # 6	50
Tabla 9. Formato Diario de Campo	51
Tabla 10. Matriz de Análisis de Participantes	52
Tabla 11. Formato Matriz Análisis del Modelo	52
Tabla 12. Matriz de Evaluación de Técnicas Básicas	54
Tabla 13. Matriz de Evaluación del Kihon	56
Tabla 14. Matriz de Evaluación del Kata	57
Tabla 15. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 1	58
Tabla 16. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kihon. Participante # 1	60
Tabla 17. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kata. Participante # 1	61
Tabla 18. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 2	62
Tabla 19. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kihon. Participante # 2	64
Tabla 20. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kata. Participante # 2	65
Tabla 21. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 4	66
Tabla 22. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kihon. Participante # 4	68
Tabla 23. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kata. Participante # 4	68
Tabla 24. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Técnicas Básicas.	

Participante # 5	70
Tabla 25. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kihon.	
Participante # 5	71
Tabla 26. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kata.	
Participante # 5	72
Tabla 27. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Técnicas Básicas.	
Participante # 6	73
Tabla 28. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kihon.	
Participante # 6	74
Tabla 29. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kata.	
Participante # 6	75
Tabla 30. Datos de los Participantes de la Batería de Test	76
Tabla 31. Resultados Isometric Push Up	77
Tabla 32. Resultados Curl Up	78
Tabla 33. Resultados Trunk Lift	78
Tabla 34. Resultados Bench Press	79
Tabla 35. Resultados Extendend Arm Hang	80
Tabla 36. Resultados Shoulder Strecht	80
Tabla 37. Resultados Pacer	81
Tabla 38. Análisis Individual Participante # 1	82
Tabla 39. Análisis Individual Participante # 2	86
Tabla 40. Análisis Individual Participante # 3	89
Tabla 41. Análisis Individual Participante # 4	91
Tabla 42. Análisis Individual Participante # 5	94
Tabla 43. Análisis Individual Participante # 6	96
Tabla 44. Análisis del Modelo Teaching Game for Understanding	100
Tabla 45. Análisis del Modelo Basado en la Técnica	104

## INTRODUCCIÓN

El presente documento aborda un proceso de investigación realizado por estudiantes de la licenciatura en deporte de la Universidad Pedagógica Nacional, el cual se llevó a cabo en población con discapacidad visual y cognitiva. Dos ejes fundamentales del proyecto fueron los modelos didácticos utilizados en el deporte escolar y el Karate do como práctica deportiva. A continuación, el lector encontrará una guía en la que podrá visualizar los principales contenidos del escrito de manera ordenada y precisa.

En el primer capítulo, se ubican los antecedentes del tema de investigación. Allí, se resaltan los artículos académicos realizados por distintos autores que sirven como precedentes y referencias para el presente trabajo investigativo. Esta sección está conformada también por la descripción y justificación del problema y los objetivos del proyecto.

Los fundamentos teóricos tenidos en cuenta por los investigadores se localizarán en el segundo capítulo del documento. Aquí, se tratarán tres temas primordiales: Los diferentes modelos didácticos para la enseñanza del deporte escolar, el deporte escolar y el deporte escolar adaptado, el Karate y el Para – Karate haciendo énfasis en la discapacidad visual y cognitiva.

La tercera parte corresponderá a la metodología usada por el grupo investigador para llevar a cabo su trabajo de grado. Principalmente está conformada por el paradigma de investigación, el tipo y el diseño de la misma, la población que se intervino, los instrumentos de recolección de datos y las matrices de evaluación para el posterior análisis de resultados.

La tercera parte corresponderá a la metodología usada por el grupo investigador para llevar a cabo su trabajo de grado. Principalmente está conformada por el paradigma de investigación, el tipo y el diseño de la misma, la población que se intervino, los instrumentos de recolección de datos y las matrices de evaluación para el posterior análisis de resultados.

En el cuarto capítulo, el lector encontrará los resultados de cada una de las evaluaciones técnicas aplicadas a la población, además de los análisis de los diarios de campo teniendo en cuenta el modelo didáctico utilizado y la participación de cada niño a lo largo de las sesiones. De estos datos derivan las conclusiones de los investigadores las cuales se exponen en el capítulo final.

## CAPITULO I

### 1. Planteamientos Iniciales

#### 1.1 Antecedentes

El presente apartado se construyó bajo una búsqueda de estudios, realizada en las siguientes bases de datos: Scopus, Sport Discus, Web of Science. Lo anterior permitió una recolección de investigaciones las cuales se clasificarán en las siguientes categorías: la primera, *deportes para personas con discapacidad visual*; la segunda, *desarrollo motor en niños con discapacidad visual*; y la tercera, *modelos didácticos utilizados en los deportes de combate*.

##### 1.1.1 Deportes para personas con discapacidad visual y cognitiva

El trabajo realizado por Muñoz, Rodríguez, Collado, y León. (2016). Con título “Deporte de orientación para personas con discapacidad”. Tiene la finalidad de evaluar la relación entre las capacidades cognitivas y el sentido de orientación en personas con discapacidad intelectual, por medio actividades de la modalidad deportiva de orientación. Se realizó un plan de intervención con los sujetos en el que se entrenaron precisamente estas capacidades.

Después se realizó una prueba de orientación al comienzo de la intervención como un pre-test y tras varias sesiones de entrenamiento específico de la modalidad deportiva, los participantes realizaron el post test, donde se obtuvo como resultado, que las personas con discapacidad intelectual experimentan una mejora significativa en el rendimiento de la prueba de orientación adaptada.

El trabajo realizado por Bohórquez y Espejo (2018), invita a tener en cuenta la situación de las personas con discapacidad cognitiva, se requiere un entrenamiento que se ajuste en los procesos técnicos y tácticos, ya que su situación física puede llegar a ser mejor que una persona sin discapacidad cognitiva, pero teniendo certeza de su clasificación para poder estimularlos de la manera correcta y así sabiendo poder plantear objetivos claros, precisos y alcanzables. Adicionalmente, se debe tener en cuenta que existen diferentes categorías según la edad biológica de la persona, su afectación en el sistema nervioso central y posibles patologías asociadas.

El artículo titulado “Intereses y actitudes de las personas ciegas o con deficiencia visual por la actividad físico-deportiva, según la edad y el sexo” de Rodríguez y Guillén (2002), tiene como finalidad analizar el interés que las personas con discapacidad visual tienen hacia la práctica deportiva. Este estudio, se realizó bajo el método cuantitativo y empleó como instrumento un cuestionario elaborado “ad hoc”, que se aplicó a 130 sujetos entre ellos 79 hombres y 51 mujeres con un rango de edad entre 6 a 55 años.

El estudio encontró que 1) La población en condición de discapacidad visual está interesada en la práctica deportiva en un alto porcentaje, 2) Las artes marciales tienen un porcentaje de interés del 8,5% 3) Las personas en condición de discapacidad visual creen poder practicar artes marciales en un 33,8% 4) Un 6,9% de la población practica artes marciales, 5) Un 6,78% de la muestra le gustaría practicar artes marciales, 6) Los más jóvenes son los que tienen más interés o les gusta más el deporte.

En la misma vía, el artículo de Cajaraville (2003), “Unidad Didáctica: El goalball como contenido propio de la ESO”, pretende dar respuesta a las necesidades educativas de los estudiantes con discapacidad visual, argumenta las virtudes de aplicar una propuesta de una unidad didáctica para la práctica deportiva del goalball, que es un deporte exclusivamente para personas con discapacidad visual, desde allí se justifica dicha unidad, así como también se nombran los objetivos y contenidos (conceptuales, procedimentales, actitudinales) de la misma.

Este estudio se realizó desde el método cualitativo, utilizando instrumentos no estandarizados (registro de acontecimientos, fichas de autoevaluación y escalas de observación) utilizadas en medio y al finalizar las 7 sesiones que componían la unidad didáctica propuesta. Dentro de la población que se abordó, se encontraban personas con discapacidad visual y otra sin la discapacidad, pero simulando la discapacidad con oclusores. El documento concluye que; para poner en práctica la unidad didáctica es necesario contar con una población con cierto grado de madurez y una buena relación entre el profesor y el alumnado, debido a la responsabilidad que debe tener el colectivo en la práctica.

Otro artículo que va de la mano a esta categoría se titula “Práctica deportiva escolar con niños ciegos y de baja visión”, de Cabeza y Madariaga (2000), busca analizar y diagnosticar la situación del deporte escolar en niños ciegos o con discapacidad visual y las características del deporte escolar. Esta investigación, se fundamenta en un análisis documental y de contenidos recopilando estudios sobre el deporte escolar y los niños ciegos, además de lo anterior se

elaboraron instrumentos como cuestionarios y entrevistas estructuradas con el fin de recoger información para luego elaborar un análisis y diagnóstico de la realidad y por último se aplicó la técnica DAFO (debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades). Los resultados de esta investigación se desarrollan en varias categorías, entre ellas: la situación del deporte escolar, la percepción del tema de estudio por el profesor de educación física, las necesidades del estudiante con ceguera o visión baja.

Se puede concluir que en el tema del deporte escolar los docentes están bien preparados, pero el tiempo asignado es muy corto; en las actividades extraescolares hay muy baja participación de los estudiantes con discapacidad visual. Los profesores de educación física generalmente tienen 3 ejes de trabajo: juegos, deportes, actividades de educación física. Cuando hay un niño con ceguera se cuida la salud de este, las actividades grupales se ven influenciadas en mejoras en su trabajo y también se emplean ejercicios únicamente para él. Los niños con discapacidad visual participan activamente en grupos pequeños o por parejas, les gusta la clase de educación física, expresan que no sienten miedo como tal por la clase, pero si sienten un poco de desconfianza a posibles caídas o golpes dentro de la práctica deportiva. Por medio de la clase tienen vida social muy activa con los compañeros y con el profesor. Por último, se evidencia aceptación por parte de los niños con discapacidad visual y de los compañeros, sin dejar de lado el gusto por la clase, que está acompañado de motivación y participación activa.

Además, el artículo de Blanco y Huguet (2013), “Actividad del goalball. Recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación física a través del deporte”, trabaja tres objetivos: crear una herramienta educativa que facilite la inclusión de los alumnos con discapacidad visual, mediante la incorporación de un deporte específico como parte del currículo; dar a conocer el goalball como deporte; dar recursos a los alumnos para desarrollar actitudes de empatía hacia su compañero con discapacidad visual. Para esto, crearon una carpeta que incluía contenidos tales como introducción, recursos para confeccionar un antifaz de visión cero, resumen del reglamento, gestos técnicos en el goalball y situación de juego.

Como resultado, la carpeta de goalball fue difundida y llevada a la práctica con gran éxito en muchos centros educativos de Cataluña. Se ha llevado a la práctica en clases de EF con la colaboración de los profesores, y las valoraciones son muy positivas en todos los casos. También ha sido difundida a través de la web de la ONCE y de la web interna del Centro de

Recursos Educativos de la ONCE en Barcelona. La carpeta de goalball demostró ser un instrumento válido para favorecer la inclusión educativa del alumnado y para difundir el deporte adaptado.

Otro artículo que se ajusta a esta categoría es “El patinaje adaptado como estrategia de inclusión en niños con limitación visual”, realizado por Forero, y Muñoz, (2015), el cual busca revisar teóricamente programas adaptados y su eficiencia en los procesos deportivos para PcD visual, con el fin de proponer el patinaje como deporte adaptado. En una revisión bibliográfica sistemática, encontraron que existen varios deportes adaptados para niños invidentes, pero que el patinaje no se encuentra dentro de estos. Por esto, y teniendo en cuenta las características formativas de este deporte, concluyen que es posible proponer la eficiencia de un programa adaptado en el que se pueden obtener logros motrices en un tiempo determinado.

### **1.1.2 Desarrollo motor en niños con discapacidad visual y cognitiva**

El artículo de Gómez, Valero, y Gutiérrez, (2007) titulado “desarrollo e integración de los niños con discapacidad visual a través de unas jornadas lúdico deportivas recreativas”, se sustenta en el postulado de considerar que la actividad física es un elemento imprescindible para mejorar la calidad de vida y mantener la salud, describe la experiencia práctica realizada por 6 niños y 4 niñas, alumnos del albergue juvenil de la ciudad de Cazorla (España), quienes en su gran mayoría tenían una deficiencia visual con restos visuales, excepto uno que tenía una ceguera total y dos de ellos que eran familiares directos. El objetivo de este estudio era el de desarrollar sus capacidades motrices, cognitivas, afectivas y sociales, así como sensibilizar al resto de la población sobre los problemas y dificultades con las que se encuentran en su vida diaria. Para esto, realizaron un programa de actividades planificado para una semana en el que utilizaron las siguientes actividades: Gymkhana, cross de orientación, taller de goalball, taller de fútbol sala, taller de natación terapéutica y taller de atletismo.

Una de las conclusiones a las que llegan los autores es que no es preciso utilizar deportes estandarizados y regulados para hacer deporte inclusivo, ya que lo que es verdaderamente importante es la adaptación de actividades físico-deportivas corrientes a las diversas limitaciones, creando así situaciones lúdicas y divertidas donde las diferencias existentes, es decir la falta de visión, sea la primera regla del juego. Otra conclusión que expresan es que estas jornadas han contribuido a mejorar el desarrollo integral de los niños tanto videntes como invidentes, al tiempo que se han sensibilizado niños participantes, responsables de las actividades y personas del entorno sobre la problemática de las PcD visual.

En cuanto a la discapacidad intelectual o cognitiva, Arana (2017) en su trabajo sobre el desarrollo motor en esta población, expone que suelen manifestar inconvenientes en cuanto a “habilidades motrices básicas, esquema corporal, coordinación óculo manual, lateralidad y control visual motor” (p.225). Este autor cita a Llasera (1995) para resaltar que “los niveles de alteración de las conductas motrices son directamente proporcionales a los niveles cognitivos de cada individuo” (p.235) Su intención investigativa es desarrollar habilidades motoras gruesas y finas mediante actividades físicas.

El artículo “O desenvolvimento de crianças cegas e de crianças videntes” de Pontes, Coutinho, (2012), compara un grupo de personas con discapacidad visual que reciben continua estimulación y un grupo de niños videntes, el objetivo es analizar si en ambas poblaciones se pueden dar similitudes en su desarrollo, debido a que los niños con discapacidad visual tienen sus procesos madurativos más tardíos que los niños videntes. Como conclusiones se halló que el desempeño de los niños con discapacidad visual en comparación al de los niños videntes es más bajo en su dimensión social y en el desarrollo del lenguaje además que los niños videntes tienen un mejor desarrollo motor que los niños con limitación visual.

Por la misma línea se encontró el artículo titulado “Balance and motor coordination are not fully developed in 7 years old blind children” de Sanchez, Fukujima, Veloso, Andrade y Prado. (2004), En este estudio se realizaron test para determinar las fallas motoras en los niños con discapacidad visual, en especial el equilibrio. Como resultados se encontró que estos niños obtuvieron peores resultados en las pruebas de equilibrio estático, además el 75% de ellos no pudieron reproducir una forma de rombo.

Dentro de esta misma categoría también se encontró el siguiente artículo “La coordinación en el judo para discapacitados visuales. Exigencias técnicas” de Robert, Pérez y Estrada, (2019). Este estudio tiene como objetivo elaborar un sistema de ejercicios para mejorar la coordinación en el judo, para estudiantes de escuela con discapacidad visual. Se planteó un estudio cualitativo por medio de la observación con métodos de investigación tales como: analítico - sintético; inductivo-deductivo e histórico-lógico la observación, así mismo se utilizó la entrevista, la revisión documental y el criterio de especialistas.

Se plantearon una serie de ejercicios para mejorar 3 aspectos: 1. Estimular el nivel de autonomía física y psicológica de la PcD visual 2. Mejorar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones 3. Potenciar la socialización. Actividades de calentamiento: estiramientos y movilidad articular: Actividades fortalecedoras: sin implementos y con implementos.

Actividades para el equilibrio estático y dinámico estimulando los sistemas somatosensoriales, visuales y vestibular. Actividades respiratorias y de relajación muscular. Actividades de relajación muscular mediante juegos. Por medio del criterio de 10 de los 35 especialistas. Se obtuvieron resultados satisfactorios que demuestran la pertinencia y factibilidad del sistema de ejercicios en la coordinación en el Judo para PcD visuales en la categoría escolar.

### **1.1.3 Modelos didácticos utilizados en los deportes de combate.**

El artículo titulado “Deportes de combate: unidad didáctica en educación secundaria, desde una perspectiva contemporánea de enseñanza” realizado por Pérez, Hernández, Rodríguez y Sánchez, (2018), implementó los deportes de combate dentro de la educación física, como medio para fortalecer procesos de desarrollo, potenciar la autoconfianza, el bienestar y los valores. Lo anterior mediante la realización de 6 sesiones con una población de 10 a 14 años, utilizando como estrategia metodológica en la unidad didáctica los modelos contemporáneos de enseñanza de los deportes que centra en el aprendizaje. Así mismo se hizo una caracterización desde las teorías de Piaget de los alumnos.

Se utilizaron los deportes de combate como un elemento didáctico, por ser una de las actividades con mayor contacto personal, que puede ayudar a mejorar el conocimiento de las habilidades y patrones de movimiento especialmente en situaciones inestables, y por lo tanto formar integralmente a los alumnos. Se pudo concluir que por medio de la unidad didáctica se demuestra una manera lúdica de enseñar deportes de combate y se brinda la oportunidad de que los niños lo practiquen de manera libre.

Por la misma línea se encontró el artículo titulado “Propuesta de Unidad Didáctica de deportes de combate para el alumnado de Educación Secundaria, basada en el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva desde una perspectiva horizontal” de Piñón, (2015). Dentro de la metodología primero se define el judo como primer deporte de intervención en las dos primeras clases debido a su ejecución cuerpo a cuerpo. En la tercera y cuarta clase se deja el Kick Boxing porque no implica una fuerza de combate. En la quinta Karate, por buscar una perfección del practicante como método de autodefensa. Por último, se realizó la sesión octava y novena con esgrima. Este estudio busco una similitud entre judo, kick boxing, karate y esgrima por tal motivo se realizó una descripción de cada sesión de clase, teniendo en cuenta que en cada una se realiza un deporte diferente (2 clases por cada deporte), la población que se usó como muestra fueron estudiantes de secundaria. Como conclusión del estudio se encontró que el estilo mando directo es necesario para el aprendizaje técnico de algunos ejercicios,

teniendo en cuenta que no hace parte del Modelo Comprensivo que ha sido el usado en la propuesta formulada.

También el estudio de Álamo, Amador, Dopico, Iglesias, (2011), “Modelos de enseñanza en la iniciación deportiva y el deporte escolar. Estudio comparativo en judo”, contrasta tres modelos de enseñanza (Basado en la técnica, estructural y tradicional), con el propósito de demostrar qué modelo favorece más la enseñanza-aprendizaje de la iniciación del judo. Se aplicó el estudio a 106 estudiantes, quienes respondieron un cuestionario con preguntas abiertas en relación su conexión con los deportes de lucha, y su conocimiento del Judo.

En el proceso de intervención, se enseñaron las técnicas; derribar e inmovilizar en el ataque, (control del oponente, desequilibrar); evitar las acciones del oponente para derribar e inmovilizar en la defensa. Por último, se evaluó por medio de la observación, al final de las prácticas teniendo en cuenta factores técnicos y tácticos del Judo. Como resultados se determinó que: 1) El modelo óptimo de aprendizaje parece que es el modelo basado en la técnica. 2) El modelo menos efectivo en términos de aprendizaje parece que es el modelo tradicional. Si se estableciera un ranking de mayor a menor efectividad en la enseñanza sería: Modelo basado en la técnica, Modelo estructural y Modelo tradicional.

## **1.2 Descripción problemática**

Se puede evidenciar que alrededor del Karate Do, se han realizado muy pocas investigaciones con personas que presentan discapacidad visual. Que permitan observar, estudiar y analizar la manera en que los maestros y/o entrenadores enseñan, o la forma en la que los estudiantes aprenden esta disciplina deportiva.

En cuanto a la discapacidad cognitiva y el Karate Do si se encuentran muchas más investigaciones al respecto, sin embargo, no es claro que modelo didáctico usan en sus intervenciones para llevarlos a cabo. Se destacan algunas acciones metodológicas u orientaciones específicas utilizadas, pero no dentro de un programa con una metodología a seguir.

Puede verse entonces que, aunque no hay un modelo especializado en la enseñanza de esta modalidad deportiva para personas con discapacidad visual y cognitiva, las actividades y ejercicios con los que se suele intervenir, se acercan más a las características del modelo

didáctico basado en la técnica. Además, otros programas se enfocan en generar un proceso de sensibilización e inclusión

Hay que tener en cuenta también que las capacidades y habilidades de las personas con discapacidad visual dependen de la razón u origen de su condición, debido a que no es lo mismo una limitación congénita a una adquirida; y de las personas con discapacidad cognitiva, dependen del nivel de la deficiencia. Por esto, es necesario que los métodos que se usen en la enseñanza del Karate Do para esta población permitan individualizar el proceso de formación, pero sin afectar el de interacción o socialización.

Como se puede ver, el Karate Do para niños escolares con discapacidad visual y cognitiva es un campo de acción pedagógica relativamente nuevo, por lo que se debe estudiar de forma detallada qué didácticas son las más apropiadas para lograr un proceso de enseñanza – aprendizaje óptimo, que permita la realización de los gestos técnicos y la consecución de objetivos motrices requeridas para esta disciplina deportiva.

Las anteriores dificultades, evidencian una carencia de la enseñanza y de la práctica deportiva del Karate Do con este tipo de población (escolares con discapacidad visual y cognitiva). Estas problemáticas encontradas y presentadas sirven como punto de referencia para comenzar a trabajar en una propuesta pedagógica que aporte al campo de la discapacidad visual, cognitiva y el deporte en la escuela.

### **1.3 Justificación**

La conceptualización realizada dentro de los espacios académicos del programa de la Licenciatura en Deporte de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) y su respectiva profundización en el ámbito escolar, han direccionado el presente trabajo a comparar dos modelos didácticos aplicados al proceso de enseñanza-aprendizaje del Karate Do en una población con discapacidad (PcD) visual, y cognitiva que se desarrollen en espacios extracurriculares.

La necesidad de enseñar Karate Do a PcD visual y cognitiva a nivel general surge de la gran acogida mundial de los Juegos Paralímpicos a partir de la década de 1960 y como desde allí se han venido desarrollando procesos de adaptación de los deportes convencionales, para que puedan ser practicados por PcD visual o cognitiva. (fútbol 5, parakarate) así como nuevas prácticas deportivas exclusivas para PcD visual (goolball).

Para este grupo de investigación, la necesidad surge debido a experiencias previas que se desarrollan en el contexto del deporte universitario. Dentro del equipo representativo de la UPN, en la modalidad de Karate Do en el año 2019, se incorpora un estudiante con discapacidad visual por iniciativa propia, este acontecimiento genera la necesidad de enseñarle un deporte de combate a una PcD.

Como se expuso con anterioridad, la falta de investigación teórica que existe actualmente no permite identificar un modelo didáctico, específico para la enseñanza del Karate Do con dicha población, por lo cual, se busca aportar los primeros pasos para la apertura de futuras investigaciones que ayuden a la formulación de modelos enfocados en el proceso de enseñanza-aprendizaje, teniendo en cuenta que la población con discapacidad visual y cognitiva cuenta con necesidades específicas y por ende, los profesores encargados de dirigir estos procesos deben estar preparados para una reflexión y acción constantes que permitan analizar el progreso que se ha generado.

Por lo anterior, vemos la necesidad de enseñar Karate Do a niños escolares con discapacidad visual y cognitiva, por medio de la utilización de dos modelos didácticos especializados en la enseñanza del deporte, a partir de la revisión teórica de los modelos didácticos y desde el conocimiento previo de las habilidades y deficiencias motrices, cognitivas y sociales de esta población.

En el proceso, se hará una caracterización de los niños a los que se les enseñará Karate Do, por medio de los modelos didácticos aplicados, con el objetivo de individualizar sus actitudes, capacidades y habilidades, y así, poder medir y evaluar de una forma más eficiente, su desarrollo a lo largo y al final de las sesiones.

Por último, esta propuesta aporta al campo del Deporte en escolares de manera significativa, al incentivar la inclusión y el fomento de las prácticas deportivas para la población con discapacidad. Además, permitirá conocer debilidades y fortalezas de cada uno de los modelos propuestos y aplicados. Como licenciados en deporte, nuestra área de acción, reflexión e investigación debe estar direccionada a diferentes tipos de población y a sus diversas necesidades y capacidades.

## **1.4 Objetivo general**

Determinar cuál de los dos modelos didácticos (Teaching Game for Understanding y Basado en la Técnica) favorece en mayor medida el proceso de enseñanza aprendizaje de técnicas básicas del Karate Do en escolares con discapacidad visual y cognitiva.

## **1.5 Objetivos específicos**

- Diseñar y aplicar dos programas para la enseñanza del Karate Do a población escolar con discapacidad visual y cognitiva.
- Evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje obtenido durante las sesiones de clase.
- Determinar las fortalezas y debilidades de cada modelo didáctico al finalizar las sesiones.

## **CAPITULO II**

### **2 Marco Teórico**

A través del tiempo se han generado diferentes formas o mecanismos de enseñar y aprender actividades relacionadas con el deporte y la actividad física; éstas se han ido transformando de tal manera que se ha hecho necesario un estudio teórico-práctico más detallado, lo que ha dado como resultado la construcción de modelos por parte de profesores e investigadores quienes se han interesado en la pedagogía y la didáctica del movimiento. Estos modelos, según la revisión bibliográfica, han sido denominados modelos de enseñanza, modelos didácticos y estilos de enseñanza; cada uno de estos depende de las consideraciones que tenga cada autor.

Dentro de los avances y registros de los modelos de enseñanza deportiva propuestos en la escuela, no se expone a que tipos de poblaciones son posibles aplicar dichas estructuras; lo que ha generado la duda de cuál es el modelo correcto para poblaciones con algún tipo de discapacidad, teniendo en cuenta que la solución ante este inconveniente es la adaptación de modelos por medio de juegos modificados según la necesidad de la población a intervenir.

Por otro lado, con relación a la práctica de deportes por parte de las personas con discapacidad, ha surgido la necesidad de crear deportes pensados y diseñados de acuerdo con las necesidades especiales de los individuos, tales como el Goalball para la población con

discapacidad visual y Boccia para la población con discapacidad motora, al igual que se han adaptado disciplinas deportivas con el fin de generar procesos de inclusión como por ejemplo en el fútbol, el atletismo y la natación.

El Karate Do al igual que los deportes mencionados anteriormente, ha sido adaptado para ser practicado por usuarios de silla de ruedas, personas con discapacidad visual y cognitiva en la modalidad de *Kata*. De esta manera, se plantean una serie de reglas que tienen como objetivo la justa competencia. Como consecuencia de las anteriores modificaciones, ha surgido el Parakarate desde el año 2006 a cargo de la Federación Mundial de Karate (WKF), quien se ha encargado de plantear normativas con el fin de organizar y gestionar la clasificación deportiva de tal manera que los deportistas se enfrenten con los mismos niveles funcionales según su discapacidad.

La revisión teórica que se presentará a continuación tiene como finalidad ampliar el conocimiento de las categorías expuestas en el siguiente esquema (véase Figura 1).



Figura 1. Estructura del Marco Teórico.

## 2.1 Modelos Didácticos

A lo largo del tiempo el ser humano ha intentado entender cuál es la mejor manera de aprender y enseñar, lo que llevó a que surgieran en un principio dos enfoques fundamentales

como lo son el empirismo y el racionalismo. Estas dos escuelas han tenido a través de la historia adeptos y críticos que han expresado sus ideas a través de la filosofía, la psicología y la ciencia; en cada una de estas disciplinas se han creado modelos basados en la interpretación y el estudio que hacen de la realidad, como lo describe Flórez (1994), el modelo es “un instrumento analítico para describir, organizar e inteligir la multiplicidad presente y futura, la mutabilidad, la diversidad, la accidentalidad y contingencias fácticas que tanto han preocupado al hombre desde siempre” (p. 160).

La pedagogía no ha sido ajena a este proceso histórico, por lo que, también en ésta se han construido y utilizado modelos según Flórez (1994), con el propósito de “reglamentar y normativizar el proceso educativo, definiendo ante todo que se debería enseñar, a quienes, con que procedimientos, a qué horas, bajo que reglamento disciplinario para moldear ciertas cualidades y virtudes de los alumnos” (p.161).

El término modelo en el ámbito educativo es muy importante para poner en práctica las teorías que se han desarrollado a través de la historia de la pedagogía, en este orden de ideas Bautista (2001), lo define como “una herramienta conceptual para entender mejor un evento; es la presentación del conjunto de relaciones que describen un fenómeno” (p.39). Así mismo es fundamental para el educador comprender el concepto de modelo en términos prácticos ya que como lo afirma el mismo autor “El modelo permite organizar y planear, de manera casi exacta, las actividades, los contenidos y las tareas a enseñar, así como una metodología accesible y sistémica” (Bautista, 2001, p.40).

Antes de hablar de modelos didácticos es necesario abordar el concepto de didáctica la cuál, a través de su historia ha girado en torno a la actividad instructiva, ya que ha sido considerada como el arte de enseñar, de transmitir conocimientos, pero gracias a la transformación del concepto de hombre y el desarrollo científico, se fueron implementando otras bases teóricas como la sociología, la psicología y la biología del sujeto, lo que dio paso a replantearse la idea de cómo aprenden los individuos teniendo en cuenta factores emocionales, neurológicos y contextuales. Así mismo la didáctica ha pasado a ser considerada propiamente una disciplina científica en el ámbito educativo a tal punto de llegar a una sistematización de los estudios didácticos (Ríos, 2003).

Según Civarolo (2008), la noción de didáctica también estaba subordinada en la antigüedad y en la Edad Media por la pedagogía bajo el nombre de ‘metodología pedagógica’ y es en el siglo XVII, cuando gracias a Comenio empieza a adquirir una identidad. Sin embargo,

también aclara que, a pesar de su evolución se hace imposible dejar de analizarla desde una perspectiva pedagógica y que definirla como una simple técnica o procedimiento sería algo equivocado y acrecentaría aún más el problema al tratar de conceptualizarla.

En esta intención de definirla, varios autores coinciden o relacionan el concepto de didáctica con la acción de aprender, pero Ortiz (2014), resalta que no debe simplificarse a un simple acto mecanicista, sino que debe tener un sentido asociado a “la magnitud de fuerzas que intervienen entre el sujeto y su mundo y que se movilizan en el acto de educar, como principios, saberes y normas socialmente construidas” (p.77).

Por último y considerando lo expuesto por Ríos (2003), la didáctica planteada para personas con discapacidad, denominada ‘Didáctica Diferencial’, es una propuesta llena de discusión, en torno a si realmente existe otro tipo de didáctica para el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta población, pero se evidencia una clara y fuerte contraposición en torno a que el proceso de enseñanza y aprendizaje se rigen por las mismas leyes, además de que el proceso de aprendizaje no es distinto, sin importar el tipo de discapacidad.

En cuanto al modelo didáctico Ortiz (2013), lo plantea como:

Una construcción teórico formal que basada en supuestos científicos e ideológicos pretende interpretar la realidad escolar y dirigirla hacia determinados fines educativos (...) Está integrado por el conjunto de estrategias y normas propuestas por pedagogos para organizar y dirigir el proceso educativo. En dicho modelo se determina el qué, por qué, para qué, cómo, dónde, cuándo, para quién, con quién, y con qué se debe desarrollar el proceso de enseñanza-aprendizaje (p.44).

Por su parte Picado (2006), sostiene que un modelo didáctico “es un esquema mediador entre la teoría y la práctica pedagógica. En términos específicos, cada modelo responde a supuestos teóricos propiamente didácticos, según el contexto y las necesidades requeridas en el momento de la enseñanza” (p.115). Así mismo Metzler (2000), menciona que los modelos didácticos no solo abordan la didáctica utilizada para la enseñanza, debido a que cada uno de los modelos didácticos se fundamentan en una o más teorías de aprendizaje, que estructuran la base de todos los componentes del modelo.

Como puede evidenciarse, hay ciertas similitudes e interdependencias epistemológicas y estructurales entre modelos didácticos y pedagógicos, pero más allá de estas, es fundamental para este trabajo investigativo, entender su origen, trascendencia y utilización en el ámbito

deportivo. En consecuencia, se abordará el tema de modelos de enseñanza, modelos de instrucción o modelos didácticos en el deporte teniendo en cuenta el contexto escolar.

### **2.1.1 Modelos didácticos para la enseñanza del deporte Escolar**

Según Metzler (2000), la educación física fue la disciplina por medio de la cual el deporte se fue abriendo un camino en el ámbito educativo, hasta convertirse en el fenómeno moderno que es en la actualidad. Los juegos deportivos fueron empleados por muchos profesores como una manera novedosa de enseñar el movimiento y la corporalidad. Además, personajes como Thomas Arnold en el siglo XIX vieron en este un medio para educar a los niños en valores de la época, lo que llevó a que otras instituciones y otros países replicaran este modelo.

En un principio, los profesores de educación física se limitaban a dar unas instrucciones y los estudiantes a seguirlas. Además, la mayoría de las actividades tenían el mismo enfoque sin importar el contexto o el nivel motor del niño, por lo que, a partir de 1960, los educadores físicos empezaron a utilizar otras estrategias y estilos que Muska Mosston recogería años más tarde como estilos de enseñanza; en 1972 Joyce y Weill hablarían de modelos de enseñanza. Ya en los años ochenta, los profesores desarrollaron todo un repertorio de acciones y decisiones innovadoras que repercutían en el nivel de aprendizaje de sus alumnos (Metzler, 2000).

Teniendo en cuenta el concepto de modelo didáctico planteado por los anteriores autores, se puede inferir que coinciden en dar importancia a aquello que se desea enseñar previamente y al contexto en el que se encuentre el estudiante y al rol del educador. Después de esto, según su conocimiento e intención, el docente o entrenador escogerá que modelo o modelos didácticos son los apropiados para la práctica deportiva a realizar. En el caso del deporte, los factores determinantes para realizar esta acción, podrían ser el tipo de deporte, la edad del niño, su nivel de destreza y su desarrollo en todas sus áreas.

Abordando el planteamiento realizado por Blázquez (1999), respecto a los modelos didácticos usados en el ámbito deportivo se evidenciaron claramente dos grupos, los modelos basados en la técnica y los modelos alternativos. Así mismo se plantea una diferencia que según Blázquez (1999) “se encuentra en los modos de implicar a los sujetos y el tipo y grado de aprendizaje que se desea” (p.255), resaltando la priorización de un modelo didáctico según las necesidades que se encuentren en el contexto de enseñanza-aprendizaje y los objetivos planteados por el educador.

### **2.1.2 Modelos basados en la técnica para la enseñanza del deporte escolar**

A partir de lo expuesto por Hoyos (2012) “Estos modelos se fundamentan en las teorías del aprendizaje motor desarrolladas desde la psicología conductista” (p.101), estas teorías plantean como objetivo moldear ciertas cualidades y virtudes en los alumnos además de estar ligado a la instrucción y memorización de patrones. Este modelo didáctico a nivel general es usado por entrenadores que se guían por su experiencia e intuición además de no contar con una formación en las ciencias del deporte lo cual lleva a la imitación del proceso de enseñanza que utilizaron en ellos ya fuera en su niñez o en su vida deportiva (Blázquez, 1999).

Así mismo y refiriéndose a las dinámicas de los modelos basados en la técnica Blázquez (1999), indica que “La manera de proceder es muy empírica, es decir, fundado en la mera practica o rutina. Actúan bajo la búsqueda del resultado eficaz o del dominio de las habilidades por parte del sujeto” (p.256). Teniendo en cuenta lo anterior, los modelos basados en la técnica tienen la característica de fundamentar al estudiante en una técnica deportiva que luego pasará a aplicarse a una situación de juego. Para ello se debe comenzar desde lo más elemental para así lograr un gesto técnico adecuado y así mismo favorecer el aprendizaje de la técnica y su aplicación.

Blázquez (1999), afirma que los modelos basados en la técnica dentro de su estructura poseen un orden jerárquico en la forma de presentar los ejercicios técnicos y actividades a los estudiantes. Por lo cual, se debe comenzar con las tareas de técnicas básicas, que a pesar de ser consideradas las más sencillas, son indispensables como base para un buen proceso de enseñanza. Luego de lograr la correcta ejecución de patrones básicos se debe proseguir con la siguiente fase, que trata de realizar técnicas con mayor complejidad y de manera progresiva para así llegar a las actividades más avanzadas, todo esto en busca de conseguir la automatización del gesto técnico.

De esta manera, este es un modelo que ayuda en gran escala al desarrollo de capacidades técnicas elaboradas comenzando desde un nivel cero, descomponiendo el gesto en partes, para finalmente terminar en la práctica global deportiva.

### **2.1.3 Modelos Alternativos para la enseñanza del deporte escolar**

Los modelos alternativos se caracterizan por no fundamentarse en las teorías del aprendizaje conductista, un ejemplo de ello es el ‘Tactical Games Model’ que según Metzler (2000), se fundamenta así no sea explícitamente en el constructivismo que es una teoría de aprendizaje cognitivo.

A partir de lo anterior y teniendo en cuenta lo mencionado por Hoyos (2012), los modelos didácticos alternativos surgen gracias a la búsqueda de modelos apropiados que favorezcan la enseñanza del deporte a niños y jóvenes debido la alta deserción deportiva por parte de esta población, quienes al parecer solían aburrirse en sus clases al tratarse únicamente las prácticas centradas en el aprendizaje de la técnica durante toda la sesión, mediante los modelos basados en la teoría del aprendizaje conductista. Así mismo Valero (2005), afirma que:

Como reacción ante este tipo de propuestas metodológicas, surgieron trabajos en Alemania, Francia, España, Inglaterra (...) que pretendían realizar una iniciación deportiva recurriendo a las formas jugadas, a los principios de juego y a los juegos predeportivos, como alternativa a la enseñanza tradicionalista reinante en las escuelas deportivas (p.59).

De allí se decide generar nuevos modelos que despierten un mayor interés en los niños y jóvenes; produciendo diversos espacios de enseñanza y aprendizaje y que gracias a ello logren identificar formas por medio de las cuales el niño aprenda. Entendiendo el contexto y el espacio en el que se desarrollan las nuevas generaciones se pretende ampliar el aprendizaje sobre este gran campo de estudio en el que se comprende la enseñanza del deporte. De entre todos los modelos alternativos para este trabajo se destacan los desarrollados por Thorpe y Bunker; Siedentop; Martinek y Hellison que serán caracterizados a continuación:

### ***2.1.3.1 Teaching Game for Understanding Model***

El modelo Teaching game for Understanding (TGfU) fue creado por Thorpe y Bunker en 1982 como una alternativa al modelo tradicional tal como lo afirma Hoyos (2012), este modelo “se desarrolló a partir de posturas críticas frente a los modelos tradicionales que, a juicio de algunos teóricos de la época, resultaban poco motivantes para la mayoría de los niños por dar excesiva relevancia al aprendizaje de las técnicas” (p.110).

De igual manera Kirk y MacPhail (2002), observaron que en la enseñanza y el entrenamiento de los juegos predominaba el desarrollo técnico dentro de las sesiones. Así mismo, se dieron cuenta que a la técnica se le dedicaba el mayor tiempo de la sesión y de las clases en general, mientras que al juego se le dejaba muy poco. Como resultado, los estudiantes no podían aplicar las técnicas aprendidas o hacer una transferencia de éstas a la hora de jugar.

Por su parte el Tactical Games Model (que es el precursor del modelo TGfU), según Metzler (2000) evolucionó de la conceptualización británica de los juegos de enseñanza de

Thorpe y Bunker, quienes creían que los programas de educación física deberían intentar enseñar los principios fundamentales de los juegos de tal manera que su estructura y táctica fueran realmente comprendidas por los alumnos.

La respuesta de los precursores de este modelo a ese problema fue el desarrollo de un enfoque alternativo que ayudara a los jugadores a aprender la táctica y la estrategia del juego en conjunto con el desarrollo de la técnica. Lo anterior, por medio de juegos modificados que se adaptaban al nivel de desarrollo del estudiante y cuando éste, adquiría o mejoraba su nivel, se hacía necesario modificar de nuevo el juego teniendo en cuenta su habilidad (Kirk, y MacPhail, 2002). Según Almond (1986), citado por Metzler (2000), todos los juegos deportivos enseñados en la educación física podían ser clasificados según sus atributos comunes en cuatro tipos: Invasión, Net/Wall, Fielding/run-scoring y Target.

El modelo comprensivo está basado en seis componentes representados en el siguiente mapa traducida por Devis (1992) y tomada de Hoyos (2012), (véase Figura 2)

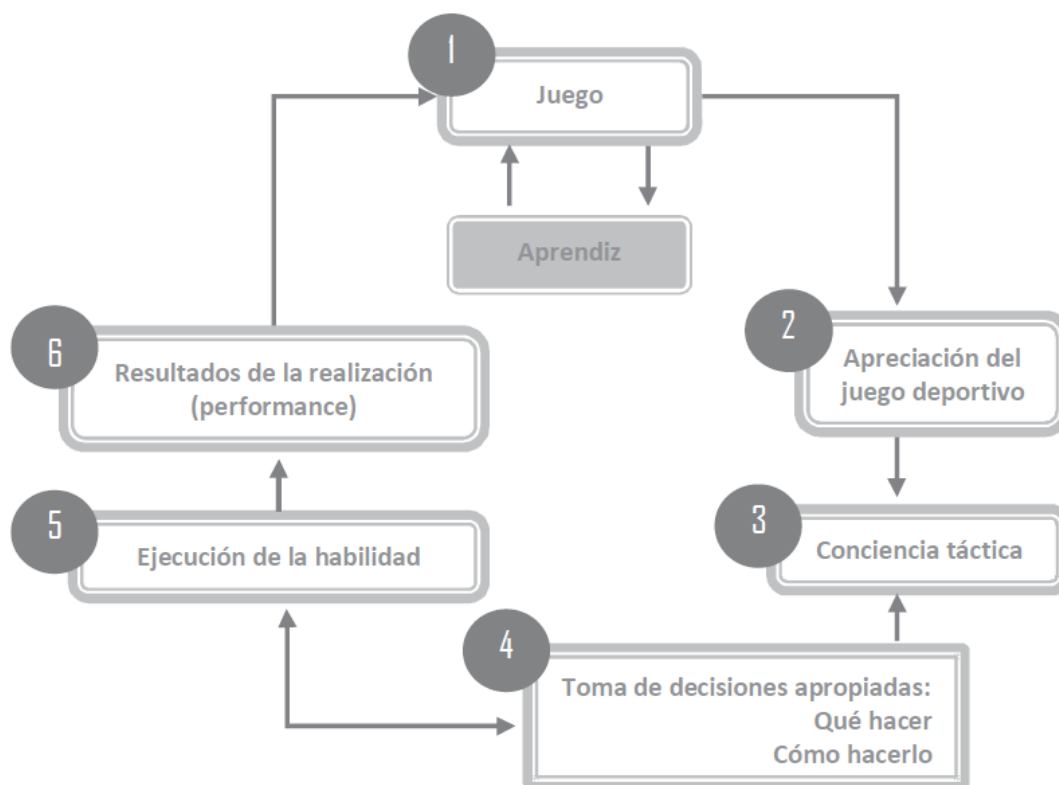


Figura 2. Esquema de TGfU de Thorpey Bunker (1986, traducido por Davis, 1992) citado por Hoyos (2012)

Estos componentes son explicados por Metzler (2000), de la siguiente manera: El paso 1 es una introducción al juego, incluyendo su clasificación y una visión general de cómo se

juega. El paso 2 sirve para promover en el estudiante el interés en el juego enseñando a los estudiantes su historia y sus tradiciones. El paso 3 desarrolla la conciencia táctica del estudiante presentando los mayores problemas tácticos dentro del juego. El paso 4 usa los juegos como actividades de enseñanza que les enseñan a los estudiantes a reconocer cuando y como aplicar el conocimiento táctico. El paso 5 comienza a combinar el conocimiento táctico con la ejecución de habilidades, otra vez por medio de juegos. En el paso 6 los estudiantes desarrollan un competente desempeño de la habilidad basado en la anterior combinación. Cómo se puede ver el aprendizaje de destrezas técnicas no se da sino hasta el paso 5, el cual suele ser el primer paso en muchos enfoques tradicionales que enseñan estos juegos en la educación física.

### ***2.1.3.2 Sport Education Model***

Este modelo se fundamenta según Metzler (2000), en reconocer al deporte como una forma de juego aceptada y así mismo valiosa para la sociedad, que es capaz de infundir en las personas el valor del esfuerzo humano, tal como otras formas de juego: la música, el arte, el teatro entre otras. Por esto se hace indispensable que el deporte se transmita como cultura deportiva a las nuevas generaciones de manera amplia, educativa e igualitaria a través de la educación en la escuela.

Por ello se le denomina Educación Deportiva, a este modelo desarrollado por Daryl Siedentop a inicios de la década de 1980 como resultado de sus observaciones a la enseñanza de los deportes en las clases de educación física. Se dio cuenta que en las unidades o sesiones se trabajaban los ejercicios de habilidad de manera aislada y la calidad de los juegos al finalizar la clase eran precarios. Esto hizo que los estudiantes menos hábiles fueran excluidos por los jugadores que tenían mejores habilidades (Siedentop, Hastie y Mars, 2004).

Por las anteriores razones se crea este modelo. Su intención es ayudar a todos los estudiantes para que estén entusiasmados y comprometidos a hacer lo mejor por ellos mismos y por su equipo. A través del siguiente esquema traducido del esquema original de (Siedentop, Hastie y Mars, 2004), en el cual Siedentop explica los principales componentes de este modelo (véase Figura 3).

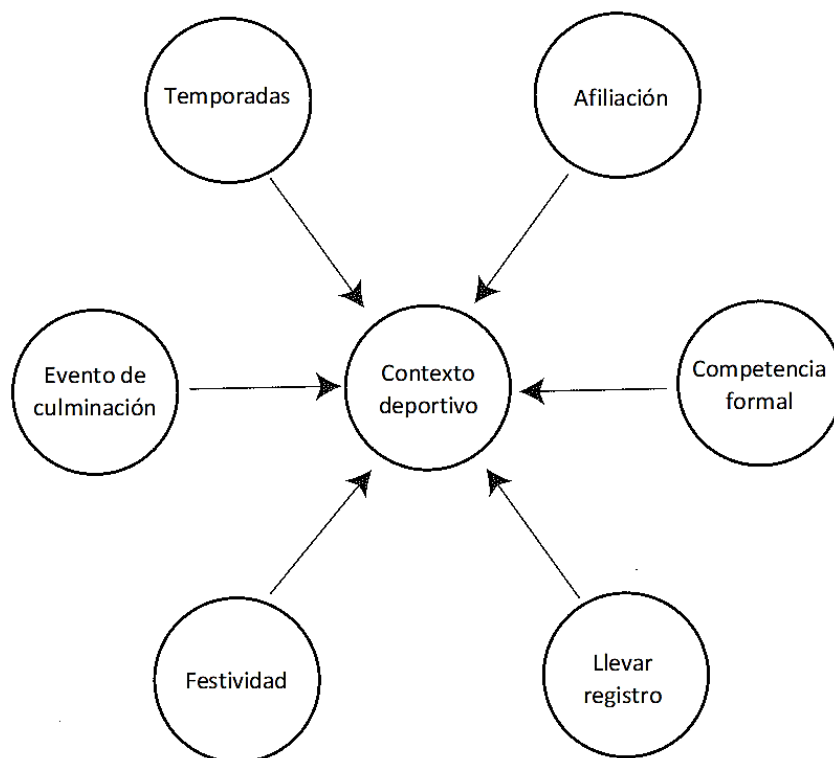


Figura 3. Componentes del modelo Sport Education. Traducido y tomado de Siedentop, Hastie y Mars, 2004

Según Siedentop, Hastie y Mars (2004), el deporte se lleva a cabo a través de temporadas; su larga duración permite que las experiencias puedan ser significativas, este componente está formada por la práctica y la competición que se lleva a cabo a través de diferentes formatos (dual meet, round robin, league schedules). En el componente de afiliación, los estudiantes son miembros de sus equipos y conservan esta membresía hasta que finalice la temporada. Esto ayuda a que los estudiantes trabajen juntos y con objetivos comunes por medio de la asignación de roles dentro del equipo. Esto conlleva no solo a un sentido de pertenencia y responsabilidad, sino que también contribuye al éxito grupal e individual.

El evento culminante indica la competición entre varios equipos al final de la temporada; allí no solo se premia a los mejores equipos sino el éxito del proceso de todos los jugadores. El mantenimiento de registros provee y ayuda a la retroalimentación para los jugadores y el equipo en general. Por último, la festividad del deporte provee excitación y significado a los participantes.

### ***2.1.3.3 The Teaching Personal and Social Responsibility Model***

El presente modelo surge luego de evidenciar que los jóvenes se enfrentan a diversos desafíos a nivel personal, académico, social, y económico, así mismo, es claro que cada uno

tiene una realidad diferente y de esta manera es posible entender que muchos de ellos quedan en una zona marginada, es decir, que están expuestos a distintas problemáticas como lo son; las drogas, pandillas, embarazos no deseados y crímenes. Por ello, en el año 1983 se crea el modelo Responsabilidad social y personal (TPSR), al comprender que las prácticas deportivas fomentan hábitos saludables y entornos seguros para los jóvenes y niños. (Martinek y Hellison, 2009).

El creador de este modelo Donald Hellison, afirma que dentro de los objetivos de la educación física tradicional se ignoran los desafíos (por los que pasa una persona en su niñez y adolescencia) anteriormente mencionados, debido a que se enfocan en la adquisición de habilidades deportivas y los hábitos de vida saludable. Además de esto los profesores asumen que los valores como la responsabilidad se configuraban en el sujeto solo con la práctica de la actividad deportiva, por tal motivo Hellison constituye este modelo, con el fin de prestar mucha más atención al desarrollo de la auto responsabilidad y el auto control por parte del estudiante, mientras se involucran en la práctica deportiva. (Hellison, 1985). El modelo TPSR según Hellison (1995), está constituido por niveles que son progresivos y acumulativos, en este orden de ideas cada vez que se pase a un nuevo nivel se abarcaran los diferentes contenidos de los anteriores niveles (véase figura 4). Figura traducida y tomada de: (Hellison, 1995).

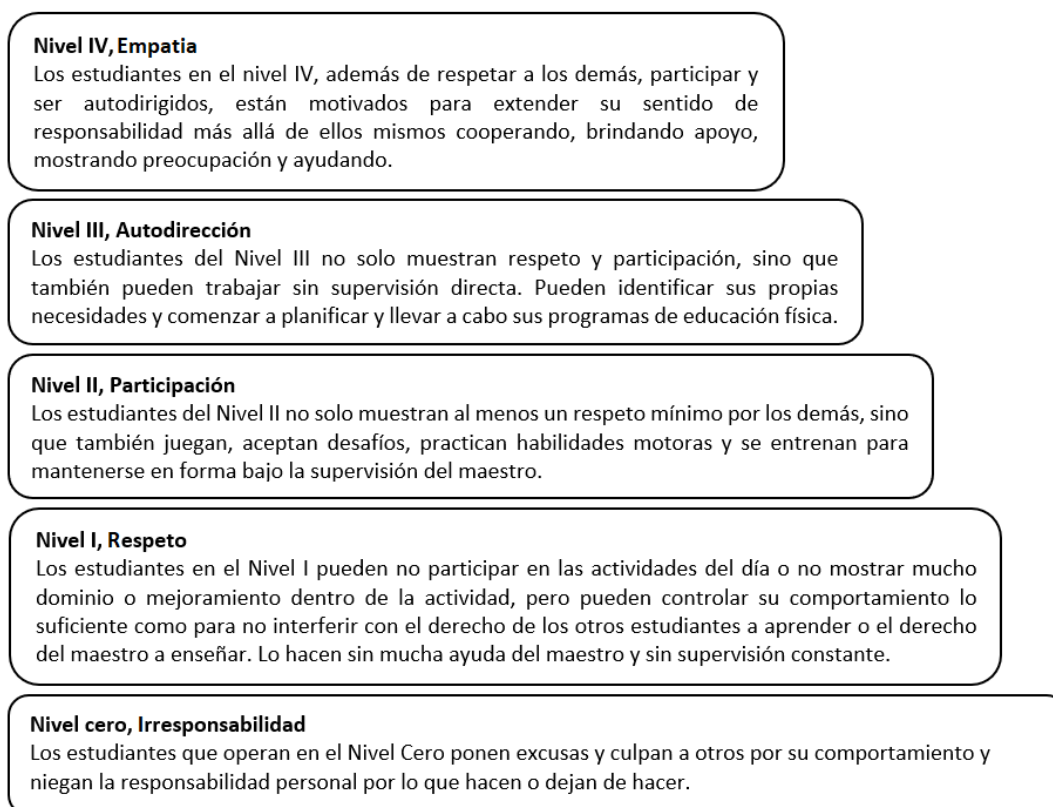


Figura 4. Niveles del modelo TPSR. Tomado de (Hellison, 1995).

Además de estar constituido por niveles el modelo TPSR también está integrado por etapas para el desarrollo de los valores, un ejemplo de ello es la traducción de la tabla 1 diseñada por (Martinek y Hellison, 2009), en donde se exponen lo siguiente:

<i>Etapas</i>	<i>Descripción</i>
Primera etapa – Aprendiendo a tomar responsabilidad	Los estudiantes aprenden a respetar a otros, participan y perseveran, son jugadores de un equipo, llegan a ser más autónomos y comienzan a explorar el rol de líderes.
Segunda etapa – Conciencia de liderazgo	Los estudiantes comienzan a verse como líderes y a pensar en mayores responsabilidades de liderazgo.
Tercera etapa – Liderazgo entre edades	Los estudiantes están listos para enseñar actividades físicas y valores de responsabilidad a niños más jóvenes.
Cuarta etapa – Liderazgo auto actualizado	Los estudiantes están listos para oportunidades “afuera del gimnasio” para ayudarlos a reflejar más intereses personales y posibles futuros.

En la primera etapa (Aprendiendo a tomar responsabilidad), los niños tienen diversas habilidades y valores que desarrollar, con el objetivo de aprender a compartir percepciones e ideas que permiten tener mejoras en el grupo, ayudando a hacer un lugar mejor para todos los participantes. A nivel personal, necesitan aprender la importancia del esfuerzo para tener éxito en los objetivos personales y grupales que se tracen. Esta serie de habilidades y valores permite aprender a respetar a otros, participar, perseverar, ser jugador de equipo y apoyar o ayudar apropiadamente a otros (Martinek y Hellison, 2009).

Pasando a la Segunda etapa (Conciencia de liderazgo), todos los jóvenes en algún momento de su vida han pensado en ayudar a otra persona, permitiendo la búsqueda su bienestar. Un punto de partida para permitir este crecimiento es ayudando, enseñando y dirigiendo algún miembro de su equipo o clase, de esta manera no sólo aprenden a dirigir, también aprender a seguir (Martinek y Hellison, 2009).

En la tercera etapa (Liderazgo entre edades), dentro del rol de liderazgo se amplían las actividades, como lo es planear, manejar problemas de conducta y evaluar dichos procesos. Así mismo, los jóvenes líderes ganan sensibilidad y fuerza interior, al estar en capacidad de comprender y valorar las habilidades y talentos de los demás. Sin embargo, pueden

experimentar frustración y falta de motivación al existir niños malos que compliquen los procesos. (Martinek y Hellison, 2009)

Por último, en la cuarta etapa (Liderazgo auto actualizado), con el éxito de desarrollo de líderes se ve la necesidad de extender las experiencias al programa de jóvenes líderes, por ello se comienza a brindárselas fuera del ámbito académico y de esta manera permitir a los niños reflexionar más sobre intereses personales y posibles futuros (Martinek y Hellison, 2009).

## **2.2 Deporte Escolar y Deporte Adaptado**

Para hablar del contexto en el que surgió el deporte escolar y el deporte adaptado primero debemos tener en cuenta la teoría con la que se acoge el origen del deporte, en este caso la descrita por Rodríguez (2000), haciendo alusión al deporte contemporáneo: “Los deportes contemporáneos se podría decir que son una forma de pasatiempos inventadas por los ingleses y que van a conquistar el mundo” (p.168), en este caso estamos hablando de un deporte que se constituyó y se llevó a cabo en el siglo XVIII y XIX y que paso por un proceso de reglamentación liderado por la aristocracia y la burguesía del momento.

Autores como Cagigal (1975), señalan que el origen del deporte moderno se debe, en gran parte, a las actividades de ocio practicadas por la aristocracia inglesa entre los siglos XVII Y XVIII, como lo eran la esgrima, la caza y la equitación. Pero es en el siglo XIX cuando estos deportes y otros nuevos, como el fútbol, se empiezan a estructurar por medio de la creación de reglamentos, clubes y federaciones.

Además de lo anterior y de forma simultánea, aparece la promoción de valores a través de la práctica deportiva gracias a Thomas Arnold, quien se encargó de fomentar e implementar conceptos como el del juego limpio. Estas características empiezan a expandirse y a ser aplicadas en otros países no solo por los británicos, sino también por toda Europa.

### **2.2.1 Deporte Escolar**

En cuanto al surgimiento del deporte escolar se debe ubicar en las Public School, según Rodríguez (2000), allí los escolares “practican en sus colegios los juegos tradicionales populares de campesinos, artesanos y comerciantes. Estos jugos son violentos y, por tanto, son prohibidos por el profesorado de los internados de secundaria y las universidades” (p.170). Pero esta practicas cambiaron cuando Thomas Arnold realizó sus reformas educativas y se convirtió según Arranz (2015) en el precursor del deporte en la escuela como “parte de una estrategia para controlar y regular el tiempo libre del que disponían los estudiantes y que (...)

servían para desarrollar actividades calificadas como violentas y de escaso valor moral” (p.6). Con este orden de ideas se considera que el deporte llegó a la escuela como herramienta educativa, debido a los malos comportamientos y hábitos que poseían los niños y jóvenes en las Public School.

En cuanto al precursor del deporte en la escuela, Thomas Arnold (1795-1842) fue un diácono miembro de la iglesia anglicana, que sería elegido rector en 1828 de la Public-School de Rugby en Inglaterra, allí decide realizar una serie de reformas educativas, debido a los diferentes comportamientos que veía en los niños y jóvenes en esta institución. Dentro de estas reformas él quería que los jóvenes que él gobernaba tuvieran las características del caballero medieval (gentleman) dotado de valentía para poder llevar a la práctica según Arranz (2015), “tres habilidades: la adquisición de una conducta basada en principios morales y religiosos, el desarrollo de la actividad intelectual y una refinada educación” (p.7). Además de esto el mismo autor afirma que:

El deporte fue considerado un pilar clave en esta reforma educativa, se convirtió en potenciador de valores como la nobleza, el honor, la moralidad, capacidad de liderazgo, sentido de la responsabilidad y del sacrificio. Se aprendían patrones éticos y estéticos identificados con el ethos burgués en formación: honestidad, lealtad y solidaridad a diferencia de los estratos más bajos de la sociedad, éstas recibían una educación con una gran connotación disciplinaria e instrumental con el objetivo de preparar mano de obra que cubriese las emergentes demandas de la industrialización (Arranz, 2015, p.8).

Según Cercos (2010), la estrategia de Arnold se basó en implementar un gobierno masculino en el que todos trabajaran mutuamente y en regular las prácticas de los estudiantes de modo que, desarrollaran carácter, virilidad, moralidad e inteligencia. En cuanto a las prácticas deportivas, es importante rescatar que Thomas Arnold no creó ningún método o alguna forma de preparar físicamente al estudiante, sino que formuló las reglas con las que le parecía que se debían juzgar algunos deportes.

Se considerará el concepto del deporte escolar, a partir de su desarrollo en el contexto de la escuela con niños y jóvenes vinculados a esta misma, tal como lo afirma Blázquez (1999), “el deporte escolar remite en primer lugar, y en sentido restringido al tipo de deporte y de actividad física que se desarrolla en el marco legal de la escuela” (p. 25).

Así mismo está dirigido por un profesor que se encargará de enseñar el deporte como un cúmulo de conocimiento en sí mismo y como una herramienta fundamental para el

desarrollo integral del niño, la trasmisión de una cultura deportiva y valores para la construcción de una mejor sociedad, de la mano a esta idea lo expone Hoyos (2012) “se delimitará el concepto de deporte a las prácticas deportivas realizadas por niños y jóvenes, dirigidas por la institución escolar en espacios no lectivos, de participación voluntaria y que tengan un carácter fundamentalmente educativo” (p.63).

### **2.2.2 Deporte Adaptado**

El deporte adaptado comenzó gracias a la asociación de personas con discapacidad auditiva, esta población se encargó de abrirse un espacio dentro del deporte organizado, por medio de la creación de clubes y federaciones deportivas, el primer club deportivo para sordos fue creado en 1888 en Berlín. Ya en el año 1924 se constituyeron federaciones deportivas para sordos en países como Bélgica, Checoslovaquia, Francia, Gran Bretaña, Holanda y Polonia. Lo que permitió que en ese mismo año se llevaran a cabo los primeros Sports for the Deaf que más adelante se convertirían en el mundial deportivo para personas con discapacidad auditiva, conocidos ahora como ‘Deaflympics’ (Fitzgerald, 2009).

Siguiendo el desarrollo histórico del deporte adaptado escrito por Fitzgerald (2009), el siguiente grupo de personas con discapacidad que se abrió paso en el deporte fueron las personas con discapacidad física, más específicamente los amputados que en 1932 fundaron la sociedad británica de golfistas con un solo brazo y desde entonces se han llevado a cabo cada año en Inglaterra torneos de golf para amputados.

Un detonante para que las personas con discapacidad aumentaran significativamente a nivel mundial fueron las dos guerras mundiales a principios del siglo XX, lo que según Fitzgerald (2009), influyó en el desarrollo de programas de rehabilitación para veteranos de guerra con discapacidad, así fue como finalmente en 1940 la rehabilitación medica por medio del deporte para personas con discapacidad física se extendió por toda Europa y finalmente a Estados Unidos de América, donde se celebró en 1945 el evento deportivo para personas con discapacidad física con un juego muy parecido al baloncesto en silla de ruedas, que fue jugado por veteranos de guerra en la estación Naval del sur de California.

A partir de las competencias desarrolladas por las asociaciones de personas con discapacidad física y por la organización del primer campeonato internacional de atletas en silla de ruedas en 1952 por Guttman, se fueron incorporando más deportes a estas competencias y de igual manera se fueron incluyendo otros grupos de personas con

discapacidad, como las discapacidades visuales. Esto eventualmente condujo a la evolución de estas competencias a lo que ahora se refiere a Juegos Paralímpicos (Fitzgerald, 2009).

El deporte paralímpico es la representación más significativa del deporte competitivo para personas con discapacidad, aunque según la historia el deporte paralímpico surgió como una necesidad para la rehabilitación o con fines terapéuticos por medio de prácticas deportivas adaptadas. Con el pasar de los años deportistas de diversos deportes adaptados comenzaron a convertirse en atletas de alto rendimiento y de allí se evidenció la importancia de crear federaciones para luego crear competencias reglamentadas que fuesen justas para todos los competidores brindando espacios de inclusión; los paralímpicos son los juegos más importantes en el deporte adaptado, recibiendo unas adecuaciones para su mejor funcionamiento, son bastante similares que los juegos olímpicos Pérez (2003).

Se han impulsado en mayor medida algunos deportes paralímpicos como el atletismo, bádminton, baloncesto en silla de ruedas, boccia, ciclismo, esgrima en silla de ruedas, fútbol 5, halterofilia, goalball, hípica, natación, judo, remo, piragüismo, rugby en silla de ruedas, taekwondo, tenis de mesa, tenis en silla de ruedas, tiro con arco, tiro olímpico, voleibol sentado, triatlón; por otra parte, los deportes de invierno como: biatlón, curling en silla de ruedas, esquí alpino, esquí nórdico, snowboard y hockey sobre hielo. Todos estos deportes con sus debidas adaptaciones y reglas que se adecuan a la necesidad de todos los participantes. Con escenarios que minimizan los riesgos para los deportistas y de esa misma manera generan confianza para la competencia, para que los jugadores puedan tener su más alto rendimiento (International Paralympic Committee, 2015).

El deporte adaptado ha tenido una gran evolución con el pasar del tiempo gracias a los avances científicos y las grandes facilidades que se presentan debido a la llamada nueva era de la tecnología. Para la práctica deportiva de personas con discapacidad se evidencia la creación de algunos deportes que son específicamente para esta población, tales como el goalball y el boccia; por otra parte, se han adaptado algunos deportes a las necesidades para las personas con discapacidad, tales como el baloncesto sobre silla de ruedas, el tenis de campo sobre silla de ruedas, el parakarate, el fútbol 5, entre otros (Moya, 2014).

Según Moya (2014) un deporte se suele adaptar modificando bien sea el reglamento como por ejemplo doble rebote de la pelota antes del golpe en el tenis de campo, el material como los balones sonoros que facilitan la ubicación del balón a los jugadores con ceguera, las adaptaciones técnico tácticas que tendrán en cuenta las exigencias formales y funcionales del

deporte adaptado, la instalación deportiva aparte de la adaptación en relación a su uso de elementos, accesibilidad según el deporte como por ejemplo; los relieves en las líneas del campo en deportes como el goalball.

Se debe tener en cuenta que el deporte adaptado es regido por determinadas federaciones principalmente en las prácticas deportivas de competencia; teniendo en cuenta lo anterior también es importante resaltar la participación de personas con discapacidad en prácticas deportivas no federadas, como en el deporte escolar y el llamado deporte para todos o social, que generan un alto nivel de inclusión y de esa misma manera un gran impacto a nivel social y personal de los deportistas (Moya, 2014).

Pérez (2003), brinda otro aspecto para tener en cuenta que es la clasificación de los deportistas, donde se busca preservar el derecho de cada deportista a competir de una manera justa con rivales que se encuentren en condiciones similares o de igualdad, para que de ninguna parte exista algún tipo de ventaja. Esta clasificación se puede dar por discapacidad física, visual o intelectual y dependiendo del nivel donde se encuentre cada deportista, será seleccionado para competir con un grupo de participantes que presenten idealmente la misma condición, ya sea física, intelectual o visual, para que así sea por medio de las capacidades deportivas que determinen el resultado de la competencia.

El deporte adaptado en el ámbito del ocio también es de gran importancia para la salud y la vida de las personas con algún tipo de discapacidad, esto debido a que en estos espacios existen diversos elementos que generan en el individuo sensación de felicidad, tranquilidad y placer. El deporte en este caso genera una gran motivación al individuo de realizar sus actividades diarias y llevar a cabo prácticas deportivas que además de ayudar a la parte emocional, aporta en la parte fisiológica del sujeto; de allí surge la importancia de la implementación de programas de deporte para todos, que genere la inclusión para esta población (Pérez, 2003).

### **2.2.3 Deporte escolar adaptado**

El deporte adaptado en el ámbito escolar según Cuenca y Ortuzar (2000), por lo general tiene su principal problema en las instalaciones de la institución, debido a que posiblemente se encuentren en centro educativos con compañeros sin ninguna discapacidad, donde no se minimizan riesgos para esta población, no se cuenta con el espacio necesario y se presentan dificultades por la falta de inclusión cuando se trata de un colegio público o privado.

Como lo plantean Cuenca y Ortuzar (2000), “el deporte es esencial para el pleno desarrollo físico, mental y emocional de las personas con discapacidad” (p. 43). De allí surge la importancia de una práctica deportiva inclusiva en las instituciones educativas, buscando ayudar al niño con su condición física, que esto a su vez es una forma bastante interesante de rehabilitación, un afianzamiento de la personalidad y fundamental para la inclusión en la sociedad para los niños con discapacidad.

La práctica deportiva en niños con discapacidad mejora sus condiciones psicológicas, esto debido a que genera esa confianza en que a pesar de tener una limitación, puede desenvolverse como cualquier otro niño en el espacio con tan solo generar unas adaptaciones, ya sean directamente en el juego o deporte, o en las instalaciones de la institución disminuyendo el panorama de riesgos, teniendo docentes que estén pendientes en soportar o ayudar al niño en la práctica deportiva y guiándolo para ejecutar la técnica de manera correcta.

### **2.3 El Karate Do y el Parakarate**

El Karate do es un arte marcial moderna influenciada por las artes marciales orientales y el budismo, como más adelante se describirá, antes de definir el Karate do se debe mencionar que el fundador de este arte marcial el maestro Funakoshi (2007), precisa que “Siempre he puesto énfasis durante mi enseñanza de que el karate es un arte defensivo y nunca debe ser utilizado con fines ofensivos” (p.77). De esta manera establecemos que el Karate do es un arte marcial de auto defensa y que además de esto no hace uso de armas, tal como lo menciona el maestro Nakayama (2006), “El karate do es un arte de defensa personal sin armas en el cual los brazos y las piernas se entrenan sistemáticamente y un enemigo que ataque por sorpresa puede ser controlado” (p.11).

Para entender mejor la lógica de este arte marcial se debe precisar que en el Karate do, el cuerpo humano y más específicamente sus extremidades se conciben como un componente fundamental para la defensa personal, así como para hacer de estos segmentos corporales elementos que infringen una contundencia muy similar a la de un arma, siguiendo con esta idea Habersetzer (1993), sostiene que:

El karate es la forma japonesa de una técnica de lucha sin armas, con las manos y los pies libres; es un método de ataque y de defensa que se apoya exclusivamente en la utilización racional de las posibilidades que la naturaleza otorga al cuerpo humano. Consiste en un conjunto de golpes (atemis) propinados ya sea por los miembros superiores (puño, mano, codo, antebrazo), ya sea por los inferiores (pie, rodilla); estos

golpes se dan concretamente sobre unos puntos precisos y vulnerables (puntos vitales) del cuerpo del adversario (p.13).

Para definir el Karate Do, se pasará a puntualizar y dar significado a los caracteres o vocablos japoneses que la componen, de esta manera el ultimo vocablo “do” según Camps y Cerezo (2010), “sígnica camino, sendero o vía, queriendo indicar que el Karate es un camino hacia la realización plena de sus practicantes, realización no simplemente física sino también, y muy específicamente psicológica” (p.21), siguiendo la afirmación de este mismo autor:

La primera y principal parte del nombre, Karate, es una composición de los vocablos ‘kara’, que quiere decir vacío y ‘te’, que significa mano, o sea, que el nombre Karate-do se debe traducir por el camino de la mano vacía, debiéndose interpretar esta mano vacía no sólo como una inexistencia de armas sino también como vacuidad de toda idea agresiva y de cualquier intención maligna (p.21).

### **2.3.1 Historia del Karate Do**

El Karate como se mencionó anteriormente es un arte marcial que emplea el cuerpo (extremidades inferiores y superiores) como elemento para la defensa personal omitiendo la manipulación y uso de otros elementos externos al cuerpo para este fin. A partir de la anterior idea se puede establecer una relación del origen del Karate con las prácticas de lucha empleadas en la antigüedad, como lo afirma Camps y Cerezo (2010).

Existen ejemplos de lucha sin armas en los murales del tiempo de los Faraones y la historia nos da cuenta de las luchas en los Juegos Olímpicos griegos que sirvieron de ejemplo más tarde para los gladiadores romanos. Los antiguos indios y persas y los pueblos del sur este asiático proporciona asimismo ejemplos de luchas cuerpo a cuerpo sin el empleo de arma alguna (p.25).

Así mismo Camps y Cerezo (2010), asegura que el Karate al igual que otras artes marciales asiáticas provienen de la conjunción de técnicas marciales y espirituales por parte de Daruma Dishí, hijo de un monarca del sur de la India, quien fue miembro de la casta guerrera Ksátriya (guerrero cuyo puño es un arma) de la India que usaban un sistema de combate basado en las técnicas de animales y configuradas para el uso del hombre. Además de esto Daruma Dishí fue considerado sabio de la senda del Zen. Este monje al ver que a China estaban llegando las enseñanzas del budismo de forma equivocada decidió ir a enseñarlas el mismo alrededor de los años 552. A partir de este suceso y sus discusiones con el emperador de la época en China,

llegó al Monasterio Shaolin-zu en donde implementó un sistema de entrenamiento muy severo para el fortalecimiento espiritual y físico de los monjes que habitaban en este lugar, construyendo la base de todas las artes marciales orientales.

De esta manera el imperio chino también tuvo una gran influencia en el desarrollo de nuevos estilos de artes marciales como lo menciona Camps y Cerezo (2010), ya que se configuraron escuelas con estilos distintos tanto en su interior (norteñas o sureñas) como en el exterior de su región, debido al intercambio cultural producido por su expansión en el continente asiático. A tal punto de llegar con mayor influencia en 1372 a la isla de Okinawa ubicada entre Japón y China y donde comenzó la entrada del Chuan-fa en la isla recibiendo el nombre de Tode (Okinawa-Té).

En la isla de Okinawa también se establecían artes marciales de origen Japones inspiradas en el Budo, pero a diferencia de las chinas en estas predominaban el uso de armas, según la afirmación de Di Marino y Ghetti (2001).

La evolución marcial de Okinawa sigue esencialmente dos rutas (...). Por un lado tenemos una influencia muy marcada de las escuelas de combate chinas, que los marineros de Okinawa aprendieron en puertos como Fukien. Por otra parte, los beligerantes vecinos japoneses llegaron al archipiélago llevándose aprendidas sus propias artes marciales (p.7).

La popularización de las artes marciales que no usaban armas en las islas Ryukyu de las cuales hacia parte Okinawa, se dio gracias a lo decretado por el rey Sho Hasshi en 1421 según Camps y Cerezo (2010), este rey “decretó la confiscación de armas al pueblo. Esta medida provocó una abierta oposición y dio un tremendo impulso a las artes de combate a manos limpias” (p.34).

Con el trascurso del tiempo en los años 1600 Tokugawa Yeasu fue nombrado gobernador militar por el emperador de Japón, este le ofreció a su emperador adueñarse de las islas Ryukyu, cuando cumplieron su cometido según Di Marino y Ghetti (2001), “prohibieron la práctica de todas las artes marciales y el Tode, exhibiendo sus orígenes chinos, fue practicado clandestinamente” (p.10). Además de esto y siguiendo la idea anterior las artes marciales sin armas practicadas en esta época, tuvieron un cambio en su denominación tal como lo asevera Camps y Cerezo (2010), en “1629 se acordó denominar simplemente ‘te’ al estilo surgido de la unión entre el Tode y el Chun-fa (...) que posteriormente formaría parte del nombre Karate” (p.35).

Según Di Marino y Ghetti (2001), en las islas Ryukyu luego de la restauración Meiji en 1868 por medio de un decreto se prohibió llevar espadas tanto a los civiles como a los espadachines profesionales, siendo esta una de las tantas prohibiciones que surgieron y que influyeron en la población de Okinawa, pero esto no debilitó la pasión por el combate por parte de esta población. Con el paso del tiempo estas prohibiciones fueron desapareciendo, permitiendo un mayor desarrollo de las artes marciales a tal punto de incluirse en la escuela del archipiélago en 1903 como un método de educación física.

Otro acontecimiento importante en la transformación de las artes marciales niponas según Di Marino y Ghetti (2001), fue el cambio radical de “jitsu (arte o técnica para la aplicación bélica) al do (método o camino que, a través del ejercicio de la lucha, lleva una mejora de la existencia)” (p.10). El maestro judoca Jigoro Kano fue uno de los pioneros en este cambio radical de las artes marciales y por si fuera poco fue quien según Di Marino y Ghetti (2001), invitó al maestro Gichin Funakoshi a realizar una demostración de su arte en Tokio delante del emperador. El Tode o también denominado Te:

Se demostró públicamente por primera vez fuera de Okinawa en mayo de 1922, en la primera Exposición Atlética Nacional, celebrada en Tokio bajo el patrocinio del Ministerio de Educación. El hombre que fue invitado a dar esa memorable demostración fue el Maestro Ginchin Funakoshi (Nakayama, 1977, p.130).

A partir de este acontecimiento Camps y Cerezo (2010), sostiene que el ministro de educación de Japón pidió al Maestro Funakoshi que enseñara su arte marcial y de esta manera fue como llegó a las universidades de Japón, en donde tuvo una gran acogida y difusión. Es importante recalcar que según Nakayama (1977), el “Tode llegó a ser conocido como karate-jutssu y luego, alrededor de 1929, Gichin Funakoshi dio el paso revolucionario de defender firmemente que el nombre se cambiara a Karate-do” (p.130-131).

De este modo el Karate do moderno se difundiría por todo Japón a partir del crecimiento de este y otros estilos del karate que se desarrollaban igualmente en Okinawa, de esta manera establece una relación entre la evolución del karate y la pérdida de la marcialidad como lo describe Habersetzer (1993), “se nota un mayor predominio del sentido deportivo en detrimento del sentido marcial el cual ha pasado ya a un segundo plano, puesto que ya no tiene razón de existir en la época actual” (p.16). Así mismo este enfoque deportivo surge del gran interés por la competición e influenciado por otras artes marciales tal como lo afirma Nakayama (1977):

El kárate es como siempre ha sido un arte de autodefensa y una forma de ejercicio saludable, pero con el aumento de la popularidad, el interés en la competición de deportes se hizo más fuerte, como lo hizo en el kendo y el judo. Principalmente debido a los esfuerzos de los entusiastas más jóvenes, el Primer Torneo de Campeonato de Karate do de Japón se llevó a cabo en octubre de 1957 (p.131).

A partir de la evolución del Karate y de los cambios en nuestra civilización impulsados por la segunda guerra mundial se han venido organizando instituciones, asociaciones y federaciones a nivel nacional, continental y mundial que han tenido el propósito de agrupar la mayoría de los estilos del Karate do para organizar competencias que albergaran la mayor cantidad de países y competidores, a tal punto de poder consolidarse como un deporte olímpico. Oportunidad que se dará en los juegos de Tokio 2020 - 2021, así mismo las nuevas tendencias del deporte han abierto un espacio para la organización de competencias de Parakarate en la cual participan personas con discapacidad en la modalidad de kata clasificados según su discapacidad (Habersetzer 1993).

### **2.3.2 Fundamentos del Karate Do**

El Karate do se ha constituido como un arte marcial de auto defensa con finalidades deportivas y educativas a nivel mundial. Siguiendo lo expuesto por Nakayama (2006):

“El karate-do es un ejercicio a través del cual el karateca domina todos los movimientos corporales, tales como la flexiones, los saltos y el mantenimiento del equilibrio, aprendiendo a mover las extremidades y el cuerpo hacia atrás y hacia delante, a izquierda y derecha, arriba y abajo, con libertad y uniformidad” (p.11).

Así mismo en el Karate Do las extremidades del cuerpo son usadas como elementos de auto defensa y de ataque contundentes, que bajo una buena ejecución se puede realizar diferentes tipos de combinaciones, que permiten al karateca en primera instancia ejecutar una serie de katas que para Nakayama (2006):

Son concatenaciones lógicas de técnicas de parada, de ataques directos e indirectos y pierna, en ciertas secuencias establecidas. Actualmente se practican unos cincuenta katas, o “ejercicios formales”, habiendo sido transmitidos algunos de ellos de generación en generación, mientras que otros se han desarrollado más recientemente (p.12).

Estos Katas están divididos en dos categorías, la primera categoría está constituido por Katas que ayudan en el mejoramiento de la fuerza física y en la segunda categoría se encuentran los Katas que están diseñados para el desarrollo de la rapidez y la velocidad que al igual que la fuerzas son fundamentales dentro del combate. Pero la ejecución de estos Katas no es solamente física, también debe contener un componente espiritual representado en la cortesía que se aplica mediante el saludo inicial y final que se realiza en cada ejecución del kata como símbolo de respeto, delicadeza, decoro y humildad (Nakayama, 2006).

A partir de la tabla 2 tomada de Nakayama (2006) (p.13) podemos evidenciar como el dominio de cada Kata es requisito para el paso de Kyu y Dan que son representados por medio de los cinturones y su respectivo color:

<b>Tabla 2. Requisitos para el cambio de Kyu y Dan. Tomado de Nakayama (2006)</b>	
<i>Kyu - Dan</i>	<i>Kata</i>
8.° Kyu	Heian Shodan
7.° Kyu	Heian Nidan
6.° Kyu	Heian Sandan
5.° Kyu	Heian Yondan
4.° Kyu	Heian Godan
3.° Kyu	Tekki Shodan
2.° Kyu	Kata que no sea Heian o Tekki
1.° Kyu	Kata distinto de los anteriores
1.° Dan	Kata distinto de los anteriores
2.° Dan	Kata libre
Para los katas libres puede elegirse entre Bassai, Kanku, Jitte, Hangetsu, Empi, Gankaku, Jion, Tekki, Nijushiho, Gojushiho, Unsu, Sochin, Meikyo, Chintei, Wankan y otros.	

Otro aspecto importante dentro de la ejecución de las técnicas del Karate Do es el control de los golpes que a menudo en los entrenamientos es milimétrico, ya que en la mayoría de las ocasiones las técnicas se desarrollan con un fin cooperativo en donde uno de los karatecas tiene el rol de recibir ataques y el otro de ejecutor del ataque, por ello siempre se evita herir al compañero de entrenamiento desviando o desacelerando los golpes que se logra gracias a un buen control de los mismos (Di Marino y Ghetti, 2001).

### 2.3.3 Filosofía y Valores del Karate Do

Explorar la filosofía del Karate Do permite a las personas y más especialmente a los educadores distinguir el objetivo principal de este arte marcial, el cual es ser un medio para la formación y desarrollo del ser humano. Siguiendo esta idea Nakayama (2006) menciona que “El deseo de ganar un torneo es contraproducente, ya que provoca una falta de seriedad en el aprendizaje de los fundamentos” (p.9), refiriéndose a los fundamentos técnicos y espirituales. Así mismo hace hincapié en el respeto que se le debe dar al competidor con quien se enfrenta: “uno debe tratar a su adversario con cortesía y con el protocolo debido. No basta con entregarse al máximo en el combate; el objetivo real en Karate do es hacerlo porque resplandezca la justicia” (p.10).

La esencia de este arte marcial japonés, como se ha descrito anteriormente está influenciada por las culturas hindú y china, tanto en la formación física como espiritual, esta relación la menciona Camps y Cerezo (2010), al reconocer el significado del Tao, termino desarrollado por la religión taoísta, y relacionarlo con el vocablo Do.

El Tao habita en todo y lo informa todo; no piensa, pero es pensado; no quiere pero es ley; de él emana el destino de todo y en cada ser se contiene un alma. Literalmente Tao significa sendero, aunque a menudo se traduce por el camino, lo absoluto, la ley, etc. La idea de Tao se identifica casi exactamente con la del Do japonés, la de una vía o camino que conduce al hombre hacia su auténtico destino (p.55).

De esta manera se puede evidenciar una gran carga filosófica en el vocablo Do, ya que para el hombre a través de su historia ha sido fundamental reconocer la existencia o no del destino, debido a que este cuestionamiento lleva al hombre a analizar la realidad en la que habita, reflexionar sobre las decisiones que ha tomado durante su vida y así mismo lo lleva a pensar en su futuro. Además de esto Nakayama (2006), precisa que “El karate do exige andar un largo camino. Hace falta un trabajo de asceta, una paciencia enorme para recorrer la senda, el Do” Y recomienda que “No hay que tener prisa ni buscar resultados inmediatos, ya que el camino es muy largo y el deseo de acelerar la marcha no hace sino aumentar el número de obstáculos y de riesgos” (p.60).

Por otro lado, Camps y Cerezo (2010), reconoce otra relación filosófica en el vocablo Kara:

El concepto de vacuidad contenido en el vocablo 'kara' se refiere, como sabemos, no sólo al hecho de que se combate sin ayuda de arma alguna, sino a la ausencia total de intenciones malignas, al espíritu vacío, fuente de toda eficacia, que caracteriza las artes del Budo y que constituye su verdadera esencia, íntimamente vinculada a la filosofía budista (p.42).

A partir de todo lo anterior y siguiendo lo manifestado por Camps y Cerezo (2010), el Karate do ha tenido influencias significativas tanto a nivel filosófico y práctico por parte de las religiones del taoísmo, el confucianismo y el budismo. Por parte del taoísmo ha heredado su fuerte atención a la salud, ya que en esta religión los sabios no esperaban la enfermedad, sino que la prevenían y la prevenían mediante la práctica del ejercicio físico, y además como se mencionó anteriormente heredaron la idea de camino (Do) para la realización y desarrollo del individuo.

En cuanto al confucianismo se encontró una fuerte influencia frente al respeto jerárquico ya que esta doctrina era todo un sistema político y filosófico que se basaba en la práctica de la bondad, siendo la sumisión y la obediencia parte indispensable para el perfeccionamiento moral del individuo, de esta manera según Camps y Cerezo (2010), en el confucianismo “había que actuar en sociedad, conjuntamente con los semejantes, respetándolos según el lugar ocupado por la jerarquía familiar y social”(p.55), esto se ve reflejado en el respeto que tiene el practicante del karate do a su Sensei y a su Sempai.

Otra gran relación encontrada entre el confucianismo y el Karate Do es la importancia de la etiqueta, ya que según Camps y Cerezo (2010), en el confucianismo “la etiqueta no se considera como un mero formulismo externo sino como el justo reconocimiento de valores y se practica como una norma esencial de vida” (p.55), la representación de la etiqueta se evidencia en el Karate do en todo el ritual que se realiza en la ceremonia de saludos para comenzar y finalizar la práctica, tal como lo menciona Habersetzer (1993), “el saludo significa el respeto al compañero que nos permitirá progresar, al profesor que nos indica el camino a seguir (...). Un karateca no puede entender su arte sin antes haber comprendido el sentido y el valor del saludo” (p.23).

Por último, el aporte del budismo al Karate do se encuentra más específicamente en la disciplina del Zen (meditación), en donde se busca llevar toda la atención a un tema, excluyendo cualquier otro pensamiento que impidan captar toda la atención en ese objeto central de la meditación llámese prejuicios, dualidades, condicionamientos, etc. Siguiendo lo

descrito por Camps y Cerezo (2010), “De lo dicho se desprende, con clara evidencia, la íntima relación existente entre el zen y el ejercicio de concentración al que están habituados los artistas marciales, al igual que los atletas y deportistas antes de iniciar la actuación” (p.57).

#### **2.3.4 Para-karate**

El Para-karate es una modalidad del Karate Do donde se han establecido nuevas reglas para que personas con alguna discapacidad, ya sea visual, física o mental pueda practicar el karate y tener una competencia justa. Se centra fundamentalmente en las técnicas de kata, donde se ejecuta una secuencia de movimientos ya establecidos.

Aunque el Para-karate es un deporte que no cuenta con la participación en los juegos paralímpicos, se encuentra federado y se cuentan con competencias oficiales; entre las más importante en este deporte adaptado son los campeonatos continentales; que lleva la competencia a un nivel más alto, dándole así la importancia que merece en cuanto al rendimiento deportivo que puede darse en esta práctica deportiva, se puede observar que a pesar de que Colombia es un país afiliado a la federación Panamericana de Parakarate no cuenta con entrenadores que se dediquen o busquen la especialización en la enseñanza de este mismo. (Federación Panamericana de Karate, 2015).

Los deportistas al igual que en la mayoría de los deportes adaptados deben someterse a unos exámenes que demuestren a qué categoría de discapacidad son pertenecientes y por medio de ello lograr una competencia mucho más atractiva y justa para todos los deportistas que van a poder ganar campeonatos gracias a su destreza y fortaleza física, sin que influya otro factor que pueda favorecer o desfavorecer a los participantes (International Paralympic Committee, 2015).

##### ***2.3.4.1 Discapacidad Visual***

La discapacidad visual (DV) como termino ha pasado por una transformación conceptual a través del tiempo, pasando por términos como la ceguera, deficiencia visual, minusvalía visual. A tal punto de solo reconocer esta discapacidad como una carencia de visión, sin tener en cuenta las demás variables que esta discapacidad aborda, como es el caso de la agudeza visual y la amplitud de campo visual, por lo anterior se define la DV según lo propuesto por la Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE, 2020).

La discapacidad visual es la consideración a partir de la disminución total o parcial de la vista. Se mide a través de diversos parámetros, como la capacidad lectora de cerca y de lejos, el campo visual o la agudeza visual. (s.p)

Teniendo en cuenta lo anterior es importante resaltar que el funcionamiento correcto del sistema visual va a estar dependiente según Casajús y Rodríguez (2011), de los siguientes parámetros:

Agudeza visual: capacidad para discriminar entre otros dos estímulos visuales distintos a una determinada distancia y la facultad para percibir la figura y la forma de los objetos. Campo de visión o amplitud de campo visual: grado de mayor excentricidad que puede abarcar el ojo humano en cada dirección. Sentido cromático: facultad para distinguir colores. Sentido luminoso: facultad para distinguir graduaciones en la intensidad luminosa (p.238).

Como causas de la discapacidad visual se encuentran dos: la discapacidad visual congénita y la discapacidad visual adquirida que según la consideración de Arnaíz y Martínez (1998), la discapacidad visual congénita se da:

En el momento del nacimiento o en un período posterior. Igualmente, podemos encontrar niños con ceguera adquirida después de los 12 meses de vida, cuya visión en algunos casos, aunque haya sido muy distorsionada, incompleta o borrosa, ha desempeñado un papel fundamental en la organización de las estructuras mentales durante el periodo sensoriomotor, al igual que la interacción social y afectiva, influyendo directamente en la adquisición de habilidades en etapas posteriores (p.57).

A continuación, se expondrán algunas de las causas orgánicas consideradas como las más comunes o frecuentes, que originan la discapacidad Visual:

Cataratas: Esta causa de discapacidad orgánica visual se refiere a la “opacidad en el cristalino” (Quintana, 2015, p.45); Aniridia: Hace referencia a la “ausencia parcial o total del iris que funciona como regulador de la entrada de luz” (Quintana, 2015, p.45); Estrabismo: “Es la carencia de una adecuada visión binocular relacionada con los músculos que permiten la motilidad y el paralelismo ocular” (Quintana, 2015, p.46); Nistagmus: Se conoce con este nombre a los “movimientos involuntarios de los ojos con el afán de ver; Es un signo de baja visión” (Quintana, 2015, p.46); Miopía: Esta causa se suele manifestar con una visión lejana disminuida y se da debido a que “el eje del ojo es más grande por lo cual la imagen se forma

antes de llegar a la retina” (Quintana, 2015, p.46); Hipermetropía: Este trastorno visual se asocia a la deficiencia de la visión cercana y a la dificultad para observar detalles finos. En esta causa “el eje anteroposterior es más corto que el del ojo normal, por lo cual la imagen se forma después de la retina” (Quintana, 2015, p.47).

Por su parte la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018), clasifica la discapacidad visual de la siguiente manera:

Deficiencia de la visión de lejos:

- Leve: Agudeza visual inferior a 6/12
- Moderada: Agudeza visual inferior a 6/18
- Grave: Agudeza visual inferior a 6/60
- Ceguera: Agudeza visual inferior a 3/60

Deficiencia de la visión de cerca:

- Agudeza visual de cerca inferior a N6 o N8 a 40 cm con la corrección existente

El sistema visual es parte esencial del desarrollo de los niños, teniendo en cuenta que gracias a este nace la motivación de alcanzar, lanzar y atrapar objetos, en este sentido, aporta a su desarrollo motor una vez encuentren un estímulo para desplazarse y manipular objetos que aportarán al desarrollo de su motricidad fina. Una vez el niño adquiera discapacidad visual, se disminuye la posibilidad de recibir estímulos de manera considerable, a tal punto que su necesidad de desplazamiento es nula al igual que acciones de manipulación de objetos. (Ríos, 2003)

Por otra parte, el mecanismo para reconocer su ubicación y entorno se limita al tacto y a estímulos sonoros, según Arnaiz y Martínez (1998), al igual que los procesos de autorreconocimiento también tienen dificultades al existir una carencia de información que les impide crear analogías o integrar partes del cuerpo. Lo mismo pasa con el reconocimiento de formas, colores y distancias, para ello se deben recibir estímulos adaptados, con el objetivo de brindarle herramientas que le permitan explorar, conocer y aprender de su entorno.

Con relación al desarrollo motor de los niños con discapacidad visual, se encontró que desarrollo motor en la ejecución de la cuadrupedia marcha y carrera se ven afectadas al presentarse problemas de equilibrio, ya que en la consolidación del equilibrio intervienen el sistema visual, vestibular y táctil. Por tal motivo la alineación corporal y segmentaria no es la

más apropiada, en algunos casos se evidencian balances contantes acompañado de movimientos sucesivos de apoyo con los pies (Arnaiz y Martínez, 1998).

Basados en lo anterior, es necesario brindarles a los niños con DV un escenario seguro y acompañarlos en el máximo tiempo posible, para evitar cualquier tipo de accidentes que puedan afectar de manera significativa su integridad.

En cuanto a las expresiones faciales y todos aquellos movimientos (gestos) que acompañan una conversación, son aspectos que los niños con discapacidad visual pasan por alto, teniendo en cuenta que no tienen un ejemplo o demostración que seguir por su tipo de discapacidad. Por ello, es necesario brindarles un estímulo adecuado por medio del tacto, que les permite entender como expresar los diferentes sentimientos del ser humano (Arnaiz y Martínez 1998).

Este tipo de estímulos permiten adicionalmente generar vínculos con sus seres queridos, en especial con su madre, a quien reconocerá con mayor facilidad al compartir más tiempo y brindarle mayor estímulo. Mientras tanto, será el llanto y producciones espontáneas verbales que permitirán al niño comunicarse con los individuos alrededor. Con el paso de pocas semanas, el niño empezará a reconocer diferentes tonalidades de voz, características faciales y otra serie de cualidades físicas que le permitirán identificar personas extrañas (Arnaíz y Martínez, 1998).

Para Arnaíz y Martínez (1998), el olfato, la audición y el sistema háptico son los sentidos encargados de brindar información en los niños para explorar, orientarse, localizar e identificar personas y objetos de la siguiente manera:

El olfato permite a los niños con discapacidad visual reconocer objetos y personas, al igual que su información y la del espacio donde se encuentran. La audición les permite explorar un escenario, alcanzar y atrapar objetos, al igual que entender estímulos que les brinda objetos y personas a su alrededor. El sistema háptico les permite obtener información con respecto a temperatura, material, textura y otra serie de características de los objetos y las personas.

A pesar de compensar los procesos de obtención de información, los niños con discapacidad visual tendrán un desarrollo cognitivo más lento en comparación a los niños que no cuentan con esta discapacidad, teniendo en cuenta que no tendrán procesos de imitación,

motivación y necesidad de desplazamiento mientras sus padres aprenden a estimularlo de manera correcta.

#### **2.3.4.2 Síndrome de Down**

A partir de la consideración de Barrios (2012), “El Síndrome de Down o Trisomía del par 21 es una condición patológica que se produce cuando los núcleos de las células del organismo poseen 47 cromosomas en vez de los 46 usuales” (p. 1). Este Síndrome según Fernández (2017), “conlleva deficiencia mental, problemas del desarrollo físico y fisiológico y de la salud del individuo. Normalmente estas alteraciones orgánicas se producen durante el desarrollo del feto, por lo que el diagnóstico puede realizarse en el momento del nacimiento” (p. 2).

El Síndrome de Down “Se denomina de esta forma porque la persona que lo descubrió fue el médico inglés John Langdon Haydon Down” (Barrios, 2012, p. 1). Por otro lado, Fernández (2017), citando a (Lamber, y Rondal, 1982) mencionan una serie de características de las personas con Síndrome de Down.

La cabeza es más pequeña de lo normal, siendo la parte trasera de ésta, prominente. La nariz es pequeña y con la parte superior plana. Los ojos son sesgados. Las orejas son pequeñas. La boca es relativamente pequeña y la lengua de tamaño normal. Las manos son pequeñas con los dedos cortos. A menudo, la mano sólo presenta un pliegue palmario. La piel aparece ligeramente amoratada y tiende a ser relativamente seca, sobre todo a medida que el niño crece.

Otras peculiaridades es que suele tener una altura inferior a la media y cierta tendencia a la obesidad ligera o moderada. También existe una mayor incidencia a determinados problemas de salud como las infecciones, trastornos cardíacos, del tracto digestivo, sensoriales, etc. (p. 2).

En cuanto al desarrollo motor de esta población según Torres y Nancy (2012), “supone cambios complejos, donde una etapa se confunde con otra, originando una nueva adquisición y una amplia secuencia que varía de acuerdo con la maduración de los sistemas del cuerpo, en especial el sistema nervioso” (p. 13). Además de esto los mismos autores afirman que “Estas primeras adquisiciones que son: la postura y control de movimiento, darán lugar a otras más complicadas como el equilibrio y coordinación, éstas a su vez darán lugar a una acción muscular, fuerza, flexibilidad y resistencia” (p. 13). Por lo tanto, es de vital importancia la

práctica de deportes o actividades físicas con el fin de ofrecerle al niño con Síndrome de Down experiencias motrices favorable para su desarrollo motor.

A partir de lo anterior y teniendo en cuenta las consideraciones de Fernández (2017) respecto a los factores que influyen en el desarrollo motor de esta población se describen las siguientes:

- Hipotonía: Disminución del tono muscular.
- Laxitud ligamentosa: aumento de la flexibilidad de las articulaciones
- Reducción de la fuerza: compensación de movimientos debido a la facilidad a la hora de ejecutarlos.
- Extremidades cortas: los brazos y las piernas de los niños con síndrome de down son cortos en relación con la longitud de su tronco.
- Alteraciones cardiorrespiratorias: es importante trabajar la capacidad física de la resistencia a baja intensidad y la vuelta a la calma (p.7-8).

Además de lo anterior es importante al momento de trabajar con una población con Síndrome de Down, aplicar las siguientes consideraciones: primero se debe formular actividades que estén dentro de sus capacidades; en segunda medida es importante dar explicaciones verbales acompañados de una demostración; como tercera medida se recomienda si es necesario, brindar ayudas externas en los ejercicios que no conozcan y luego aumentarle la dificultad quitando las ayudas externas; como cuarta medida se debe mantener un nivel de motivación alto durante los ejercicios planteados; por último si se trabajan actividades grupales se deben definir muy bien los roles y tareas durante el juego o actividad, con explicaciones cortas, concisas y con su respectivo ejemplo (Fernández, 2017).

## **CAPITULO III**

### **3. Metodología de la investigación**

Para llevar a cabo la aplicación de esta propuesta investigativa, debe precisarse lo que se hará, la manera en que se realizará y los factores que se tendrán en cuenta. Por lo tanto, la metodología utilizada se describirá a continuación.

### 3.1 Paradigma de Investigación

El paradigma empírico analítico hace uso de métodos cuantitativos, así mismo, se ha caracterizado por establecer conocimiento a través de la observación, el registro y toma de datos del fenómeno estudiado, de este modo ha sido usado en las ciencias naturales. Por otra parte, Matas (2012) haciendo alusión al ámbito educativo:

Define que en el paradigma empírico, positivista o empírico analítico prima la objetividad sobre otros elementos. Al participar del principio de objetividad se asume la replicabilidad de las investigaciones, y por lo tanto la posibilidad de verificar o no el conocimiento generado. Las herramientas metodológicas de este paradigma son el método deductivo y el uso de estrategias y técnicas cuantitativas (p.26).

El propósito de este proyecto investigativo el cual se plantea bajo el paradigma empírico analítico es comparar dos modelos didácticos utilizados con escolares, teniendo en cuenta la evaluación del desarrollo de las capacidades físicas, los fundamentos técnicos y teóricos del Karate Do. Estos indicadores permitirán reconocer lo aprendido por el niño o joven con discapacidad visual y cognitiva. Así mismo determinar su progreso en los diferentes desempeños nombrados anteriormente.

Sin embargo, también se tendrá en cuenta un componente cualitativo con el objetivo de analizar el progreso por parte de los estudiantes no solo a nivel técnico sino cognitivo y social. Para ello, se diligenciará un formato de *Diario de Campo*, donde se busca determinar el comportamiento emocional, las dificultades que se presentaron, el nivel de motivación y los logros obtenidos al final de cada sesión por los estudiantes.

Teniendo en cuenta que las variables en la investigación según Sampieri, Fernández, Baptista (2014) son “una propiedad que puede fluctuar y cuya variación es susceptible de medirse u observarse” (p.105). Para este proyecto investigativo las variables son: (a) El desempeño del grupo de estudiantes con discapacidad visual y cognitiva en el Karate Do, evaluando los indicadores anteriormente descritos (las capacidades físicas, y los fundamentos técnicos y teóricos del Karate Do), y (b) El programa de intervención con los modelos de enseñanza utilizados, que en este proyecto son: Modelo didáctico basado en la Técnica y Modelo Theaching Game for Understanding.

### 3.2 Tipo de Investigación

La investigación de tipo descriptiva se caracteriza por hacer un registro detallado del fenómeno observado tal como lo expone Sampieri, Fernández y Baptista (2014) “Con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p.92), además de esto Niño (2011) afirma que este tipo de investigación se encarga de:

Describir la realidad objeto de estudio, un aspecto de ella, sus partes, sus clases, sus categorías o las relaciones que se pueden establecer entre varios objetos, con el fin de esclarecer una verdad, corroborar un enunciado o comprobar una hipótesis (p.34).

Por lo anterior, se utilizará este tipo de investigación gracias a que se adapta a los propósitos planteados en este proyecto, teniendo en cuenta que giran alrededor de resaltar las características que tienen mayor influencia positiva en cada modelo didáctico propuesto, sobre la enseñanza del Karate do en una población de niños en edad escolar con discapacidad visual y cognitiva.

### 3.3 Diseño de la Investigación

El diseño investigativo del presente proyecto es de tipo cuasi experimental, porque no se controlaran todas las variables de investigación, de esta manera las variables independientes para este proyecto son el Modelo Didáctico Basado en la Técnica y El Modelo Theaching Game for Understanding, debido a que son los puntos de relación con la variable dependiente, tal como lo menciona Sampieri, Fernández y Baptista (2014) “La variable independiente es la que se considera como supuesta causa en una relación entre variables, es la condición antecedente, y al efecto provocado por dicha causa se le denomina variable dependiente” (p.130).

Para esta investigación las variables dependientes son: el desempeño del grupo de estudiantes con discapacidad visual y cognitiva en el Karate Do que se evaluará después de aplicar el programa planteado para este proyecto, por medio de una matriz diseñada por el grupo investigador y validado por dos expertos en el Karate Do. La segunda variable será el desarrollo de las capacidades físicas del niño que se evaluarán por medio de una batería de test denominada Brockport Physical Fitness Test (BPFT), que está desarrollada para niños y jóvenes con alguna discapacidad, esta evaluación se hará al inicio y al final del proceso, siempre buscando el mayor grado de rigurosidad y objetividad en el proceso investigativo.

En este orden de ideas, la variable como desarrollo motor del niño, el nivel de discapacidad visual y cognitivo, la motivación frente a la práctica deportiva, las habilidades previamente adquiridas, el tiempo que le dediquen a la actividad física o al deporte, así como su experiencia en dicha práctica. No pueden ser controladas por el grupo investigador, a diferencia de los componentes de la variable independiente, que son los siguientes: los contenidos propuestos en el programa, el modelo didáctico implementado, el escenario de la práctica, el número de las sesiones, los tiempos de práctica y el seguimiento del proceso por cada niño.

El diseño investigativo cuasi experimental además de no controlar todas las variables también tiene la particularidad de que el investigador no puede elegir aleatoriamente los sujetos participantes del estudio, tal como lo afirma Buendía, Colás y Hernández (1998), “El investigador no puede hacer la asignación al azar de los sujetos a los grupos experimental y de control. Sin embargo, puede controlar alguna de las siguientes cuestiones: cuándo llevar a cabo las observaciones, cuándo aplicar la variable independiente” (p.101). De esta manera los grupos de estudio serán dos (grupo 1 y grupo 2); a cada uno de estos grupos se le aplicó un modelo didáctico diferente.

### 3.4 Población

En este proyecto de investigación la población está constituida por escolares con discapacidad visual y cognitiva entre los 4 y 15 años, que se interesen por participar de las sesiones de Karate Do para aprender las técnicas básicas del mismo y sus componentes teóricos necesarios. Así como su respectivo protocolo de ingreso y salida del Dojo.

### 3.5 Muestra

La muestra del presente trabajo serán 6 niños, 4 de ellos con discapacidad visual y 2 con discapacidad cognitiva. 4 de ellos están ubicados en el Centro Integral de Zipaquirá y los otros 2 en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá. A continuación, se presentará una caracterización de cada uno de ellos.

**Tabla 3. Ficha técnica del Participante # 1.**

Participante # 1	Género: Femenino	Edad: 13	Talla: 1,37	Peso: 34kg
------------------	------------------	----------	-------------	------------

Caracterización de la deficiencia o discapacidad	Caracterización Funcional
<p>Síndrome de Down leve:</p> <p>En el caso particular de la participante, se identifica un Síndrome de Down leve, el cual tiene una afectación en la visión, físicamente se pueden identificar algunos rasgos muy característicos de las personas con Síndrome de Down, principalmente en la cara y también se evidencia un retraso en el desarrollo psicomotor, aunque precisamente se encuentra en un nivel muy leve.</p>	<p>En cuanto a la parte funcional de Julie se identifica dificultad en el habla, se identifica un desarrollo motor acorde a su edad; camina de manera normal, gatea, salta, corre, tiene dominio total de su cuerpo. En cuanto a las habilidades motrices se evidencia dificultad en el equilibrio, le cuesta realizar trabajos que impliquen mantener el equilibrio por tiempo prolongado.</p> <p>Además, se evidencia una pequeña dificultad para realizar trabajos que impliquen coordinación tanto de pies, como de manos. Socialmente es muy activa, le gusta dialogar e intenta hacerse entender ya que tiene dificultades en el habla.</p> <p>Realiza todos los ejercicios que se le proponen, tiende a desconcentrarse de la actividad, hay que estar retroalimentando la tarea que se está realizando para que la pueda ejecutar de buena manera. Tiene buena flexibilidad, funcionalmente hablando está bien desarrollada, además de esto se puede evidenciar que cuando alguna tarea le cuesta es muy enfática en expresar malestar al pensar no poder hacerlo, pero de igual manera lo intenta y si lo hace expresa que se encuentra conforme consigo misma.</p> <p>Realiza todas las actividades sin demostrar algún tipo de miedo o desconfianza, así mismo es muy expresiva cuando algún ejercicio la motiva o le gusta, se evidencia un mejor desempeño y mayor empeño por realizarlo de la mejor manera posible, además, cuando el acudiente no se encuentra cerca tiende a buscar más la charla y desenvolverse socialmente en este espacio de una manera más participativa con el dialogo, más que con el desarrollo de la actividad.</p>

**Tabla 4. Ficha técnica del Participante # 2**

Participante # 2	Género: Masculino	Edad: 11	Talla: 145cm	Peso: 38 kg
Caracterización de la deficiencia o discapacidad	Caracterización Funcional			
<p>Discapacidad cognitiva leve</p> <p>La discapacidad cognitiva hace referencia a limitaciones en el funcionamiento intelectual, se evidencia en el participante una dificultad para comprender las tareas, las técnicas y los juegos propuestos. Demuestra dificultades en su autocuidado y autodirección, así mismo en el control de su fuerza y en su dimensión social se evidencia una falta de interacción interpersonal.</p>	<p>El niño se encuentra muy activo en las clases, tiene dificultades en algunas acciones coordinativas, se evidencia dificultad motora, principalmente en gestos que implican la motricidad gruesa, teniendo en cuenta la edad denota dificultades para realizar gestos deportivos, tarda en captar la idea, hay que generar constante feedback debido a que se dispersa con facilidad y busca hacer los ejercicios para mayor comodidad de él.</p> <p>El equilibrio es una gran falencia, le cuesta mantenerlo por más de 5 segundos, se observan también movimientos muy bruscos, no hay un control total de su fuerza, aun teniendo en cuenta sus dificultades tiene una gran motivación por realizar tareas, siempre intenta dar lo mejor de sí mismo.</p> <p>Tiende a realizar movimientos adelantados sin esperar la terminación de la explicación de las tareas, suele tener dificultad con mantener la atención en una actividad específica. Por otra parte, al hacerle las correcciones no las atiende y sigue cometiendo los mismos errores, es difícil lograr que mejore la técnica del Karate, debido a esto mismo.</p>			

**Tabla 5. Ficha técnica del Participante # 3**

Participante # 3	Género: Femenino	Edad: 04	Talla: 100 cm	Peso: 14 kg
Caracterización de la deficiencia o discapacidad	Caracterización Funcional			
<p><b>Retardo del desarrollo</b> Esto refiere a un funcionamiento intelectual por debajo de lo normal y se manifiesta en el período de desarrollo del niño. La participante aún no habla, no logra comunicarse con las personas de manera asertiva, su desarrollo se evidencia muy atrasado acorde a su edad.</p> <p><b>Microftalmia</b> Se evidencia un tamaño disminuido en uno o los dos globos oculares, en el caso de la participante esto es congénito y se evidencia en los dos globos oculares.</p> <p><b>Catarata congénita</b> Es la opacidad del cristalino del ojo que está presente al nacer. Este cristalino debería ser totalmente transparente y así no generar esta baja visión o ceguera total. En el caso de la participante le genera una visión muy disminuida, ya que no es transparente el cristalino, no logra identificar formas, colores u objetos.</p>	<p>La niña camina, gatea, corre y salta con normalidad, se evidencia le gusta explorar todo el espacio donde se encuentra.</p> <p>Para realizar los ejercicios siempre se le debe acompañar de cerca, normalmente los ejercicios propuestos tocan guiárselos para que los desarrolle, aun teniendo en cuenta esto, no logra coordinar por si sola los ejercicios, de acuerdo a su edad, tiene un poco de disfunción en algunas habilidades funcionales, no comprende con claridad las explicaciones, se debe reforzar la motricidad gruesa, donde tiene algunas dificultades.</p> <p>Por ese mismo hecho de no tener visión clara, no desarrolla los ejercicios con determinación y sin miedo, normalmente al sentirse apoyada por uno de los docentes a cargo se deja más llevar por él y en ocasiones le gusta que la alcen, se deja caer al piso para no realizar las actividades.</p> <p>Cuando algo no le gusta tiende a expresarlo, no habla con claridad, pero intenta hacerse entender, su ubicación en el espacio suele ser bastante buena, no se tropieza con facilidad, no se golpea con objetos que se encuentren dentro del espacio, ella sola en ocasiones explora todo el lugar y es muy evidente la dependencia por la mamá aun, siempre busca estar cerca de ella</p>			

	<p>y cuando explora el espacio, después de determinado tiempo comienza a buscarla.</p> <p>Cognitivamente hablando no entiende bien las ordenes aun, hay que guiarla bien con ayuda de contacto físico siempre.</p>
--	--

**Tabla 6. Ficha técnica del Participante # 4**

Participante # 4	Género: Femenino	Edad: 15	Talla: 157 cm	Peso: 51 kg
Caracterización de la deficiencia o discapacidad		Caracterización Funcional		
<p>Queratocono</p> <p>El Queratocono es una patología degenerativa, donde existe un aumento de las curvaturas corneales, normalmente los pacientes comienzan a perder la vista y en el caso de la participante, fue intervenida quirúrgicamente y utiliza lentes de contacto para corregir la disminución de la visión.</p>		<p>Tiene una motricidad gruesa y fina buena, tiene buena coordinación, cuenta con buena ubicación espacial, también tiene una buena flexibilidad, se evidencia un poco de dificultad en el equilibrio acorde a su edad, tiene complicaciones en algunos momentos para realizar los gestos técnicos que se le plantean.</p> <p>Cuenta con buena funcionalidad, teniendo en cuenta que, aunque tiene visión baja, logra ver y desde allí intenta imitar los gestos técnicos, tiene buena memoria para recordar los gestos técnicos y buena comunicación.</p>		

<b>Tabla 7. Ficha técnica del Participante # 5</b>				
Participante # 5	Género: Femenino	Edad: 14	Talla: 157 cm	Peso: 58.4 kg
Caracterización de la deficiencia o discapacidad		Caracterización Funcional		
<p><b>Discapacidad visual</b></p> <p>La participante presenta una discapacidad visual total en ambos ojos, siendo nula/o su agudeza visual, su campo visual, su sentido cromático y su sentido luminoso.</p>		<p>Stephany puede caminar con facilidad en diferentes direcciones y no presenta mayor dificultad para realizar saltos con ambas piernas en dirección vertical. Esto permite que no requiera de un acompañamiento todo el tiempo de la sesión de clase y pueda ejecutar patadas y giros sin tener mayor probabilidad de accidente.</p> <p>Stephany entiende con facilidad las instrucciones verbales por parte del profesor y cuando no lo logra, es posible que por medio de ejemplos u otras maneras comprenda la información para cumplir con los objetivos propuestos para la sesión.</p> <p>También se logra evidenciar, que ella tiene gran facilidad para ubicarse en el espacio (tatami) y para ajustar su cuerpo en diferentes grados, según el profesor le indique o requiera el ejercicio a realizar.</p> <p>Por último, Stephany no evidencia problemas de equilibrio y esto le permite ajustar su posición para la técnica, según lo requiera.</p> <p>Su discapacidad visual es moderada, teniendo en cuenta que Stephany no puede observar sombras, colores ni formas por ninguno de sus ojos.</p>		

<b>Tabla 8. Ficha técnica del Participante # 6</b>				
Participante # 6	Género: Femenino	Edad: 10	Talla: 120 cm	Peso: 35 kg
Caracterización de la deficiencia o discapacidad		Caracterización Funcional		
<p>Discapacidad visual</p> <p>La participante presenta una discapacidad visual total en ambos ojos, siendo nula/o su agudeza visual, su campo visual, su sentido cromático y su sentido luminoso.</p>		<p>La participante tiene problemas para caminar de manera autónoma porque tiene problemas de equilibrio, esto genera dificultad en la ejecución de desplazamientos con posiciones y en este sentido, requiere de un acompañante en la mayor parte de la clase.</p> <p>Sin embargo, la participante demuestra una gran habilidad cognitiva en la memorización de términos y conceptos del Karate Do, permitiendo que pueda avanzar en gran medida teórica, aunque en la práctica, no sea de igual manera su efectividad.</p> <p>Por otra parte, Karen no puede saltar con ambas piernas de manera simultánea o con una sola, ya que su tonicidad muscular presenta problemas y se requiere un fortalecimiento del tren inferior en especial.</p> <p>Por último, se puede evidenciar que la discapacidad visual de Karen es congénita y total, lo que impide su capacidad para ver formas, sobras, colores o cualquier otro elemento del escenario.</p>		

### 3.6 Instrumentos de Recolección de Información

Para este proyecto investigativo es necesario diligenciar diarios de campo para cada sesión de clase realizada. Estas se diligenciarán con base en la experiencia previa de la clase y con apoyo de una grabación audiovisual que se tomará de la clase. Para ello se ha formulado la siguiente matriz (véase tabla 9):

<b>Tabla 9. Formato diario de Campo</b>		
<b>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</b>		
<b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>		
<b>Observador</b>	<b>Fecha:</b>	<b>Hora:</b>
<b>Lugar:</b>	<b>Población:</b>	
<b>Objetivo:</b> Sistematizar las experiencias, eventos y relaciones que surgen a partir de la implementación de la propuesta de Karate Do, para retroalimentar y diseñar las siguientes sesiones de práctica.		
<b>Descripción General</b>	<b>Actitud de los Estudiantes</b>	
En este apartado se describirá como se desarrolló la sesión en términos metodológicos, técnicos y pedagógicos.	<b>Participación</b>	Se describirá el nivel de interacción activa de los estudiantes con las actividades propuestas, ya sea de manera verbal o física.
	<b>Motivación</b>	Se describirá si las actividades resultaron atractivas para los estudiantes, por medio de una retroalimentación con los participantes al finalizar la sesión.
	<b>Dificultades</b>	Situaciones complejas en relación con los espacios, técnicas propuestas o interacción entre participantes.
	<b>Interacción y Comunicación</b>	Formas de relación de los estudiantes entre ellos y con los docentes, de qué manera se comunican, que intención se puede apreciar.
<b>Observaciones:</b> Aspectos relevantes que se deben tener presentes para la formulación de las siguientes sesiones.		

La anterior matriz permitirá reconocer detalladamente aspectos específicos de los estudiantes que participen en la sesión, es decir, que se realizará una matriz por cada sesión de clase. Esto con el objetivo de poder determinar fortalezas y falencias que se presenten durante la clase y con ello, tenerlas en cuenta como variables para próximas planeaciones de clases siguientes.

<b>Participante</b>	<b>Diario de campo:</b> Se realizará una descripción general teniendo en cuenta los mismos criterios de la anterior matriz.	<b>Evaluación técnica:</b> Descripción del desempeño del participante en la ejecución de las técnicas básicas del Karate Do.
	<b>Participación</b>	<b>Kihon:</b> Se evalúa la ejecución de las técnicas que componen el Kihon y su respectivo orden
	<b>Motivación</b>	
	<b>Dificultades</b>	<b>Kata:</b> Se describirá el desempeño del participante en el desarrollo completo del Kata.
	<b>Interacción y comunicación</b>	
	<b>Logros</b>	

Esta matriz permite realizar un consolidado general de todos los diarios de campo realizados durante las sesiones de clase, así mismo, conocer a grandes rasgos los logros alcanzados y los que no se pudieron concretar con la intervención propuesta.

Por último, poder determinar una evaluación cualitativa con respecto a la ejecución del kata Taikioku Shodan y del Kihon propuesto por los profesores.

### **Matriz de análisis de la aplicación de cada modelo**

<b>Modelo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Diario de campo:</b> Se describirá la aplicabilidad de cada modelo, teniendo en cuenta los mismos criterios de los diarios de campo anteriores.	<b>Evaluación técnica</b>
		<b>Participación</b>	<b>Kihon</b>
		<b>Motivación</b>	
		<b>Dificultades</b>	<b>kata</b>
		<b>Interacción y comunicación</b>	
		<b>Logros</b>	

Esta última matriz busca realizar una evaluación cualitativa de los dos modelos aplicados, que para este caso se aplica uno para cada grupo. De esta manera, poder determinar cuáles son sus falencias y fortalezas teniendo en cuenta el tipo de población al que se interviene.

### 3.6.1 Batería de test para evaluar las capacidades físicas:

Para evaluar las capacidades físicas de los niños se tuvo en cuenta la batería Brockport Physical Fitness Test (BFPT), denominada así por la ciudad estadounidense donde fue construida. Está compuesta de 27 ítems adaptados para niños y jóvenes con diferentes discapacidades.

De esos 27 ítems se escogieron los 6 más apropiados para aplicar a la muestra teniendo en cuenta factores como materiales, espacio y nivel de dificultad. A continuación, se explicarán las actividades escogidas y su explicación según Winnick y Short (2014).

- PACER (20 o 15 metros): está diseñada para medir la capacidad aeróbica. Los participantes deben correr a través de un área delimitada de 20 o 15 metros de distancia mientras suena un beep en una grabación. El objetivo del ejercicio es llegar a la meta antes de que se emita el sonido y empezar a correr justo cuando suene. Para las personas con discapacidad es necesario un guía a su lado el cual los acompañará en todo el recorrido.
- Body Mass Index: es simplemente la fórmula del índice de masa corporal que se calcula teniendo en cuenta el peso y la estatura de la persona.
- Curl up: este test está diseñado para medir la fuerza y resistencia abdominal. Los participantes iniciarán acostados en posición supina con las rodillas flexionadas. Deberán realizar unas abdominales con una cadencia de 3 segundos.
- Isometric push - up: este test está diseñado para medir la fuerza y resistencia del tren superior mediante una posición que deberán mantener por 40 segundos. Deberán tener los brazos totalmente extendidos, el cuerpo entero en línea recta y con solo los pies y las manos tocando el piso. El test termina cuando se pierde la posición algún movimiento de flexión o inclinación.
- Trunk lift: los participantes deberán extender el tronco acostados en pronación en el piso usando los músculos de la espalda baja y manteniendo la posición para la medición. Se mide la distancia desde el piso hasta la barbilla.
- Back - Saber sit and reach: este test mide la flexibilidad de los músculos isquiotibiales. Para ello, extender las piernas y flexionar el tronco en un aparato especializado para medir la distancia que se alcanza. (pp. 58 - 90)

### 3.6.2 Evaluación fundamentos del karate



A continuación, se presentarán los formatos de evaluación que se utilizarán para medir el desempeño de los estudiantes en la práctica deportiva. Se tendrán en cuenta las técnicas básicas y su transferencia a una serie de movimientos ya establecidos denominados Kata y Kihon.

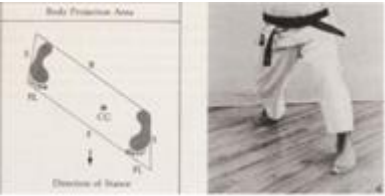




#### 3.6.2.1 Proceso de validación de matriz de evaluación

Las matrices de evaluación diseñadas por el grupo investigador fueron sometidas por un proceso de validación por el experto profesor Julián García. Quien es Licenciado en Educación Física, Especialista en Entrenamiento Deportivo; director de la International Shotokan Karate Federation en Colombia y 4to Dan en Karate Do.

#### 3.6.2.2 Evaluación Técnicas Básicas

La siguiente matriz permite evaluar los aspectos técnicos básicos del Karate Do. La puntuación se asignará por cada ítem con una unidad (1) si se cumple con el criterio, de lo contrario se otorgará (0). Al finalizar la evaluación se hará la sumatoria de todos los ítems y este será la puntuación final de esta parte de la evaluación (véase tabla 6).

<b>Tabla 12. Matriz de evaluación de técnicas básicas.</b>				
<b>1. Evaluación Técnicas Básicas</b>				
<i>Técnica</i>	<i>Items de evaluación</i>	<i>Puntos</i>	<i>Grafico</i>	
<b>Posiciones - Dachi</b>	Musubi -Dachi	Rodillas extendidas		
		Talones juntos punta de pies separados		
		Rotación externa de la cadera alrededor de 45°. Formar una escuadra con los pies.		
	Heiko Dachi	Rodillas extendidas		
		Pies paralelos uno del otro		
		Pies a la misma anchura de los hombros		

	Zenkutsu Dachi	Rodilla de la pierna adelantada flexionada		
		Distancia entre las dos piernas equivalente al doble de la anchura de los hombros		
		Pies paralelos con una anchura similar a la de los hombros		
Técnica de Defensa y Ataque	Gedan Barai	Hombro del brazo adelantado flexionado alrededor de 45°		
		Codo del brazo adelantado totalmente extendido		
		Mano en posición de puño, en pronación		
	Seiken (Puño)	Articulaciones de las falanges flexionadas		
		Dedo pulgar sobre las falanginas de los dedos índice y corazón		
		Articulación de la muñeca en su posición natural		
	Oi Tsuki	Brazo adelantado con el codo totalmente extendido		
		Mano contraria a la adelantada en Hikite		
		Mano adelantada en posición de Puño, en pronación.		
	Mae Geri	Pierna de base semiflexionada		
		Extensión completa de rodilla y tobillo		
		Ubicar como zona de contacto el metatarso del pie adelantado		
		<b>Puntuación Total:</b>		

### 3.6.2.3 Evaluación Kihon

La matriz servirá para evaluar el desarrollo del Kihon (véase tabla 7). La puntuación se asignará por el número de veces con la que cumple el ítem de evaluación que conforman cada secuencia, por ejemplo, si en el primer desplazamiento realizó bien dos veces el criterio de tres posibles se le asignara una puntuación de 2, en este orden de ideas la puntuación más baja por cada ítem de evaluación será (0) dado el caso que no cumpla con el criterio de la evaluación en ninguna de las tres repeticiones posibles y la puntuación más alta será (3) dado el caso en que cumpla el criterio durante las tres repeticiones de la secuencia. Al finalizar se sumarán los puntos obtenidos y ese será la puntuación final.

<b>Tabla 13. Matriz de evaluación del Kihon.</b>			
<b>2. Evaluación Kihon</b>			
<b>Paso</b>	<b>Secuencia</b>	<b>Ítems de evaluación</b>	<b>Puntos</b>
<b>1</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachí - Chudan Oi zuki (x 3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	
		Realizo los Oi Tsukis a la altura de su dorso	
		El último Oi Tsuki lo acompaño con el Kiai	
<b>2</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachí Gedan Barai (x3) con Kiai al finalizar	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar la posición	
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo. La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>3</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachí y desarrollar Mae Geri (x3) con Kiai al finalizar	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar de posición	
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	
		Realizo la patada Mae Geri con la pierna adelantada La última patada la acompaño con el Kiai	
<b>4</b>	Retroceder en Zenkutsu Dachí Gedan Barai x 3	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	
		La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>Puntos Totales:</b>			
<b>Puntos Posibles:</b>			

### 3.6.2.4 Evaluación Kata

Por medio de la matriz se podrá evaluar el Kata Taikioku Shodan (véase tabla 8). La puntuación se asignará de 5 a 10 siendo la puntuación más baja (5) y la más alta (10), exceptuando el protocolo que se evaluará con la asignación de (2) puntos si se cumple con el criterio o (0) si no se cumple. La puntuación final será la sumatoria de todos los ítems y este resultado será dividido por el número de ítems para determinar el promedio del resultado.

<b>Tabla 14. Matriz de evaluación del Kata</b>			
<b>3. Evaluación Kata: Taikyoku Shodan</b>			
<b>Criterio de Evaluación</b>			<b>Puntuación</b>
<b>Protocolo</b>	Se dará 2 puntos, por cumplir con uno de los pasos del protocolo para presentar el Kata. De tal manera que si cumple con cada uno de los pasos alcanzara la puntuación más alta.	Saludo al Compañero	2
		Reverencia para entrar al Tatami	0
		Saludo a los jueces	2
		Decir el nombre del Kata	0
		Ubicarse en Joi	2
<b>Criterios Técnicos</b>	<b>Posiciones</b>	El deportista mantiene la posición (Dachi) durante la ejecución del Kata	
	<b>Técnicas</b>	Las técnicas de defensa y ataque se realizan en el orden correcto.	
	<b>Movimientos de transición</b>	-Los desplazamientos se realizan en las direcciones correctas -Los giros se realizan correctamente	
	<b>Concentración</b>	-Se nota una seguridad en sus movimientos -Grito los dos Kia del Kata en el momento justo	
<b>Criterios</b>	<b>Fuerza</b>	Los movimientos técnicos son vigorosos	
	<b>Rapidez</b>	Los movimientos técnicos se realizan de manera fluida	

	<b>Equilibrio</b>	Durante los desplazamientos y giros se conservó un buen equilibrio	
--	-------------------	--	--

## CAPÍTULO IV



### 4 Análisis de Resultados

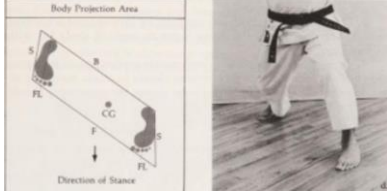


A continuación, se presentan los resultados del análisis realizado a la información obtenida de los dos instrumentos de recolección de datos. Los diarios de campo, la evaluación técnica y los resultados de la aplicación de la batería de test Brockport Physical Fitness Test (BFPT).



#### 4.1 Resultados Evaluación Técnica

Se muestran los resultados obtenidos en la evaluación técnica por parte de cada uno de los participantes, abordando el grupo intervenido con el modelo Teaching Game for Understanding y luego el modelo basado en la técnica.

**Tabla 15. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 1.**

1. Evaluación Técnicas Básicas				
Técnica		Items de evaluación	Puntos	Grafico
Posiciones - Dachi	Musubi-Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Talones juntos punta de pies separados	1	
		Rotación externa de la cadera alrededor de 45°. Formar una escuadra con los pies.	1	
	Heiko Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Pies paralelos uno del otro	0	

<b>Técnica de Defensa y Ataque</b>		Pies a la misma anchura de los hombros	1		
	Zenkutsu Dachi	Rodilla de la pierna adelantada flexionada	0		
		Distancia entre las dos piernas equivalente al doble de la anchura de los hombros	1		
		Pies paralelos con una anchura similar a la de los hombros	1		
	<b>Técnica de Defensa y Ataque</b>	Gedan Barai	Hombro del brazo adelantado flexionado alrededor de 45°	1	
			Codo del brazo adelantado totalmente extendido	0	
Mano en posición de puño, en pronación			1		
Seiken (Puño)		Articulaciones de las falanges flexionadas	1		
		Dedo pulgar sobre las falanginas de los dedos índice y corazón	1		
		Articulación de la muñeca en su posición natural	0		
Oi Tsuki	Brazo adelantado con el codo totalmente extendido	1			

		Mano contraria a la adelantada en Hikite	1	
		Mano adelantada en posición de Puño, en pronación.	1	
	Mae Geri	Pierna de base semiflexionada	0	
		Extensión completa de rodilla y tobillo	0	
		Ubicar como zona de contacto el metatarso del pie adelantado	1	
	<b>Puntuación Total:</b>		<b>15</b>	

**Tabla 16. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kihon. Participante # 1.**

<b>2. Evaluación Kihon</b>			
<b>Paso</b>	<b>Secuencia</b>	<b>Ítems de evaluación</b>	<b>Puntos</b>
<b>1</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachi - Chudan Oi zuki (x 3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	3
		Realizo los Oi Tsukis a la altura de su dorso	2
		El ultimo Oi Tsuki lo acompaño con el Kiai	0
<b>2</b>	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar la posición		2
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
	Avanzar en Zenkutsu Dachi Gedan Barai (x3) con Kiai al finalizar	Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	3

		La última defensa la acompaño con el Kiai	0
3	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar de posición		2
	Avanzar en Zenkutsu Dachi y desarrollar Mae Geri (x3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo la patada Mae Geri con la pierna adelantada	
		La última patada la acompaño con el Kiai	
4	Retroceder en Zenkutsu Dachi Gedan Barai x 3	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	3
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	
		La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>Puntos Totales:</b>			<b>19</b>
<b>Puntos Posibles:</b>			<b>30</b>


**Tabla 17. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kata. Participante # 1.**


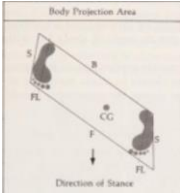




<b>1. Evaluación Kata: Taikyoku Shodan</b>				
<b>Criterio de Evaluación</b>				<b>Puntuación</b>
<b>Protocolo</b>	Se dará 2 puntos, por cumplir con uno de los pasos del protocolo para presentar el Kata. De tal manera que si cumple con cada uno de los pasos alcanzara la puntuación más alta.	Saludo al Compañero	2	<b>6</b>
		Reverencia para entrar al Tatami	0	
		Saludo a los jueces	2	
		Decir el nombre del Kata	0	
		Ubicarse en Joi	2	


<b>Criterios Técnicos</b>	<b>Posiciones</b>	El deportista mantiene la posición (Dachi) durante la ejecución del Kata	<b>7</b>
	<b>Técnicas</b>	Las técnicas de defensa y ataque se realizan en el orden correcto.	<b>8</b>
	<b>Movimientos de transición</b>	-Los desplazamientos se realizan en las direcciones correctas -Los giros se realizan correctamente	<b>8</b>
	<b>Concentración</b>	-Se nota una seguridad en sus movimientos -Grito los dos Kia del Kata en el momento justo	<b>9</b>
<b>Criterios Atlético</b>	<b>Fuerza</b>	Los movimientos técnicos son vigorosos	<b>9</b>
	<b>Rapidez</b>	Los movimientos técnicos se realizan de manera fluida	<b>8</b>
	<b>Equilibrio</b>	Durante los desplazamientos y giros se conservó un buen equilibrio	<b>7</b>

La participante mostró excelentes resultados ejecutando la posición Musubi dachi y en la vigorosidad al realizar la serie de movimientos. Sus desplazamientos, el equilibrio en los mismos y defensas bajas fueron aceptables. Tuvo dificultades al realizar Mae Geri con precisión y técnica y también olvidó gritar los Kiai cuando las acciones lo requerían.

**Tabla 18. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 2.**

<b>1. Evaluación Técnicas Básicas</b>				
<b>Técnica</b>		<b>Items de evaluación</b>	<b>Puntos</b>	<b>Grafico</b>
<b>Posiciones - Dachi</b>	Musubi-Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Talones juntos punta de pies separados	1	
		Rotación externa de la cadera alrededor de 45°. Formar una escuadra con los pies.	1	

	Heiko Dachi	Rodillas extendidas	0	
		Pies paralelos uno del otro	1	
		Pies a la misma anchura de los hombros	1	
	Zenkutsu Dachi	Rodilla de la pierna adelantada flexionada	0	 
		Distancia entre las dos piernas equivalente al doble de la anchura de los hombros	1	
		Pies paralelos con una anchura similar a la de los hombros	1	
Técnica de Defensa y Ataque	Gedan Barai	Hombro del brazo adelantado flexionado alrededor de 45°	1	
		Codo del brazo adelantado totalmente extendido	1	
		Mano en posición de puño, en pronación	1	
	Seiken (Puño)	Articulaciones de las falanges flexionadas	0	
		Dedo pulgar sobre las falanginas de los dedos índice y corazón	1	
		Articulación de la muñeca en su posición natural	0	
	Oi Tsuki	Brazo adelantado con el codo totalmente extendido	1	
		Mano contraria a la adelantada en Hikite	0	
		Mano adelantada en posición de Puño, en pronación.	1	
Mae Geri	Pierna de base semiflexionada	1		

	Extensión completa de rodilla y tobillo	0	
	Ubicar como zona de contacto el metatarso del pie adelantado	0	
<b>Puntuación Total:</b>		<b>14</b>	

**Tabla 19. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kihon. Participante # 12.**

1. Evaluación Kihon			
Paso	Secuencia	Ítems de evaluación	Puntos
1	Avanzar en Zenkutsu Dachi - Chudan Oi zuki (x 3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo los Oi Tsukis a la altura de su dorso	2
		El ultimo Oi Tsuki lo acompaño con el Kiai	0
2	Avanzar en Zenkutsu Dachi Gedan Barai (x3) con Kiai al finalizar	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar la posición	2
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	3
		La última defensa la acompaño con el Kiai	0
3	Avanzar en Zenkutsu Dachi y desarrollar Mae Geri (x3) con Kiai al finalizar	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar de posición	2
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo la patada Mae Geri con la pierna adelantada	
		La última patada la acompaño con el Kiai	

4	Retroceder en Zenkutsu Dachi Gedan Barai x 3	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	
		La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>Puntos Totales:</b>			<b>17</b>
<b>Puntos Posibles:</b>			<b>30</b>

**Tabla 20. Grupo 1. Teaching Game for Understanding. Evaluación Kata. Participante # 2.**

<b>1. Evaluación Kata: Taikyoku Shodan</b>			
<b>Criterio de Evaluación</b>			<b>Puntuación</b>
<b>Protocolo</b>	Se dará 2 puntos, por cumplir con uno de los pasos del protocolo para presentar el Kata. De tal manera que si cumple con cada uno de los pasos alcanzara la puntuación más alta.	Saludo al Compañero	2
		Reverencia para entrar al Tatami	0
		Saludo a los jueces	2
		Decir el nombre del Kata	0
		Ubicarse en Joi	2
			<b>6</b>
<b>Criterios Técnicos</b>	<b>Posiciones</b>	El deportista mantiene la posición (Dachi) durante la ejecución del Kata	<b>7</b>
	<b>Técnicas</b>	Las técnicas de defensa y ataque se realizan en el orden correcto.	<b>9</b>
	<b>Movimientos de transición</b>	-Los desplazamientos se realizan en las direcciones correctas -Los giros se realizan correctamente	<b>9</b>
	<b>Concentración</b>	-Se nota una seguridad en sus movimientos -Grito los dos Kia del Kata en el momento justo	<b>7</b>


<b>Criterios Atléticos</b>	<b>Fuerza</b>	Los movimientos técnicos son vigorosos	<b>8</b>
	<b>Rapidez</b>	Los movimientos técnicos se realizan de manera fluida	<b>8</b>
	<b>Equilibrio</b>	Durante los desplazamientos y giros se conservó un buen equilibrio	<b>9</b>


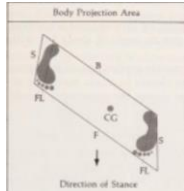





El participante # 2 comprendió de gran manera la posición inicial de Musubi – Dachi y la defensa baja Gedan – barai; además demostró fuerza y fluidez en sus movimientos. Tuvo una muy buena orientación a la hora de realizar la serie de movimientos en el orden correcto. En cuanto a desplazamientos y tsukis su rendimiento fue aceptable. Por último, se notó una gran dificultad en la ejecución de las patadas o mae geri por lo que su resultado en las evaluaciones no fue el mejor.

### Participante # 3

Debido a la edad del estudiante y a su condición de discapacidad no fue posible aplicar ninguna de las 3 evaluaciones. Por esto, su desarrollo y desempeño no podrá ser utilizado de manera cuantitativa en cuanto a los fundamentos básicos del karate por lo que será necesario revisar los test y los datos cualitativos de las matrices basadas en los diarios de campo.

**Tabla 21. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 4.**

1. Evaluación Técnicas Básicas			
<i>Técnica</i>	<i>Items de evaluación</i>	<i>Puntos</i>	<i>Grafico</i>
<b>Posiciones - Dachi</b>	Rodillas extendidas	1	
	Talones juntos punta de pies separados	1	
	Rotación externa de la cadera alrededor de 45°. Formar una escuadra con los pies.	1	
	Rodillas extendidas	1	

Técnica de Defensa y Ataque	Heiko Dachi	Pies paralelos uno del otro	0	
		Pies a la misma anchura de los hombros	1	
	Zenkutsu Dachi	Rodilla de la pierna adelantada flexionada	1	 
		Distancia entre las dos piernas equivalente al doble de la anchura de los hombros	1	
		Pies paralelos con una anchura similar a la de los hombros	1	
	Gedan Barai	Hombro del brazo adelantado flexionado alrededor de 45°	1	
		Codo del brazo adelantado totalmente extendido	1	
		Mano en posición de puño, en pronación	1	
	Seiken (Puño)	Articulaciones de las falanges flexionadas	1	
Dedo pulgar sobre las falanginas de los dedos índice y corazón		1		
Articulación de la muñeca en su posición natural		1		
Oi Tsuki	Brazo adelantado con el codo totalmente extendido	1		
	Mano contraria a la adelantada en Hikite	1		
	Mano adelantada en posición de Puño, en pronación.	1		
Mae Geri	Pierna de base semiflexionada	1		
	Extensión completa de rodilla y tobillo	0		
	Ubicar como zona de contacto el metatarso del pie adelantado	1		
<b>Puntuación Total:</b>			<b>19</b>	

<b>Tabla 22. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kihon. Participante # 4.</b>			
<b>2. Evaluación Kihon</b>			
<b>Paso</b>	<b>Secuencia</b>	<b>Ítems de evaluación</b>	<b>Puntos</b>
<b>1</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachi - Chudan Oi zuki (x 3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	3
		Realizo los Oi Tsukis a la altura de su dorso	2
		El ultimo Oi Tsuki lo acompaño con el Kiai	0
<b>2</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachi Gedan Barai (x3) con Kiai al finalizar	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar la posición	3
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	3
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	3
		La última defensa la acompaño con el Kiai	0
<b>3</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachi y desarrollar Mae Geri (x3) con Kiai al finalizar	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar de posición	3
		Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	3
		Realizo la patada Mae Geri con la pierna adelantada	
		La última patada la acompaño con el Kiai	
<b>4</b>	Retroceder en Zenkutsu Dachi Gedan Barai x 3	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	
		La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>Puntos Totales:</b>			<b>22</b>
<b>Puntos Posibles:</b>			<b>30</b>



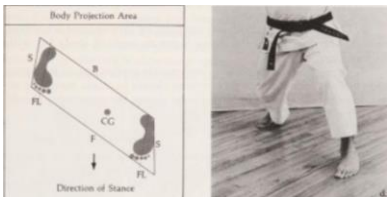


<b>Tabla 23. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kata. Participante # 4.</b>				
<b>3. Evaluación Kata: Taikyoku Shodan</b>				
<b>Criterio de Evaluación</b>				<b>Puntuación</b>
<b>Protocolo</b>	Se dará 2 puntos, por cumplir con uno de los pasos del protocolo para presentar el Kata. De tal manera que si	Saludo al Compañero	2	<b>8</b>
		Reverencia para entrar al Tatami	2	



	cumple con cada uno de los pasos alcanzara la puntuación más alta.	Saludo a los jueces	2	
		Decir el nombre del Kata	0	
		Ubicarse en Joi	2	
<b>Criterios Técnicos</b>	<b>Posiciones</b>	El deportista mantiene la posición (Dachi) durante la ejecución del Kata		<b>10</b>
	<b>Técnicas</b>	Las técnicas de defensa y ataque se realizan en el orden correcto.		<b>8</b>
	<b>Movimientos de transición</b>	-Los desplazamientos se realizan en las direcciones correctas -Los giros se realizan correctamente		<b>10</b>
	<b>Concentración</b>	-Se nota una seguridad en sus movimientos -Grito los dos Kia del Kata en el momento justo		<b>8</b>
<b>Criterios Atlético</b>	<b>Fuerza</b>	Los movimientos técnicos son vigorosos		<b>8</b>
	<b>Rapidez</b>	Los movimientos técnicos se realizan de manera fluida		<b>7</b>
	<b>Equilibrio</b>	Durante los desplazamientos y giros se conservó un buen equilibrio		<b>10</b>

Una vez se finaliza la intervención y se realiza las evaluaciones correspondientes, se puede determinar que la participante ha logrado asimilar la mayoría de los nombres de las diferentes técnicas abordadas y así mismo, está en la capacidad de ejecutarlas. Aunque, requiere de un fortalecimiento muscular, en especial de su tren inferior para poder adoptar la postura Zenkutsu Dachi de manera correcta.

En segunda medida, Laura demostró memorizar los desplazamientos correctos en el Kata Taikioku Shodan con sus giros y cambios de dirección de manera correcta.

Tabla 24. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 5.

1. Evaluación Técnicas Básicas				
Técnica		Items de evaluación	Puntos	Grafico
Posiciones - Dachi	Musubi-Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Talones juntos punta de pies separados	1	
		Rotación externa de la cadera alrededor de 45°. Formar una escuadra con los pies.	1	
	Heiko Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Pies paralelos uno del otro	1	
		Pies a la misma anchura de los hombros	1	
	Zenkutsu Dachi	Rodilla de la pierna adelantada flexionada	0	
		Distancia entre las dos piernas equivalente al doble de la anchura de los hombros	1	
		Pies paralelos con una anchura similar a la de los hombros	1	
Técnica de Defensa y Ataque	Gedan Barai	Hombro del brazo adelantado flexionado alrededor de 45°	1	
		Codo del brazo adelantado totalmente extendido	1	
		Mano en posición de puño, en pronación	1	
	Seiken (Puño)	Articulaciones de las falanges flexionadas	0	
		Dedo pulgar sobre las falanginas de los dedos índice y corazón	1	
		Articulación de la muñeca en su posición natural	1	

	Oi Tsuki	Brazo adelantado con el codo totalmente extendido	1	
		Mano contraria a la adelantada en Hikite	0	
		Mano adelantada en posición de Puño, en pronación.	1	
	Mae Geri	Pierna de base semiflexionada	1	
		Extensión completa de rodilla y tobillo	1	
		Ubicar como zona de contacto el metatarso del pie adelantado	1	
<b>Puntuación Total:</b>		<b>18</b>		
<b>Puntuación Posible:</b>		<b>21</b>		

**Tabla 25. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kihon. Participante # 5.**



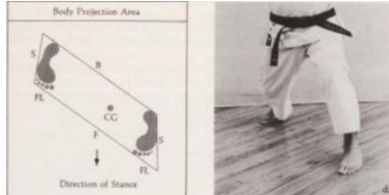


<b>1. Evaluación Kihon</b>			
<b>Paso</b>	<b>Secuencia</b>	<b>Ítems de evaluación</b>	<b>Puntos</b>
<b>1</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachi - Chudan Oi zuki (x 3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	1
		Realizo los Oi Tsukis a la altura de su dorso	2
		El ultimo Oi Tsuki lo acompaño con el Kiai	0
<b>2</b>	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar la posición	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	3
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	2
		La última defensa la acompaño con el Kiai	2
<b>3</b>	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar de posición	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Realizo la patada Mae Geri con la pierna adelantada	2
		La última patada la acompaño con el Kiai	0
<b>4</b>	Retroceder en Zenkutsu Dachi Gedan Barai x 3	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2



		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	
		La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>Puntos Totales:</b>			<b>16</b>
<b>Puntos Posibles:</b>			<b>30</b>

<b>Tabla 26. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kata. Participante # 5</b>					
<b>3. Evaluación Kata: Taikyoku Shodan</b>					
<b>Criterio de Evaluación</b>				<b>Puntuación</b>	
<b>Protocolo</b>		Se dará 2 puntos, por cumplir con uno de los pasos del protocolo para presentar el Kata. De tal manera que si cumple con cada uno de los pasos alcanzara la puntuación más alta.	Saludo al Compañero	2	8
			Reverencia para entrar al Tatami	2	
			Saludo a los jueces	2	
			Decir el nombre del Kata	0	
			Ubicarse en Joi	2	
<b>Criterios Técnicos</b>	<b>Posiciones</b>	El deportista mantiene la posición (Dachi) durante la ejecución del Kata		7	
	<b>Técnicas</b>	Las técnicas de defensa y ataque se realizan en el orden correcto.		8	
	<b>Movimientos de transición</b>	-Los desplazamientos se realizan en las direcciones correctas -Los giros se realizan correctamente		8	
	<b>Concentración</b>	-Se nota una seguridad en sus movimientos -Grito los dos Kia del Kata en el momento justo		8	
<b>Criterios Atlético</b>	<b>Fuerza</b>	Los movimientos técnicos son vigorosos		8	
	<b>Rapidez</b>	Los movimientos técnicos se realizan de manera fluida		8	
	<b>Equilibrio</b>	Durante los desplazamientos y giros se conservó un buen equilibrio		9	

Una vez la participante realizó todas las evaluaciones técnicas, se puede determinar que su avance en el deporte es positivo, teniendo en cuenta su aprendizaje teórico con respecto a la memorización del nombre de posiciones, patadas y puños. Así mismo, se pudo evidenciar que aprendió a ejecutar las diferentes técnicas, aunque con pequeños errores que se pueden mejorar con la práctica. Como lo es el Hikite y realizar el Kiai cuando se requiere.

En aspectos como la memorización de desplazamientos en el Kata, la estudiante muestra muy buenos resultados, pero en la ejecución del Kihon, no refleja la misma situación.

<b>Tabla 27. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Técnicas Básicas. Participante # 6.</b>				
<b>2. Evaluación Técnicas Básicas</b>				
<b>Técnica</b>	<b>Items de evaluación</b>	<b>Puntos</b>	<b>Grafico</b>	
<b>Posiciones - Dachi</b>	Musubi-Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Talones juntos punta de pies separados	1	
		Rotación externa de la cadera alrededor de 45°. Formar una escuadra con los pies.	1	
	Heiko Dachi	Rodillas extendidas	1	
		Pies paralelos uno del otro	1	
		Pies a la misma anchura de los hombros	1	
Zenkutsu Dachi	Rodilla de la pierna adelantada flexionada	0		
	Distancia entre las dos piernas equivalente al doble de la anchura de los hombros	0		
	Pies paralelos con una anchura similar a la de los hombros	1		
<b>Técnica de Defensa y Ataque</b>	Gedan Barai	Hombro del brazo adelantado flexionado alrededor de 45°	1	
		Codo del brazo adelantado totalmente extendido	0	
		Mano en posición de puño, en pronación	1	
	Seiken (Puño)	Articulaciones de las falanges flexionadas	1	
		Dedo pulgar sobre las falanginas de los dedos índice y corazón	1	
		Articulación de la muñeca en su posición natural	0	

	Oi Tsuki	Brazo adelantado con el codo totalmente extendido	0	
		Mano contraria a la adelantada en Hikite	0	
		Mano adelantada en posición de Puño, en pronación.	1	
	Mae Geri	Pierna de base semiflexionada	0	
		Extensión completa de rodilla y tobillo	0	
		Ubicar como zona de contacto el metatarso del pie adelantado	1	
<b>Puntuación Total:</b>			<b>13</b>	
<b>Puntuación Posible:</b>			<b>21</b>	

**Tabla 28. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kihon. Participante # 6**

<b>1. Evaluación Kihon</b>			
<b>Paso</b>	<b>Secuencia</b>	<b>Ítems de evaluación</b>	<b>Puntos</b>
<b>1</b>	Avanzar en Zenkutsu Dachi - Chudan Oi zuki (x 3) con Kiai al finalizar	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	1
		Realizo los Oi Tsukis a la altura de su dorso	2
		El ultimo Oi Tsuki lo acompaño con el Kiai	0
<b>2</b>	Giro de 180 grados por la izquierda con cambio de guardia, sin cambiar la posición	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Avanzar en Zenkutsu Dachi Gedan Barai (x3) con Kiai al finalizar	1
		Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	1
<b>3</b>	La última defensa la acompaño con el Kiai	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	0
		Avanzar en Zenkutsu Dachi y desarrollar Mae Geri (x3) con Kiai al finalizar	2
		Realizo la patada Mae Geri con la pierna adelantada	2
<b>4</b>	La última patada la acompaño con el Kiai	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	2
		Retroceder en Zenkutsu Dachi Gedan Barai x 3	2
<b>4</b>	Realizo la respectiva posición (Dachi) en cada desplazamiento	Realizo la defensa dejando su mano a la altura de su muslo.	2

		La última defensa la acompaño con el Kiai	
<b>Puntos Totales:</b>			<b>13</b>
<b>Puntos Posibles:</b>			<b>30</b>

<b>Tabla 29. Grupo 2. Basado en la Técnica. Evaluación Kata. Participante # 6.</b>				
<b>3. Evaluación Kata: Taikyoku Shodan</b>				
<b>Criterio de Evaluación</b>			<b>Puntuación</b>	
<b>Protocolo</b>	Se dará 2 puntos, por cumplir con uno de los pasos del protocolo para presentar el Kata. De tal manera que si cumple con cada uno de los pasos alcanzara la puntuación más alta.	Saludo al Compañero	2	<b>6</b>
		Reverencia para entrar al Tatami	2	
		Saludo a los jueces	2	
		Decir el nombre del Kata	0	
		Ubicarse en Joi	0	
<b>Criterios Técnicos</b>	<b>Posiciones</b>	El deportista mantiene la posición (Dachi) durante la ejecución del Kata		<b>7</b>
	<b>Técnicas</b>	Las técnicas de defensa y ataque se realizan en el orden correcto.		<b>8</b>
	<b>Movimientos de transición</b>	-Los desplazamientos se realizan en las direcciones correctas -Los giros se realizan correctamente		<b>8</b>
	<b>Concentración</b>	-Se nota una seguridad en sus movimientos -Grito los dos Kia del Kata en el momento justo		<b>8</b>
<b>Criterios Atlético</b>	<b>Fuerza</b>	Los movimientos técnicos son vigorosos		<b>7</b>
	<b>Rapidez</b>	Los movimientos técnicos se realizan de manera fluida		<b>7</b>
	<b>Equilibrio</b>	Durante los desplazamientos y giros se conservó un buen equilibrio		<b>7</b>

La estudiante demostró tener facilidad para la memorización de términos del Karate Do, cómo los nombres de las técnicas abordadas en clase. Sin embargo, a la hora de ejecutar dichas técnicas Karen careció de exactitud y simultaneidad en las mismas, lo que demuestra una falta de práctica y control motor para ejecutarlas con mayor precisión.

Por otra parte, la participante demuestra tener inconvenientes con la fluidez y velocidad de las técnicas durante el Kata Taikioku Shodan y el Kihon propuesto por los profesores, como el acompañamiento del Kiai en el momento que se precisa, según lo establecido en la disciplina.

#### 4.2 Resultados Batería de Test

A continuación, se podrá evidenciar los resultados obtenidos por parte de los estudiantes en la batería de Test que se realizó antes de iniciar la intervención y después de finalizar la misma, esto con el fin de poder comparar los datos obtenidos y así llegar a determinar los aportes secundarios que ha tenido la intervención realizada.

<b>Participante</b>	<b>Edad</b>	<b>Sexo</b>	<b>Talla</b>	<b>Peso</b>	<b>Discapacidad</b>	<b>Modelo</b>
1	11 años	Masculino	1.45 m	48 kg	Cognitivo	Teaching Game
2	13 años	Femenino	1.37m	34 kg	Síndrome de Down leve	Teaching Game
3	4 años	Femenino	1.00 m	14 kg	Retardo del desarrollo y Visual	Teaching Game
4	15 años	Femenino	1.57 m	51 kg	Visual	Basado en la técnica
5	10 años	Femenino	1.20 m	35 kg	Visual	Basado en la técnica
6	14 años	Femenino	1.57 m	58.4 kg	Visual	Basado en la técnica

### 4.2.1 Comparación Batería Pre y Post Test

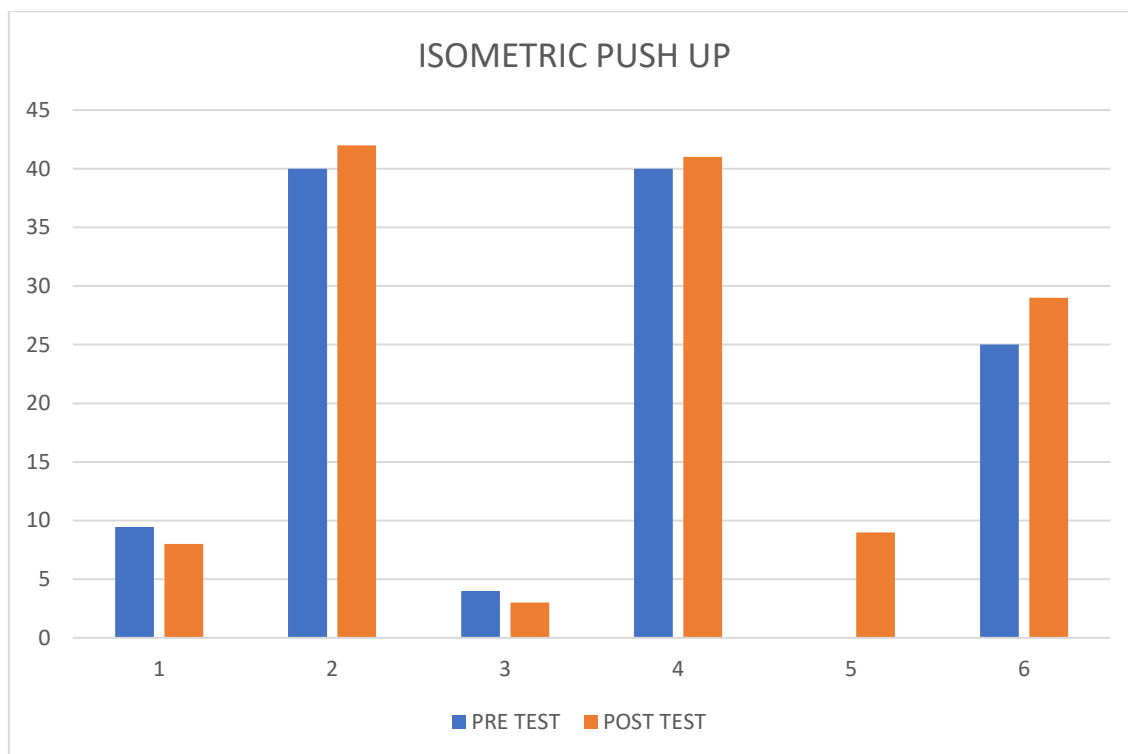


Tabla 31. Resultados Isometric Push Up

Según los datos obtenidos de pre y post Test de la prueba Isometric Push Up, se puede evidenciar que a pesar de la corta intervención se presenta una leve mejora sobre la media. Vale la pena resaltar que no se logró obtener el dato correspondiente al pre Test de una estudiante por su falta a la sesión.

También se observa que el participante # 2 a pesar de tener menos años que la participante # 1 y la # 5, logró mayor eficacia en el test obteniendo mejores resultados y junto a participante # 4 y # 6 logró mejorar en el post Test

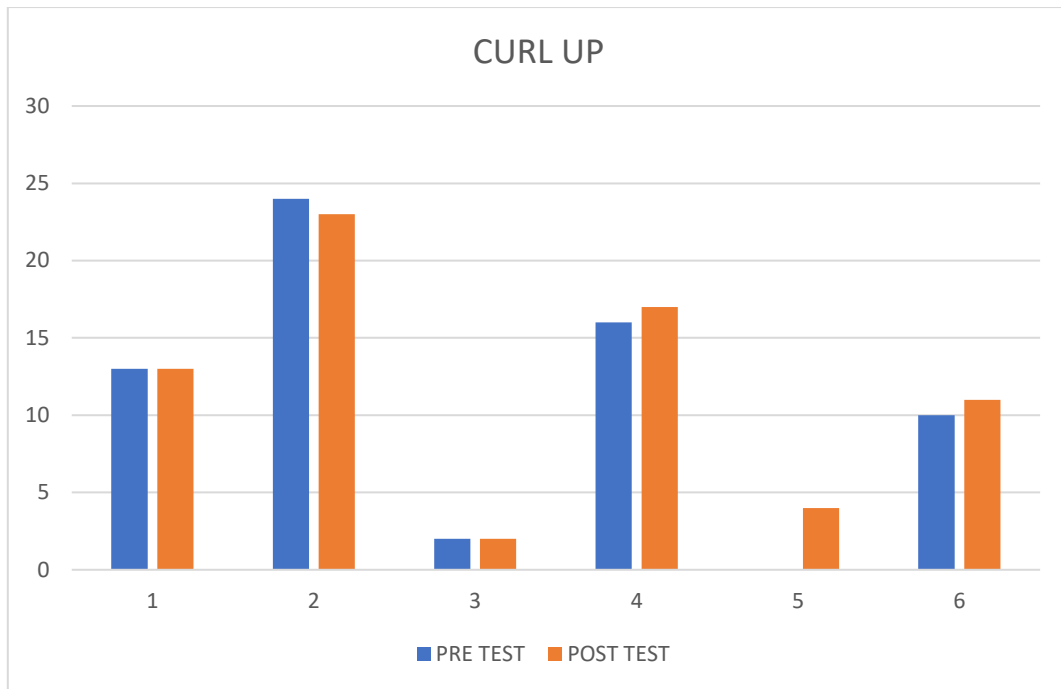


Tabla 32. Resultados Curl Up

Según los datos obtenidos de pre y post Test de la prueba Curl Up, se logra observar que no existe una mejoría significativa de la fuerza abdominal después de la intervención realizada. Así mismo, se debe aclarar que no se logró obtener el dato de pre Test de una estudiante por falta de asistencia.

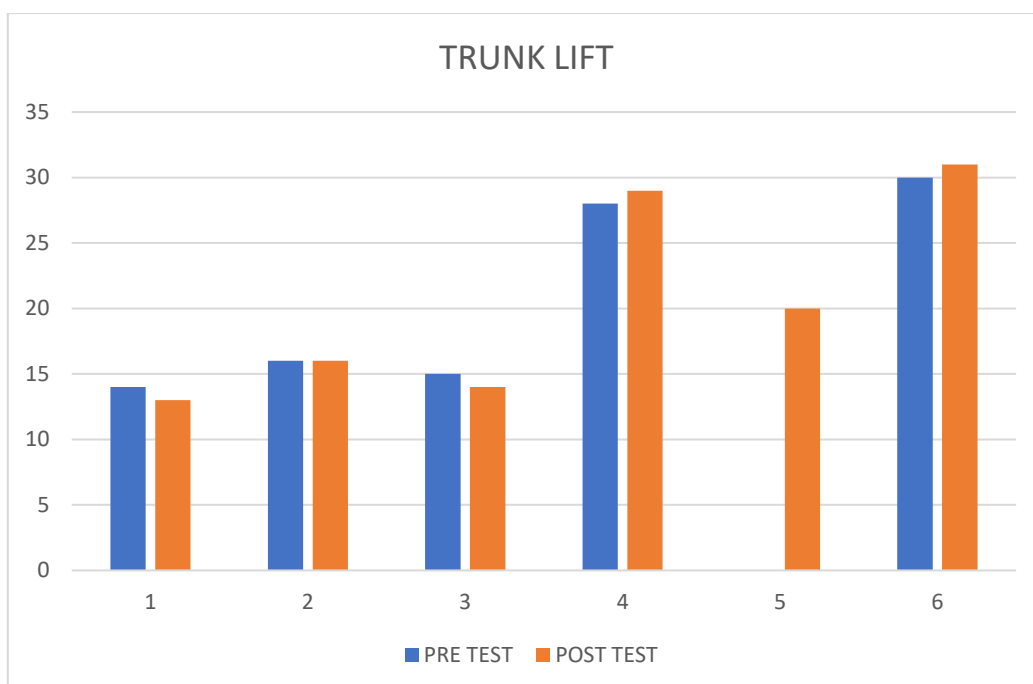


Tabla 33. Resultados Trunk Lift

Se evidencia que en la prueba Trunk Lift los niños con alguna discapacidad cognitiva tienen similitud en los resultados del test, mientras que las niñas que solo presentan discapacidad visual tienen mejores resultados y tienen una mayor capacidad física para realizar esta prueba.

En líneas generales el pre y post test demuestran que no existe una diferencia significativa entre ellos en ninguno de los participantes. Es decir, no se presentan grandes avances físicos en los niños que presentaron los test.

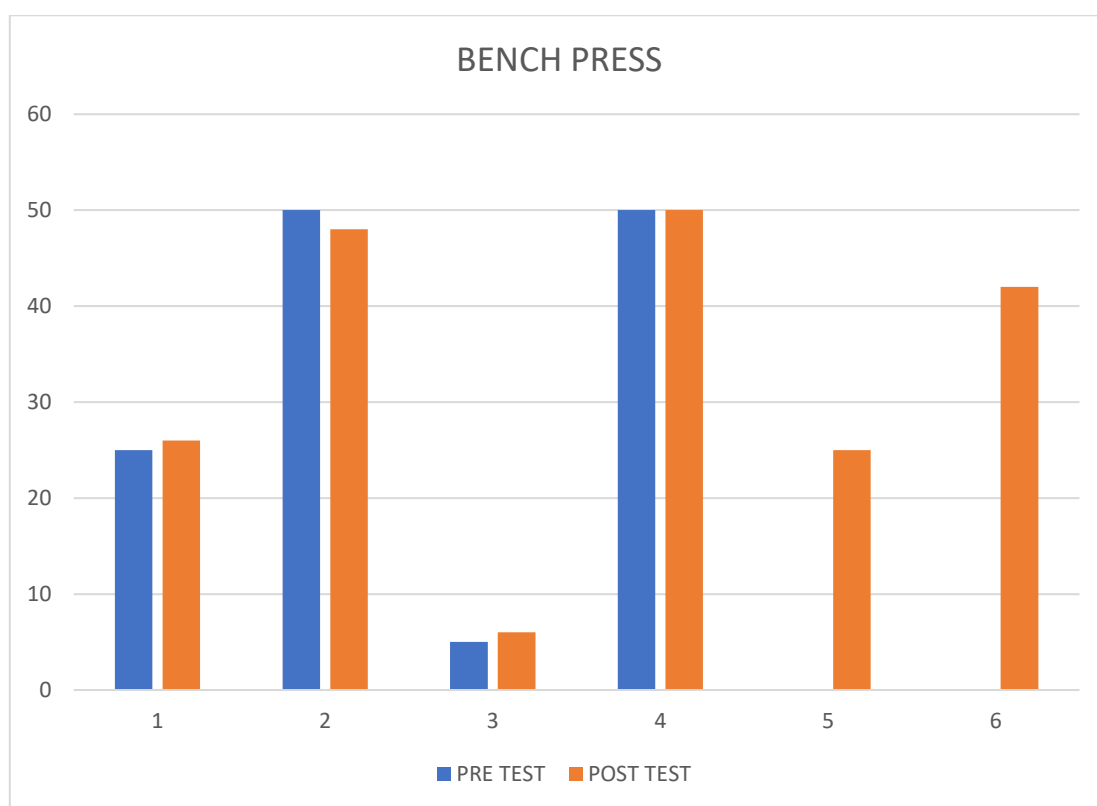


Tabla 34. Resultados Bench Press

Según los datos obtenidos de pre y post Test de la prueba Bench Press, se puede observar que existe mejoría por parte de dos estudiantes, pero esto no significa que haya una mejoría significativa. Teniendo en cuenta que dos estudiantes no han podido ser posible comparar por falta de datos.

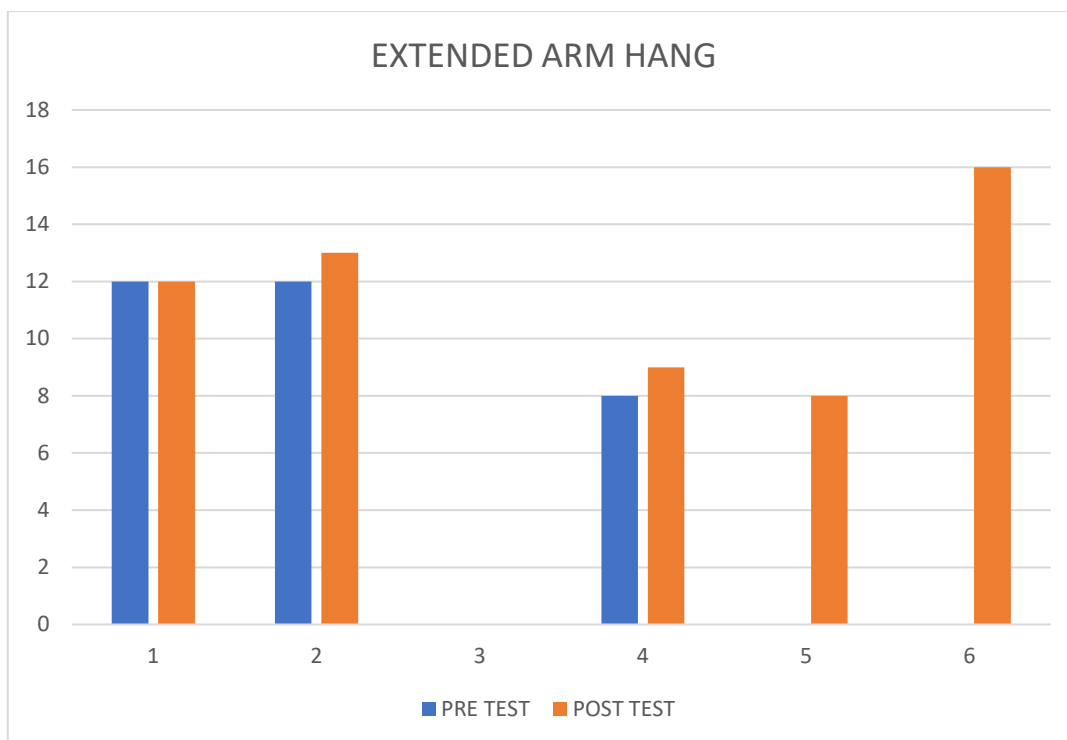


Tabla 35. Resultados Extended Arm Hang

Según los datos obtenidos de pre y post Test de la prueba Extended Arm Hang, se observa una mejoría en dos estudiantes, sin embargo, no es un dato que tenga mucho peso al existir tres estudiantes que no poseen datos suficientes para poder comparar.

<b>Tabla 36. Resultados Shoulder Strecht</b>			
<b>SHOULDER STRECHT</b>			
<b>PRE TEST</b>		<b>POST TEST</b>	
<b>DERECHA</b>	<b>IZQUIERDA</b>	<b>DERECHA</b>	<b>IZQUIERDA</b>
+	+	+	+
+	+	+	+
+	+	+	+
+	+	+	+
0	0	+	+
0	0	+	-

Con base en los datos obtenidos de pre y post Test de la prueba Shoulder Strecht, se puede observar que no existe una alteración a favor o en contra de la flexibilidad de cada niño, aunque existen dos niños, con los cuales no se puede realizar la comparación, pero que si tienen resultados a favor de dicho test.

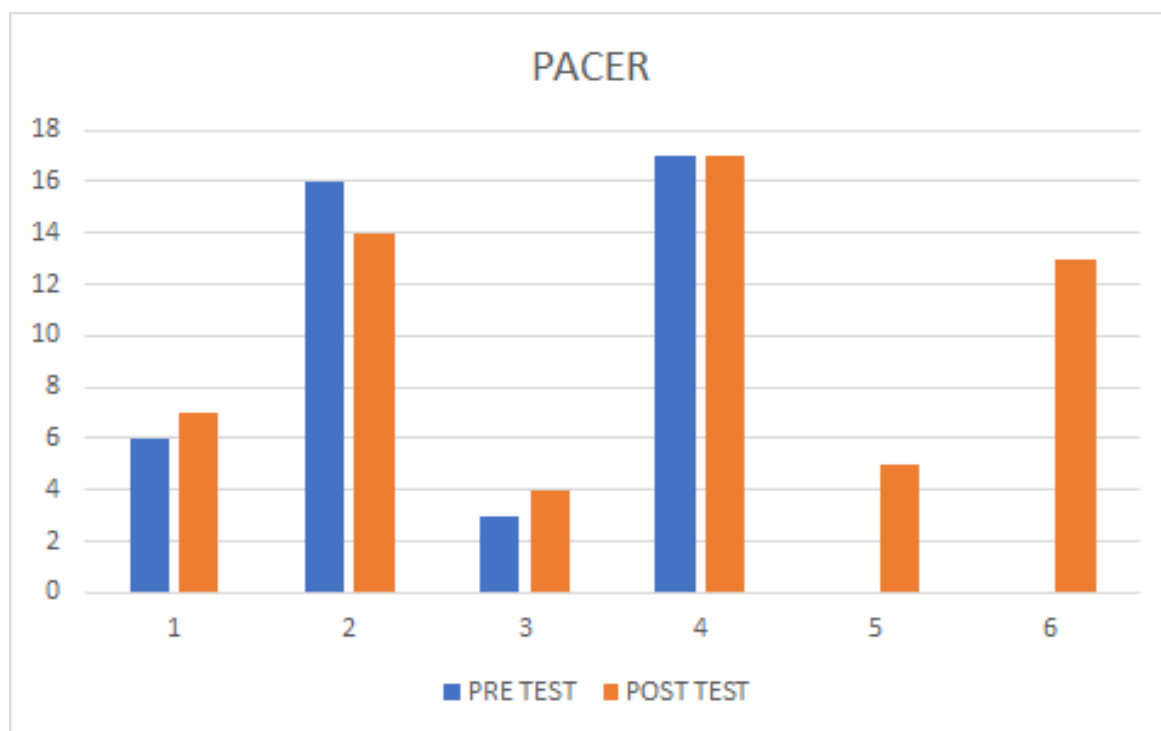


Tabla 37. Resultados Pacer

Teniendo como base los datos obtenidos de pre y post Test de la prueba Pacer, se puede determinar una mejoría en un estudiante con discapacidad cognitiva y uno con discapacidad visual. Cabe la pena resaltar, que no se pudo obtener la comparación de dos estudiantes por falta de recolección de datos.

### 4.3 Resultados Matriz de Análisis individual por Modelo Didáctico

A partir del siguiente apartado se podrá evidenciar el análisis individual realizado a partir de los diarios de campo, teniendo en cuenta los criterios del diario de campo y la evaluación técnica.

#### 4.3.1 Resultados matriz de análisis individual de los participantes del modelo Theaching Game for Understanding

<b>Tabla 38. Análisis individual Participante # 1</b>		
<b>Participante</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
<b>Participante # 1</b>	<p><b>Participación:</b></p> <p>La niña en la gran mayoría de sesiones de clase demostró una gran disposición para aprender y ejecutar las tareas propuestas.</p> <p>Hizo notar con actitudes físicas que no le gustaba realizar muchas repeticiones en la misma tarea, las variables de los juegos tampoco le resultaban atractivas. Aunque siempre participó en la clase, en algunas ocasiones se le notaba en sus expresiones verbales y físicas que quería realizar otra actividad fuera de la que se encontraba haciendo.</p> <p>Generalmente cuando no quería trabajar en clase, buscaba iniciar una comunicación verbal ya fuese con un profesor o con su acompañante, a su vez le gustaba sentarse en el tatami para demostrar precisamente que no quería seguir ejecutando la misma tarea.</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>Se evidencia que la niña queda con una posición grabada después de ver que alguien más la hace y la deja como posición predeterminada para todo momento. En este caso la posición Kiba Dachi (posición de jinete).</p> <p>No tiene claros los términos Dachi (defensa) Tsuki (puño) Geri (defensa) por lo cual confunde las técnicas. A su vez al momento de realizar la técnica Mae Geri (patada frontal) la realiza sin flexionar bien la rodilla y después de la extensión total de la pierna en la ejecución de la patada, pierde el equilibrio con facilidad.</p> <p>También se evidencia la frustración al momento de no hacer la técnica que se le solicita.</p>
	<p><b>Motivación:</b></p> <p>Se evidenció que las actividades más llamativas eran los juegos donde tenía interacción con los demás niños y los</p>	

<p>profesores, Se divertía y disfrutaba de las actividades de calentamiento que en la mayoría de las ocasiones no tenían conexión obvia con las técnicas del Karate.</p> <p>Las actividades propuestas para el aprendizaje de las técnicas básicas del Karate resultaron atractivas, se hizo énfasis en no realizar muchas variables del mismo juego y se optó por ejecutar más juegos, con menos variables para no perder su atención y motivación.</p> <p>En general la niña pse mostró contenta con las actividades propuestas, al final de las sesiones de clase se veía feliz y en las retroalimentaciones demostró su gusto en la participación de estas mismas.</p>	
<p><b>Dificultades:</b></p> <p>Participaba en las sesiones de clase con medias puestas, esto generaba que, en las actividades propuestas por los profesores, se resbalara continuamente con el tatami, esto imposibilitó una correcta ejecución de las técnicas de desplazamiento y giros. Así mismo esta dificultad hizo presencia en la presentación del Kihon y el Kata, donde no realizaba de manera adecuada las posturas y tampoco realizaba bien el ajuste corporal.</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>Se evidencia que no tiene claridad en los nombres de las diferentes técnicas, al momento de entrar al Tatami al darle la instrucción comienza a hacer el Kata 1. También se evidencia que se concentra en el desplazamiento con los pies y descuida la posición de las manos y ajustes corporales. Al realizar los ejercicios con medias, tiende a resbalarse, no tiene claridad en los giros y duda mucho del siguiente paso.</p>

	<p>Otra dificultad evidente es que, por su discapacidad, tiende a confundir las técnicas de defensa y de ataque, específicamente la defensa baja Ghedan Barai y el puño Oi Tsuki, así mismo tiende a realizar la tarea mientras el profesor aún se encuentra dando la explicación, esto imposibilitando entender de una manera correcta la tarea a realizar o el juego que se va a llevar a cabo.</p> <p>Por otra parte, la comunicación con el acompañante generaba distracción en ella y al momento de la realización del juego o actividad se sentía perdida y en ocasiones no lograba entender las instrucciones dadas por los profesores.</p>	
	<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>La comunicación de la participante con sus compañeros es prácticamente nula, generalmente se comunica con su acompañante, mientras que con los profesores si se comunicaba y realizaba preguntas relacionadas con la ejecución de las diferentes técnicas, a su vez en algunas ocasiones tuvo comunicación con los profesores expresando asuntos de su vida personal; esto sobre todo en momentos en que no estaba</p>	

	participando activamente de la sesión de clase.	
	<p><b>Logros:</b></p> <p>En el desarrollo de las sesiones de clase, no logró ejecutar de una manera correcta las posiciones básicas, esto debido a la falta de ajuste corporal en cada una de las técnicas aprendidas. Se evidenció que realizaba los movimientos sin tener en cuenta los ángulos con los cuales se debía ejecutar cada uno de ellos, se observa que falta firmeza en los movimientos, así como también falta aplicar las correcciones realizadas por los profesores.</p> <p>Logró terminar el proceso teniendo conocimientos básicos del Karate en cuanto a lo teórico y a su vez logró realizar elementos técnicos del Karate de una buena manera a pesar de las dificultades presentadas a lo largo del proceso y sus dificultades por ejecutarlas conforme a lo enseñado por los profesores.</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>La niña realiza el Kata incompleto, en partes hace técnicas que no van dentro del embuse, se evidencia que con las medias se resbala al momento de ejecutar los desplazamientos y giros. Por momentos se concentra de más en el desplazamiento con los pies y olvida aplicar la técnica, ya sea de ataque o defensa.</p> <p>No realiza de buena manera el hikite (ajuste de la mano), en la defensa Ghedan Barai queda con la mano muy retirada de la rodilla, en el Tsuki no lanza el puño en línea recta, sino en diagonal hacia abajo y en la posición de Zenkutsu Dachi no ajusta bien las piernas, se notan muy cercanas, la pierna de adelante no flexiona lo suficiente y se encuentran muy lineales, lo cual no le permite tener buen equilibrio.</p> <p>La niña en sesiones anteriores realizó bien el Kata, quizás se puso nerviosa o perdió la concentración</p>

<b>Tabla 39. Análisis individual Participante # 2</b>		
<b>Participante</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
<b>Participante # 2</b>	<p><b>Participación:</b></p> <p>La participación del niño fue activa, teniendo en cuenta su discapacidad cognitiva leve que en ocasiones interrumpía su concentración frente a la recepción de la instrucción y posteriormente a ejecutar la misma.</p> <p>Sin embargo, por medio del esfuerzo y dedicación a la hora de realizar las actividades propuestas demostró su entusiasmo por aprender y mejorar su técnica deportiva.</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>Durante la evaluación se evidenciaron unos pequeños errores en la ejecución de las técnicas, entre ellos la tención involuntaria de sus muñecas al realizar el tsuki, además de esto, la rodilla derecha en el mantenimiento de las posiciones no toma la correcta posición y en la ejecución de la patada frontal no mantuvo la rodilla a la altura de su cadera debido a su poca fuerza y coordinación de movimientos compuestos por varios segmentos corporales.</p>
	<p><b>Motivación:</b></p> <p>Respondió de manera positiva frente a las diferentes actividades propuestas en las sesiones, lo que permitió que se divirtiera y mantuviera una actitud positiva en la mayoría del tiempo. De igual manera en un porcentaje muy alto, teniendo en cuenta el número de sesiones a las que asistió, mantuvo una buena actitud y en pocas ocasiones se notó desanimado.</p>	

<p><b>Dificultades:</b></p> <p>El participante en su intento de realizar los desplazamientos de Karate Do, no pudo mantener una solides en sus movimientos, ya que le gustaba la sensación de deslizarse en el tatami a tal punto que los profesores y el acudiente le llamaban la atención por este hecho en repetidas ocasiones. El niño en la mayoría de los movimientos mantenía una alta tensión en sus manos y muñecas, además de esto, en varias ocasiones no controló la fuerza de sus movimientos</p> <p>Durante las sesiones se notó poca comunicación verbal con los profesores y con sus pares, en su mayoría la comunicación la establecía con su mamá.</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>Dentro de la ejecución del kihon se evidenció poco reconocimiento verbal de las técnicas, por tanto, no se llevaron a cabo según la instrucción.</p>
<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>No tuvo una participación activa verbal con los profesores ni con los compañeros de clase. No generó preguntas frente a los ejercicios, no compartió sus experiencias de vida y además de esto, en la mayoría de las veces que se establecía una instrucción, él antes de seguir la indicación miraba a su mamá con la intensión de sentir seguridad a la hora de realizarlo o en ocasiones no seguía</p>	

<p>la instrucción y era necesario repetirla varias veces hasta que la comprendiera por completo.</p> <p>Sin embargo, en las oportunidades de diálogo con el participante, se evidenció una clara capacidad de comunicarse con normalidad, lo que permite inducir que Juan espera que su mamá responda por él.</p>	
<p><b>Logros:</b></p> <p>Durante las sesiones y sus respectivos objetivos se evidenció que no alcanzó a dominar la posición adelantada (Zenkutsu Dachi), sin embargo, por momentos lograba ejecutarla, pero no podía mantenerla.</p> <p>Debido a su poco control de la fuerza no dominó completamente los desplazamientos y el giro por la espalda de 270 grados, pero sí logró realizar los demás giros con facilidad (45, 90 y 180 grados).</p> <p>En cuanto al desarrollo de las técnicas de defensa en el Karate do logró realizarlas, pero manteniendo una alta tensión constante en la articulación de la muñeca lo que afecta directamente la efectividad de la técnica.</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>Se desarrolló con claridad el embuse (forma general del Kata), pero en los aspectos técnicos se evidenciaron grandes falencias como la poca claridad entre los ataques de puño y las defensas bajas, y que las desarrollaba a la misma altura y además de esto le agrego al Kata movimientos de desliz con los pies donde no iban.</p>

<b>Tabla 40. Análisis individual Participante # 3</b>		
<b>Participante</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
<b>Participante # 3</b>	<p><b>Participación:</b></p> <p>La niña participó en la mayoría de las clases (7 en total) en las primeras de ellas junto a su mamá debido a su edad y a su condición. Los profesores le daban las indicaciones a su madre y ella intentaba lograr que la niña las hiciera.</p> <p>Su comunicación verbal es bastante ininteligible debido a su retardo y a su edad, por lo que fue clave fijarse en otros gestos o expresiones para comprender un poco como se sentía.</p> <p>Por ejemplo, en las primeras dos clases lloró bastante quizás por ser un nuevo espacio para ella y por alejarse un pequeño tiempo del lado de su madre. Sin embargo, al transcurrir de las sesiones, se le veía con más confianza gritando, saltando, reconociendo el espacio y realizando los ejercicios de la mano de los profesores.</p> <p>De hecho, en las últimas clases, ya no estaba acompañada de su mamá sino de un solo profesor, el cual la guiaba y trabajaba con ella de manera individual.</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>No realizó evaluación</p>
	<p><b>Motivación:</b></p>	

	<p>Es difícil concluir si las actividades resultaron atractivas para ella, pero si se puede decir, que con el paso de las clases, su actitud cambió positivamente. El hecho de no llorar, de caminar y correr por el Dojo y de seguir algunas indicaciones de los profesores, nos lleva a decir que al final, fue de su agrado la participación en el programa de Karate do.</p>	
	<p><b>Dificultades:</b></p> <p>Debido a su edad principalmente, y a su condición física y motriz, fue imposible enseñarle a la niña las técnicas básicas del deporte. Por ende, tampoco fue posible enseñarle el Kata y el Kihon.</p> <p>Las actividades tuvieron que enfocarse en los patrones básicos de movimiento y en el reconocimiento del campo y de objetos.</p> <p>En cuanto a la comunicación también fue difícil relacionarse con ella ya que verbalmente no dice muchas palabras y su lenguaje es comprendido únicamente por su mamá.</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>No realizó evaluación</p>
	<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>Con otros estudiantes no tuvo relación alguna debido al trabajo individualizado.</p> <p>Con los profesores su interacción estaba condicionada de gran manera al tacto.</p>	

	Tomarla de las manos, mover sus pies y desplazarla eran las acciones principales de los docentes para que lograra los objetivos de los ejercicios.	
	<p><b>Logros:</b></p> <p>La niña pudo desprenderse de su mamá e interactuar con los profesores paulatinamente.</p> <p>Además, realizaba por si misma al final del programa, acciones como caminar, correr y saltar con mucha más confianza que al inicio de las clases.</p> <p>A pesar de que a nivel deportivo no hubo un avance, a nivel físico y emocional demostró una gran evolución.</p>	<p><b>Kata</b></p> <p>No realizó evaluación</p>

#### 4.3.2 Resultados matriz de análisis individual de los participantes del Modelo Basado en la Técnica.

<b>Participante</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
Participante # 4	<p><b>Participación:</b></p> <p>Participa siempre de forma activa en las clases y aunque a veces demuestra un poco de fatiga, sigue realizando las</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>Las técnicas de Musubi-Dachi, Zenkutsu Dachi, Gedan Barai y Oi Tsuki fueron ejecutadas de manera</p>

<p>actividades propuestas y permanece atenta a las indicaciones del profesor.</p> <p>Además, evidencia gusto al realizar las actividades y su comunicación verbal y confianza mejoró a medida que iban pasando las clases.</p>	<p>correcta sin ningún error. Sin embargo, hizo falta un poco de tensión y fuerza muscular en las extremidades para darle más seguridad y estética a los movimientos.</p> <p>En la técnica Heiko dachi olvidó</p>
<p><b>Motivación:</b></p> <p>Fue de las participantes más constantes en la asistencia a las sesiones. Esto demuestra, además de otras cosas, su alta motivación por las clases. A pesar de ser un modelo didáctico más técnico y con pocos ejercicios lúdicos y formas jugadas, su interés fue permanente.</p>	<p>posicionar los pies de forma paralela y en la patada o Mae Geri, la extensión de la rodilla y el tobillo no fueron completas.</p>
<p><b>Dificultades:</b></p> <p>A nivel físico presenta una notoria debilidad muscular en sus extremidades inferiores que se hacía evidente a la hora de realizar ejercicios que implicaran una flexión de las rodillas como el Zenkutsu Dachí. La corrección de los profesores debía ser constante y a pesar de esto, al final de las sesiones todavía se seguía presentando, pero en menor medida.</p> <p>Otro de los errores más comunes era la posición del brazo en la posición de Gedan Barai ya que a veces parecía que</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>Realiza los desplazamientos Zenkutsu Dachí ida y vuelta a la indicación del evaluador.</p> <p>En la defensa Gedan Barai sube un poco el brazo de la posición apropiada.</p> <p>No menciona los Kiai cuando ejecuta los tsukis.</p> <p>A nivel general, Laura obtuvo muy buenos resultados comparado con los participantes de los otros grupos. A pesar de las pocas sesiones, logró</p>

<p>estuviera haciendo un tsuki debido a la altura de éste.</p>	<p>comprender y ejecutar la mayoría de las técnicas básicas de manera correcta.</p>
<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>En cuanto a dimensión social, lastimosamente no pudo interactuar con otros estudiantes ya que fue la única del grupo.</p> <p>Con los profesores la comunicación verbal fue muy pobre ya que solo cuando se le preguntaba algo respondía y lo hacía de forma muy breve. Asentía y disentía de manera constante.</p>	
<p><b>Logros:</b></p> <p>Logró aprender la mayoría de las técnicas básicas enseñadas en el programa, algunas de mejor manera que otras.</p> <p>Por ejemplo, las patadas y los puños los aprendió y ejecutó de gran manera. Los desplazamientos y los giros le costaron un poco en cuanto a la dirección y posición del pie sobre el que se giraba, pero con el transcurrir de las clases pudo interiorizarlo.</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>Mantuvo la posición Zenkutsu Dachi en toda la ejecución de manera equilibrada.</p> <p>Los giros los realizó hacia la dirección correcta cuando tenía que cambiar de orientación.</p> <p>Olvidó gritar los kiai en los momentos correspondientes.</p> <p>La fluidez y la rapidez de los movimientos no fue la manera apropiada debido a las pausas de tiempo que hacía para concentrarse.</p>

<b>Tabla 42. Análisis individual Participante # 5</b>		
<b>Participante</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
<b>Participante # 5</b>	<p><b>Participación:</b></p> <p>La participación fue activa en la mayoría de las clases, ya que en algunas situaciones no desarrollaba la actividad o el ejercicio que se proponía, en vez de ello se concentraba en sus propios pensamientos hasta que el profesor le volvía a describir el ejercicio o le llama la atención por no realizar la actividad. Además de esto en todos los ejercicios mantenía un balanceo constante del cuerpo que no le permite mantener las posiciones de Karate Do en los tiempos solicitados</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>No desarrolló las técnicas de manera correcta, eran aspectos muy particulares como la extensión completa o parcial de alguna articulación lo que le faltaba para desarrollar por completo las técnicas básicas del Karate Do.</p>
	<p><b>Motivación:</b></p> <p>La motivación de la niña tuvo muchos altibajos durante los ejercicios propuestos en las sesiones, al inicio su motivación era alta al conocer el ejercicio y quererlo dominar, pero cuando realizaba más de tres a cinco repeticiones su motivación bajaba y no realizaba más el ejercicio, además de esto también se evidencio poco interés por mejorar la técnica, en cambio de ello mostraba interés por saber los nombres de las técnicas, sus</p>	

	<p>definiciones y traducciones al español. A tal punto de no recordar las técnicas corporalmente, pero si recordarlas oralmente.</p>	
	<p><b>Dificultades:</b></p> <p>Desde el inicio del proceso mostró un desbalance corporal, mantener el equilibrio en el tatami se le hacía difícil lo que le daba inseguridad al realizar los ejercicios. Además de esto su tonicidad corporal es baja y es muy poco el tiempo en el que ella mantenía las posiciones del Karate Do, situación que no permitía practicar los puños y patadas de manera correcta.</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>El desplazamiento frontal lo dominó, pero no fue constante en mantener las posiciones, siempre les hacía alguna variación lo que empeoraba su calificación y se evidenció dificultad en los giros de 180 grados.</p>
	<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>Se caracterizó por ser la participante más activa en términos de comunicación verbal, fueron constantes veces en las que ella preguntaba sobre las dudas que tenía respecto a los ejercicios, y así mismo era la que primero intentaba contestar cada vez que el profesor preguntaba algo relacionado al Karate Do.</p> <p>Se evidencio un gran desarrollo verbal, debido a los términos usados durante sus participaciones.</p>	
	<p><b>Logros:</b></p> <p>Logró conocer y aprender la mayoría de las técnicas, pero no logro llevarlas a la</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>La forma del Kata (embuse) se desarrolló de manera correcta,</p>

	<p>práctica, siendo consciente de identificar las diferentes posiciones no pudo mantenerlas por lapsos de tiempo cortos debido a sus desbalances corporales y poco desarrollo de la fuerza. Además de esto logro desarrollar el embuse del Kata, haciendo los desplazamientos y giros correctos, pero no en todas las ocasiones logro desarrollar las técnicas de manera correcta.</p>	<p>pero no se diferenciaron las técnicas de defensa y ataque a la hora de desarrollarlos durante el recorrido, y además de esto las posiciones se realizaron altas y con inseguridad, lo que bajo su calificación.</p>
--	--	--

<b>Tabla 43. Análisis individual Participante # 6</b>		
<b>Participante</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
Participante # 6	<p><b>Participación:</b></p> <p>A nivel general de todo el proceso que se llevó a cabo, tiene una participación muy activa frente a las diferentes propuestas de clase planteadas. A pesar de su discapacidad visual, procuró realizar los diferentes ejercicios siguiendo las instrucciones verbales planteadas por los profesores.</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>Conoce el término de las diferentes técnicas abordadas durante las sesiones, lo que le permite apropiarse durante la clase y avanzar en buena medida.</p> <p>Así mismo, consiguió realizar movimientos simultáneos entre extremidades superiores e inferiores cuando se requiere</p>

	<p>A nivel verbal, no interactuó con frecuencia ya que es una niña bastante tímida y se limita mucho. Aunque, a nivel corporal logra demostrar todo lo contrario.</p>	<p>según la técnica y el ejercicio propuesto por el profesor.</p> <p>Aspecto a mejorar, la ejecución del Hikite cuando la técnica que se va a ejecutar lo requiere.</p>
	<p><b>Motivación:</b></p> <p>Muy pocas veces se evidenció expresiones corporales o verbales por parte de la participante, para mostrar alegría por las actividades propuestas. Sin embargo, cumplió con los objetivos planteados para las sesiones a las que asistió.</p>	
	<p><b>Dificultades:</b></p> <p>La niña procesa mejor las indicaciones cuando se realizan de manera personal y no grupal. Esto disminuye la velocidad de progreso, entendiéndose que no puede estar siempre un profesor acompañando únicamente su proceso.</p> <p>Así mismo, hubo momentos donde se trataba de enredar entre los diferentes términos que hacen parte del Karate Do, lo que</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>Comprende el significado del término y su desplazamiento correspondiente, sumado a esto, al dominar las diferentes técnicas logra ejecutar positivamente el kijon propuesto por el profesor.</p> <p>Aspecto a mejorar en este proceso, es mantener la postura de Zenkutsu Dachi antes y después de ejecutar a técnica solicitada.</p>

	<p>obligó a realizar feedbacks para aclarar dudas.</p>	
	<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>Entendiendo que es una niña bastante tímida, no realizó preguntas, comentarios o expresiones verbales en la mayoría de las sesiones, lo que permite inferir que su comunicación verbal es casi que nula, aunque por fuera de las clases si se comunica verbalmente con sus familiares.</p> <p>A nivel corporal, si permite dar a entender a los profesores su gusto hacia la clase y sus componentes.</p>	
	<p><b>Logros:</b></p> <p>La niña cumplió con los objetivos planteados a nivel teórico y práctico con respecto al protocolo de entrada y salida de la clase, al realizar la posición correcta y responder de manera verbal cuando es necesario.</p> <p>Con respecto a las técnicas básicas abordadas, se evidencia una falta de ajuste corporal en el</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>Reconoce con facilidad los desplazamientos que se requieren en el kata Taikioku Shodan, lo que le permite aprender con facilidad a nivel general el proceso.</p> <p>Falta mejorar la posición de Zenkutsu Dachi y el Hikite durante la ejecución del kata.</p>

	<p>tren inferior, debido a la falta de fortalecimiento muscular en dicha zona. Aunque en su tren superior, alcanzó los objetivos planteados al aprender los movimientos correspondientes a las defensas.</p>	
--	--	--

Una vez finaliza la intervención, es posible evidenciar el desarrollo que ha tenido el participante # 2 con respecto a su control motor y su problema para recibir instrucciones por parte de los profesores. Lo que permitía con el paso de las sesiones avanzar de manera más efectiva y que pudiera disfrutar con mayor agrado las actividades propuestas.

Así mismo, es claro el avance que tuvo la participante # 3 con relación a los profesores y el espacio que se tenía de clase, teniendo en cuenta que al principio solía llorar y tomar actitudes que no le permitían participar de la mejor manera. Con el paso de las clases, se pudo desenvolver de mejor manera y así llegar al punto de estar en mejor actitud y presta para participar con los profesores.

Por otra parte, la participante # 1 sorprendió a los profesores y compañeros de la clase, al demostrar que dominaba las diferentes técnicas vistas en clase, al estar en capacidad de enseñarle a su mamá por medio del ejemplo y explicación sencilla verbal. Como segunda instancia, demostró que aprende mejor y es más receptiva cuando se le da una explicación de manera personal y no grupal.

También cabe resaltar el desenvolvimiento muy positivo de la participación de los niños con discapacidad cognitiva al ser altamente receptivos y aprender las técnicas básicas del Karate Do, casi que a la par que sus demás compañeros.

Por último, es importante nombrar que la participante # 4 se destacó por su desarrollo en la disciplina y su capacidad para memorizar patrones de movimientos, como es en el caso del Kata Taikioku Shodan o en el Kihon propuesto por los profesores.

#### 4.4 Resultados Matriz de Análisis por Modelo didáctico

En seguida se podrá evidenciar el análisis hecho a partir del modelo aplicado en los dos grupos de intervención.

##### 4.4.1 Resultados Matriz de Análisis del Modelo Teaching Game for Understanding

<b>Tabla 44. Análisis del Modelo Teaching Game for Understanding.</b>			
<b>Modelo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
<b>Teaching Game for Understanding</b>	Participante # 1	<p><b>Participación:</b></p> <p>En el trabajo con los niños se evidenció una participación muy activa. La expresión general de los niños a nivel físico y verbal, en la mayor cantidad fue de diversión y satisfacción.</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>Los participantes adquirieron las técnicas básicas enseñadas por los profesores, sin embargo, no lograron memorizar los nombres, pero por medio de la guía del profesor se hizo notorio el aprendizaje de estos mismos.</p> <p>Aunque no alcanzaron el perfeccionamiento de las diferentes técnicas vistas en las sesiones de clase, se evidencia que si se cumplió con todos los planteamientos teóricos durante las sesiones de clase.</p>
	Participante # 2	<p>A pesar de las distracciones que podían intervenir mientras se realizaban las sesiones de clase, los niños respondieron muy bien a todas las actividades planteadas.</p>	
	Participante # 3	<p>Se disminuyeron el número de variaciones de cada juego, incluyendo más actividades a cada sesión de clase y se evidenció una participación más activa. También se observó que</p>	

		<p>los niños presentaron una disminución en la pérdida de atención por las distracciones externas a la clase.</p>	
		<p><b>Motivación:</b></p> <p>Los estudiantes demostraron gusto por las actividades planteadas en las sesiones de clase, sobre todo los juegos de calentamiento donde se salía un poco de la parte deportiva y se realizaban más juegos tradicionales, buscando conectarlo con los desplazamientos y giros implícitos en el Karate Do.</p> <p>Al realizar las retroalimentaciones se evidenció que para los estudiantes y padres de familia las actividades resultaron atractivas y generaron gusto para la participación de los niños en el proceso.</p>	
		<p><b>Dificultades:</b></p> <p>Se evidencia que hubo dificultades con el tatami</p>	<p><b>Kihon:</b></p>

		<p>para los que usaban medias, debido a que se resbalaban y no podían mantener el equilibrio, por lo tanto, no ejecutaban bien las diferentes técnicas aprendidas durante el proceso.</p> <p>No adquirieron un perfeccionamiento de la técnica debido al poco tiempo de práctica de esta modalidad del Karate Do.</p> <p>Para algunas actividades propuestas el espacio quedó corto y se presentaron dificultades debido a los vidrios de las ventanas y puertas, donde se debió tener un mayor cuidado con los niños y así mismo con el espacio.</p>	<p>No lograron procesar el orden del Kihon. Aun así, se evidenció que tienen el desplazamiento en Zenkutsu Dachi claro, se confunden un poco entre la defensa Ghedan Barai y el ataque Oi Tsuki, pero en líneas generales, se esfuerzan por trazar el movimiento como lo ordenan los profesores.</p> <p>No demuestran seguridad en sus conocimientos y dudan mucho al momento de realizar cualquier técnica solicitada en la evaluación del Kihon</p>
		<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>Los niños se comunican muy poco entre ellos, su interacción es más física, tienden a comunicarse por medio de gestos, donde buscan hacer entender si dudan de algo, si quieren</p>	

		<p>algún otro movimiento o movimientos, o si están disfrutando de la actividad.</p> <p>Con los docentes se comunican un poco más que entre ellos, aunque la participante 3 no pueda comunicarse de manera verbal, busca la forma de hacerse entender y así mismo la participante 1, quien busca entablar dialogo, a pesar de no lograr hablar con claridad.</p>	
		<p><b>Logros:</b></p> <p>Aunque los niños no lograron ejecutar las técnicas de la mejor manera, si aprendieron elementos básicos, además de esto, lograban realizar las técnicas y movimientos bien por momentos, aunque no lograron ser constantes con estos mismos.</p> <p>Los niños se familiarizaron con el Karate, teniendo aprendizajes significativos, así mismo, aunque la participante 1 no</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>Se evidencia el trabajo del Kata completo en sesiones de clase anteriores, estructuran el embuse de una buena manera, aunque la participante 1 agrega elementos que no van y le faltan algunos desplazamientos, teniendo en cuenta el poco tiempo de práctica y que ninguno de ellos tenía experiencias previas en el Karate, aprendieron el Kata, cometiendo algunos errores posturales y técnicos, pero demostrando lo aprendido a lo largo de todo el proceso.</p>

		logró ejecutar las técnicas del Karate por su corta edad y su retardo de desarrollo, igualmente tuvo aprendizajes significativos en la parte motora.	
--	--	--	--

#### 4.4.2 Resultados Matriz de Análisis del Modelo Basado en la Técnica

<b>Tabla 45. Análisis modelo basado en la técnica.</b>			
<b>Modelo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Diario de Campo</b>	<b>Evaluación Técnica</b>
<b>Basado en la Técnica</b>	Participante # 4  Participante # 5  Participante # 6	<p><b>Participación:</b></p> <p>En general fue activa, por medio de sus respuestas corporales ante las indicaciones dadas por el profesor. Pero en ocasiones fue limitada su participación en la clase, debido a las inseguridades producidas por la falta de información del entorno debido a su discapacidad visual.</p> <p>En la mayoría del tiempo las participantes estaban atentas a recibir instrucciones y seguirlas, lo que permitió que se desarrollarán las sesiones de manera amena.</p>	<p><b>Técnicas Básicas:</b></p> <p>Los estudiantes alcanzaron los objetivos teóricos planteados durante las 11 sesiones, aunque a nivel práctico no se logra evidenciar el mismo nivel adquirido. Es importante destacar, que en el espacio donde se llevaron a cabo las sesiones, se presentaba en algunas ocasiones bastante ruido y esto influía de manera negativa al proceso de enseñanza.</p>

		<p><b>Motivación:</b> Las actividades propuestas a nivel general fueron desarrolladas por todos los estudiantes, permitiendo cumplir en gran medida con los objetivos establecidos, sin embargo, se pudo evidenciar que no son lo suficientemente divertidas o atractivas en todos los momentos y esto genera que disminuyan su nivel de concentración y actitud hacia la clase.</p>	
		<p><b>Dificultades:</b> Dentro de la mayoría de las sesiones se pudo evidenciar una gran dificultad por parte de las distracciones externas (ruidos) que dificultaron la comunicación con las participantes.</p> <p>Otras dificultades que se encontraron fueron el poco desarrollo motriz y físico por parte de las participantes, en especial la fuerza que era fundamental para la mayoría de los ejercicios.</p>	<p><b>Kihon:</b></p> <p>Los niños alcanzaron a cumplir el objetivo teórico con respecto a los desplazamientos que se requieren en este proceso y en la evaluación lo llevaron a cabo con buen nivel.</p> <p>Con respecto al orden de la ejecución de técnicas, se evidencia complicaciones al tener confusiones en la definición de cada técnica.</p>

		<p><b>Interacción y Comunicación:</b></p> <p>A nivel verbal la participante 5 era la única participante que interactuó de manera autónoma y activa con los profesores, mientras que las dos participantes restantes participaron, pero no de manera autónoma, siempre requerían un estímulo como preguntas y comentarios por parte del profesor para manifestar sus pensamientos o dudas que se pudieran generar durante la clase.</p> <p>La comunicación entre los estudiantes fue completamente nula, nunca se evidenció una interacción entre ellos de manera verbal o corporal.</p>	
		<p><b>Logros:</b></p> <p>El aprendizaje de los términos técnicos del Karate Do se pudo lograr en su mayoría, pero este aprendizaje no se llevó a cabo en la práctica de la manera esperada, ya que en aspectos particulares de la</p>	<p><b>Kata:</b></p> <p>Los estudiantes lograron ejecutar el kata con ciertas dificultades, como los giros y mantener la posición de Zenkutsu Dachi.</p>

		<p>técnica como mantener la posición no se lograba en su totalidad, debido al poco desarrollo de la tonicidad corporal.</p> <p>A pesar del poco desarrollo técnico por parte de las participantes, se logró aprender el embuse (forma) del Kata con los respectivos giros y desplazamientos.</p>	<p>A nivel general, aprendieron el embuse (forma) de manera correcta.</p>
--	--	--	---

#### 4.5 Discusión de los resultados

Una vez aplicado los modelos con los dos grupos, se pudieron encontrar resultados que mostraron fortalezas, debilidades, semejanzas y diferencias didácticas entre estos, permitiendo corroborar o contradecir preceptos teóricos. Además, brinda al docente herramientas para aplicar o no un modelo didáctico o varios, según la intención pedagógica que tenga y la población a intervenir. Se debe aclarar el hecho de que las personas con discapacidad visual, cognitiva o con otras necesidades especiales, requieren de otro tipo de estrategias educativas para mejorar su proceso de enseñanza aprendizaje.

Referente a la aplicación de la batería de test, se encuentra que no hay una diferencia significativa entre los resultados del Pre-Test y el Post-Test, a pesar de que en algunas sesiones de clase se trabajaron ejercicios de fortalecimiento. De igual manera las diferencias entre los resultados individuales de los niños resultan lógicos, teniendo en cuenta su contextura y edad.

El modelo Teaching Game for Understanding resultó ideal para trabajar con niños que presentan discapacidades debido a que genera un impacto positivo en ellos gracias a que el proceso de enseñanza-aprendizaje es por medio de juegos generalmente; esto lleva a que los niños disfruten mucho más las sesiones de clase y a que no tengan que estar tan pendientes de la técnica y el perfeccionamiento de esta.

El modelo Basado en la Técnica muestra una gran eficacia para la enseñanza-aprendizaje de las técnicas básicas del Karate Do. Seguramente por esto, ha sido el modelo más usado por parte de los profesores y entrenadores al momento de enseñarlo. Las actividades propuestas, la repetición de los movimientos, la constante corrección e instrucción técnica conllevan a buenas ejecuciones y gestos técnicos. Lo anterior se vio reflejado en los resultados individuales de los participantes a los cuales se les aplicó el modelo.

La metodología aplicada, permitió conocer de antemano los avances que presentaban los estudiantes con el paso de cada sesión, una vez se analizaba el video de la clase y se procedía a diligenciar el formato de Diario de Campo donde se determinaba sus logros, dificultades, su motivación frente a la práctica y sus avances frente a los mecanismos de comunicación con sus compañeros y profesores. Así mismo, las matrices de evaluación propuestas evidenciaron el nivel cuantitativo alcanzado por los diferentes participantes.

## **CAPÍTULO V**

### **5.1 Conclusiones**

Los dos modelos utilizados (Modelo Basado en la Técnica y Teaching Game for Understanding) para enseñar las técnicas básicas del Karate Do mostraron resultados positivos en cuanto a la apropiación de técnicas básicas por parte de los niños y niñas con discapacidad visual y cognitiva, y en cuanto a la transferencia de esos gestos a la serie de movimientos del Kata y del Kihon; lo anterior se logró evidenciar gracias a los diarios de campo y al análisis de las evaluaciones.

Sin embargo, se lograron evidenciar mejores resultados técnicos en los participantes del segundo grupo: modelo basado en la técnica. Esto quizás, por ser un modelo didáctico enfocado en la repetición de patrones y de movimientos y en la constante corrección por parte del profesor.

A pesar de lo anterior, no es objetivo y apropiado asegurar que el modelo basado en la técnica es mejor que el TGFU para la enseñanza de fundamentos técnicos básicos del Karate Do, ya que el número de sesiones de clase no fue el ideal. Cabe recordar que este modelo prioriza el juego y la táctica, por lo que la ejecución técnica suele abordarse posteriormente de manera más amplia.

Queda claro entonces, que el modelo basado en la técnica permite un acercamiento mucho más rápido y preciso a las técnicas del Karate Do, facilitando así su desarrollo y avance de estas, mediante instrucciones e indicaciones directas a los estudiantes.

En cuanto al modelo alternativo TGFU, puede decirse que es apto para mantener una participación activa de los estudiantes, siempre y cuando sean congruentes con sus capacidades y se les brinde la posibilidad de experimentar diferentes opciones de juego durante las sesiones de clase. También, su condición lúdica y táctica, permite trabajar otras dimensiones de desarrollo del niño como la social y la cognitiva, abordando de manera mucho más integral el proceso de enseñanza - aprendizaje del individuo.

En conclusión, se pudieron evidenciar fortalezas y debilidades claras y deferentes entre los dos modelos aplicados, no solo al momento de evaluar a los participantes sino también a la hora de intervenir mediante las sesiones de clase. Además, es oportuno exponer que algunas inconsistencias metodológicas y didácticas fueron reflejadas en los diarios de campo, por lo que fueron ajustadas de manera oportuna y correcta por los investigadores y profesores.

Por otro lado, las evaluaciones técnicas fueron adecuadas para analizar el progreso de los participantes ya que los resultados cuantitativos permitieron medir de manera sistemática y clara, los desempeños de los participantes a pesar del poco tiempo de intervención.

## **5.2 Limitaciones del Estudio**

La investigación se desarrolló en medio de la emergencia sanitaria mundial producida por el Covid 19, que desde el año 2020 se presenta. Esto dificultó llevar a cabo la intervención de manera presencial en dos colegios como se tenía planeado, pero se encontró la posibilidad de llevarlo a cabo en el Centro Integral de Servicios de Zipaquirá, con niños en edades comprendidas entre 10 y 15 años, a excepción de una niña de 4 años, todos estudiantes de colegios del municipio de Zipaquirá. Además, se trabajó con dos niñas en la localidad de Suba en Bogotá, estudiantes de colegios ubicados en la ciudad de Bogotá

En un principio el estudio se iba a realizar únicamente con niños con discapacidad visual, pero al tener la imposibilidad de encontrar una institución educativa con esta población, que estuviera trabajando de manera presencial o alternancia. Se realizó el trabajo con niños con

discapacidad visual y cognitiva, teniendo unos hallazgos muy importantes para la investigación.

La situación social que se ha venido presentando desde finales de abril en Colombia, dificultó la realización de las sesiones debido a los cierres viales que se presentaron mayormente en el mes de mayo. Aun así, se logró llevar un proceso con los estudiantes que se esforzaron por asistir y se vieron avances en el aprendizaje del grupo en general.

Este tipo de investigación requiere de un mayor número de participantes, para poder establecer la comparación de una manera óptima, sin que afecte en gran medida las inasistencias por parte de los estudiantes y las diferentes discapacidades presentes en el estudio.

### Referencias

- Álamo, J; Amador, F; Dopico, X; Iglesias, E. (2011) Modelos de enseñanza en la iniciación deportiva y el deporte escolar. Estudio comparativo en judo. Apunts. Educación Física y Deportes, Vol. 104. pp. 88-95.
- Arana, D. (2017). Desarrollo de las habilidades motrices de las personas con discapacidad intelectual a través del proceso cognitivo. *Arte y Salud*, (19), pp 225 -245.
- Arnaíz, P. y Martínez, R. (1998). Educación Infantil y deficiencia visual. Madrid, España: Editorial CCS.
- Arranz, J. (2015). La reforma pedagógica de Thomas Arnold y el papel de la iglesia anglicana en la creación de los primeros clubs de fútbol en Inglaterra. *Materiales para la Historia del Deporte*.
- Barrios, S. (2012). *Un programa de actividad física en personas con Síndrome de Down*.  
Obtenido de <http://www.revistatoq.com/num16/pdfs/original3.pdf>
- Bautista, R. (2001). El entrenamiento deportivo como modelo pedagógico de construcción. *Lúdica Pedagógica*, Volumen (6), pp.37-47.
- Blanco, A. y Huguet, D. (2013). Actividad de goalball: recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física a través del deporte. Integración: Revista digital sobre discapacidad visual, Vol. 62. pp. 122-140.

- Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona, España: Editorial INDE.
- Bohórquez, M. Espejo, R. (2018). Rendimiento Deportivo Máximo y Discapacidad Cognitiva: Un nuevo reto para las Ciencias del Deporte. *Revista Lúdica Pedagógica*. 21. pp 37-43.
- Buendía, L. Colás, P. Hernández, F. (1998). *Métodos de investigación en psicopedagogía*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Cabeza, A. y Madariaga, A. (2000). Práctica deportiva escolar con niños ciegos y de baja visión. *Documentos de Estudios de Ocio*, Vol.8
- Cagigal, J. (1975). *El deporte en la sociedad actual*. Madrid, España: Editorial Magisterio.
- Cajaraville, A. (2003). Unidad Didáctica: El goalball como contenido propio de la ESO. *Educación Física y deportes*, pp. 48-53
- Camps, H. y Cerezo, S. (2010). *Estudio técnico comparado de los Katas de Karate*. Barcelona: Editorial Alas
- Casajús, J. y Rodríguez, G. (2011). *Ejercicio Físico y salud en poblaciones especiales*, España: Exernet, Colección ICD.
- Cercos, R. (2010). El Ideal de Gentleman: Una Pedagogía de la Masculinidad (La Herencia del Puritanismo Victoriano). En A. Moreu, & E. Prats, *La Educación Revistada. Ensayos de Hermenéutica Pedagógica*. Barcelona: Publicacions i Edicions.
- Civarolo, M. (2008). *La idea de Didáctica: antecedentes, génesis y mutaciones*. Bogotá, Colombia: Cooperativo Editorial Magisterio.
- Cuenca, M. y Ortuzar, A. (2000). Práctica deportiva escolar con niños ciegos y de baja visión. Bilbao, España: Editorial Documentos de estudios de ocio, número 8.
- De La Torre, A. (2004). *PRK y LASEK en sospechosos de queratocono*. *Colom Med*, 35, p.46-49.
- Di Marino, S. y Ghetti, R. (2001). *Lecciones de Karate*. Barcelona: Editorial de Vecchi
- Federación Panamericana de Karate. (2015). Para- karate. Recuperado de: <https://www.pkfkarate.com/karate/>
- Fernández, A. (2017). Síndrome de Down y la actividad física. *Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad*. Vol 3, Número 1.

- Fitzgerald, H. (2009). *Disability and Youth Sport*. United State to America New York. Toutledge
- Flórez, R. (1994). *Hacia una pedagogía del conocimiento*. Bogotá, Colombia: Mc Graw Hill.
- Forero, M. y Muñoz, O. (2015). El patinaje adaptado como estrategia de inclusión en niños con limitación visual. *Revista Científica Unincca*, Vol.20, No.2, pp .53-60.
- Funakoshi, G. (2007). *Karate-Do Mi Camino*. México: Dojo Ediciones
- Gómez, M., Valero, A. y Gutiérrez, H. (2007). Desarrollo e integración de los niños con discapacidad visual a través de unas jornadas lúdico-deportivas recreativas. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, Vol.11, pp. 37 – 42.
- Habersetzer, R. (1993). *Karate-Do Técnicas básicas asaltos y competición*. Barcelona: Editorial Hispano Europea, S.A.
- Hellison, D. (1985). *Goals and Strategies for Teaching Physical Education*, United States of America: Human Kinetics
- Hellison, D. (1995). *Teaching Responsibility Through PhysicalActivity*, United States of America: Human Kinetics
- Hoyos, L. (2012). *Caracterización de los programas de deporte escolar en Bogotá. Análisis de los modelos didácticos empleados para su enseñanza Tesis Doctoral*. Facultad de Ciencias de la actividad física y el Deporte. Universidad de León. España.
- International Paralympic Comittee (2015) Código de clasificación de atletas. Recuperado de: <https://www.paralympic.org/es/classification-code>
- Kirk, D. y MacPhail, A. (2002). Teaching Games for Understanding and Situated Learning: Rethinking the Bunker-Thorpe Model. *Journal of Teaching in Phisical Education*, Volumen (21), pp. 177-192.
- López, P. (2004). *Población, muestra y muestreo*. Punto Cero, 9(8), 69 – 74.
- Martinek, T. and Hellison, D. (2009). *Youth Leadership in Sport and Physical Education*. New York, United States of America: Palgrave Macmillan.
- Matas, A. (2012). *Introducción a la investigación en Ciencias de la Educación*. Bubok Publishing S.L.

- Metzler, M. (2000). *Instructional Models for Physical Education*. United States of America: Allyn and Bacon.
- Moya, R (2014) *Infórmate sobre... Deporte adaptado*. Madrid, España. Editorial: Ceapat-Inserso
- Muñoz, J. Rodríguez, P. Collado, D. y León, K. (2016). Deporte de orientación para personas con discapacidad. *Revista internacional de ciencias del deporte*. 11 (3). pp 219-227.
- Nakayama, M. (1977). *Best Karate Comprehensive*. New York: Kodansha International LTD.
- Nakayama, M. (2006). *Karate Superior fundamentos*. España: Ediciones Tutor
- Nakayama, M. (2006). *Karate Superior Katas Heian y Tekki*. España: Ediciones Tutor
- Niño, V. (2011). *Metodología de la Investigación Diseño y ejecución*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U.
- OMS. (2018). *Ceguera y discapacidad visual*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment>.
- ONCE. (2020). *La discapacidad visual: características principales*. España. Obtenido de <https://www.once.es/dejanos-ayudarte/la-discapacidad-visual>
- Ortiz, A. (2013) *Modelos pedagógicos y teorías del aprendizaje*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U
- Ortiz, A. (2014). *Currículo y didáctica*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U.
- Pérez, J (2003). *La investigación en ciencias del deporte aplicadas al deporte adaptado*. España. Universidad Autónoma de Madrid.
- Pérez, S. Hernández, F. Rodríguez, A. Sánchez, A. (2018). Deportes de combate: Unidad didáctica en educación secundaria, desde una perspectiva contemporánea de enseñanza. *efdeportes*. Vol. 23, Núm. 241. pp.1-19
- Picado, F. (2006). *Didáctica General: una perspectiva integradora*. San José, Puerto Rico: EUNED.
- Pineda, B. Eva, L. De Canales, F. (1994). *Metodología de la investigación, manual para el desarrollo de personal de salud*. Washington: Segunda edición. Organización Panamericana de la Salud.

- Piñón, J. (2015). Propuesta de Unidad Didáctica de deportes de combate para el alumnado de Educación Secundaria, basada en el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva desde una perspectiva horizontal. *Efdeportes*. No.209.
- Pontes, M. y Coutinho, M. (2012) O desenvolvimento de crianças cegas e de crianças videntes. *SciELO*, Vol.18, pp. 507-526.
- Quintana, M. (2015). *Discapacidad visual. Sugerencias socioeducativas*. México DF, México: Trillas.
- Reina, R. y Vilanova, N. (2016). Guía sobre clasificación de la discapacidad en deporte paralímpico. España. Editorial Limencop S. L.
- Ríos, M. (2003). Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Robert, N; Pérez, E; Estrada, R. (2019). La coordinación en el judo para discapacitados visuales. *Exigencias técnicas*. *DeporVida*, Vol 16, pp. 70-81.
- Rodríguez, A. y Guillén, F. (2002). Intereses y actitudes de las personas ciegas o con deficiencia visual por la actividad físico-deportiva, según la edad y el sexo. *Apunts. Educación física y Deportes*, Vol 69, pp. 76-83.
- Rodríguez, J. (2000). *Historia del deporte*. Barcelona: Editorial INDE.
- Sampieri, R. Fernández, C. Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Mexico: Mc Graw Hill Education.
- Sanchez, A. Fukujima, M. Veloso, S. Andrade, S. Prado, G. (2004) Balance and motor coordination are not fully developed in 7 years old blind children. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, Vol.62 (3a). pp. 654-657.
- Siedentop, D.; Hastie, P. and Mars, H. (2004). Complete guide to sport education. United States of America: Human Kinetics.
- Torres, G. y Nancy, Y. (2012). El síndrome de Down y un acercamiento a la actividad física como método de prevención del sedentarismo en niños con S.D. en las localidades de Suba y Chapinero. Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional
- Valero, A. (2005). Analysis of the changes produced in the methodology of sports initiation. *Apunts. Educación Física y Deportes*, Volumen(79), pp. 59-67.

## Anexos

## Diarios de Campo

<b>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</b>		
<b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>		
<b>OBSERVADOR</b>	<b>FECHA:</b>	<b>HORA:</b>
<b>LUGAR:</b>	<b>POBLACIÓN:</b>	
<b>OBJETIVO:</b> Sistematizar las experiencias, eventos y relaciones que surgen a partir de la implementación del Parakarate, para retroalimentar y diseñar las siguientes sesiones de práctica.		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
En este apartado se describirá como se desarrolló la sesión en términos metodológicos, técnicos y pedagógicos.	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Se describirá el nivel de interacción activa de los estudiantes con las actividades propuestas, ya sea de manera verbal o física.
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Se describirá si las actividades resultaron atractivas para los estudiantes, por medio de una retroalimentación con los participantes al finalizar la sesión.
	<b>DIFICULTADES</b>	Situaciones complejas en relación con los espacios, técnicas propuestas o interacción entre participantes.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Formas de relación de los estudiantes entre ellos y con los docentes, de qué manera se comunican, que intención se puede apreciar.
<b>OBSERVACIONES:</b> Aspectos relevantes que se deben tener presentes para la formulación de las siguientes sesiones.		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 1 - GRUPO 1</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Jheferson David Vargas Torres	<b>FECHA:</b> 16 abril 2021	<b>HORA:</b> 2:00pm – 3:00pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> 7 Niños entre 4 - 15 años con y sin discapacidad visual vinculados al centro integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> Reconocer a la población con la cual se abordará el trabajo de grado.		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>La sesión se llevó a cabo en tres momentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicial: Se realizaron una serie de ejercicios con el fin de disponer al cuerpo para la práctica deportiva, por medio de una movilidad articular y un calentamiento. Los ejercicios fueron progresivos (del más sencillo, al más complejo) con el fin de identificar la capacidad de los niños para realizarlos.</li> <li>• Central: Los ejercicios planteados se enfocaron en reconocer el “tatami” (suelo en el cual se realiza la práctica del Karate – do) y en familiarizarse con algunas técnicas del deporte. Además, las actividades tenían la intención de poner a prueba las capacidades físicas y coordinativas de los niños.</li> <li>• Final: Se le dio fin a la sesión por medio de una serie de estiramientos, posterior a esto se realizó una charla con los padres y sus hijos y se les entregó un refrigerio.</li> </ul>	PARTICIPACIÓN	La gran mayoría de niños realizaron las actividades propuestas por los docentes en formación y siguieron las instrucciones dadas. Exceptuando una niña de 4 años quién además presentaba una discapacidad cognitiva.
	MOTIVACIÓN	La mayoría de las actividades propuestas para la sesión no estuvieron acordes a las características particulares de los participantes, por tal motivo los niños no realizaron las actividades con la mejor disposición.
	DIFICULTADES	La mayoría de los niños no presentaban discapacidad visual o la presentaban de manera muy leve, además la diferencia de las edades no permitía que pudieran realizar las actividades con el objetivo que se buscaba. No sólo había niños sin discapacidad o con discapacidad visual, sino que además tenían otro tipo de discapacidad, como la cognitiva.
	INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN	La comunicación de los niños fue escasa tanto entre ellos, como con los docentes. Intercambiaban muy pocas palabras, se lograba ver la timidez con los ejercicios en parejas.

**OBSERVACIONES:** Es importante tener en cuenta los aspectos de la edad y el tipo de discapacidad, sí tuviese, para la siguiente sesión. Además, revisar sí el tipo de actividades propuestas va de acuerdo con las características de los niños que participarán.

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b>		
<b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>		
<b>SESIÓN N° 1 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Jheferson David Vargas Torres	<b>FECHA:</b> 16 abril 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> 2 Niños entre 12 - 15 años con discapacidad visual leve, vinculados al centro integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> Reconocer a la población con la cual se abordará el trabajo de grado.		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
<p>La sesión se llevó a cabo en tres momentos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicial: Se realizaron una serie de ejercicios con el fin de disponer al cuerpo para la práctica deportiva, por medio de una movilidad articular y un calentamiento. Los ejercicios fueron progresivos (del más sencillo, al más complejo) con el fin de identificar la capacidad de los niños para realizarlos.</li> <li>2. Central: Los ejercicios planteados se enfocaron en reconocer el “tatami” (suelo en el cual se realiza la práctica del Karate – do) y en familiarizarse con algunas técnicas del deporte. Además, las actividades tenían la intención de poner a prueba las capacidades físicas y coordinativas de los niños.</li> <li>3. Final: La fase central finalizó sobre la hora presupuestada 4:15, por esta razón no se pudo llevar a cabo la parte de vuelta a la calma y estiramiento. Se realizó una charla con los padres y sus hijos y se les entregó un refrigerio.</li> </ol>	<b>PARTICIPACIÓN</b>	A pesar de que sólo había dos participantes, ambos tuvieron una participación activa y estuvieron en disposición de las indicaciones de los profesores.
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Se hicieron ajustes respecto a las actividades realizadas por el grupo anterior y se evidenció una mejor respuesta ante estos. Uno de los niños realizaba los ejercicios con un gran energía y actitud.
	<b>DIFICULTADES</b>	Al igual que con el grupo anterior, su discapacidad visual era muy leve lo que llevó a ajustar las actividades propuestas.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Por la edad de los participantes se logró establecer una mejor interacción y comunicación entre los niños y los docentes. Sin embargo, entre los niños se evidenciaba la timidez a la hora de interactuar para realizar actividades por parejas.
<b>OBSERVACIONES:</b> Es importante tener en cuenta los tiempos que dura cada ejercicio propuesto debido a que no alcanzó el tiempo para hacer vuelta a la calma.		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 2 - GRUPO 1</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Andrés Barragán	<b>FECHA:</b> 19 abril 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 2 niñas sin discapacidad y 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual.	
<b>OBJETIVO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar la batería de test <i>Brocksport</i>.</li> <li>• Iniciar con la familiarización del Karate – do por medio del modelo Basado en la Técnica.</li> </ul>		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>Se da inicio a la clase con movilidad articular y un posterior aumento de la frecuencia cardiaca por medio del desplazamiento alrededor del tatami mientras se van ejecutando diferentes movimientos con las extremidades superiores.</p> <p>Después se realiza la primera parte del Test Brocksport compuesta por: abdominales, plancha simétrica y flexión de codos.</p> <p>Como segunda parte central parte central, se realiza un aproximamiento a los movimientos de Karate-Do con ayuda de globos.</p> <p>Como parte final de la clase, se realiza un estiramiento general dirigido por el profesor.</p>	PARTICIPACIÓN	Los niños responder de manera activa, ejecutando las actividades propuestas por el profesor y no demuestran tener alguna inconformidad con las mismas.
	MOTIVACIÓN	Existe un joven (Johan) que demuestra un bajo nivel de interés frente a algunas actividades propuestas. El resto de los estudiantes participa con energía y actitud.
	DIFICULTADES	Las actividades propuestas son para un rango de 5 a 10 años, se debe realizar ajustes para el niño mayor que tiene 16 años, puesto que encuentra las actividades muy sencillas o fáciles de ejecutar.
	INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN	Los niños no se comunican entre sí y tampoco formulan preguntas frente a alguna duda generada. Sólo esperan que el profesor note que no entendieron la actividad para que repita la explicación verbal y de un ejemplo.
<b>OBSERVACIONES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener en cuenta el espacio que se tiene para ajustar las actividades a la cantidad de los niños que asistan a clase.</li> <li>- Adaptar las actividades para que participe con mayor agrado el niño de 16 años.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 2 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Cristhian Ángel	<b>FECHA:</b> 19 abril 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar la batería de test <i>Brocksport</i>.</li> <li>• Iniciar con la familiarización del Karate – do por medio del modelo Teaching game.</li> </ul>		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
Se aplicó una batería de test enfocados a la fuerza abdominal, tren superior y extensión de tronco. Seguido de esto se realizaron unas actividades de desplazamiento con bombas para intentar hacer un acercamiento a los movimientos de defensa y ataca del Karate do. Para finalizar la sesión, se realizó una serie de estiramientos con el fin de darle descanso a los músculos y volver a la calma.	PARTICIPACIÓN	La niña realizó con una buena disposición los ejercicios para evaluar sus capacidades físicas, a pesar de la fatiga que estos puedan generar.
	MOTIVACIÓN	A pesar de ser la única niña en clase, realizó las actividades propuestas gracias a los comentarios positivos y al acompañamiento que realizaba el docente que dirigió la actividad.
	DIFICULTADES	Al no tener la indumentaria pertinente para la práctica su movilidad se vio restringida y no permitía que realizara de manera adecuada los ejercicios.
	INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN	La niña no mantiene una conversación continua con los docentes, antes las indicaciones asienten de manera constante con la cabeza.
<b>OBSERVACIONES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantar más estilos de enseñanza buscando que haya una comunicación más activa por parte del niño o niña.</li> <li>• Desarrollar más ejercicios en la fase central para que la sesión no se vuelva monótona.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 3 - GRUPO 1</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Jheferson Vargas	<b>FECHA:</b> 26 abril 2021	<b>HORA:</b> 2:00pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 2 niñas sin discapacidad y 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual.	
<b>OBJETIVO:</b> Sistematizar la clase en la que se tienen previstos los conceptos de defensa alta y baja en karate		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>En la parte inicial, se repasaron los principios básicos y los saludos en el Karate Do. Seguido de esto se hizo un calentamiento dinámico en donde se apreciaron desplazamientos laterales, frontales y de espaldas a distintas velocidades.</p> <p>En la parte central se enseñó el desplazamiento fundamental del karate – do, en el cual es importante tener en cuenta el contacto de los pies con el suelo a la hora del arrastre y la flexión de las rodillas.</p> <p>Después de la apropiación del anterior movimiento, se combinó con la transferencia de las defensas altas y bajas mediante el rechazo de objetos cerca a la cara o el tronco según la técnica.</p> <p>Terminado el ejercicio se hizo un énfasis en la técnica mediante una corrección del movimiento defensivo en las posiciones de sentado y acostado.</p> <p>Por último, se repitió la secuencia de movimientos junto al profesor y se ajustaron los errores de cada niño.</p> <p>En la parte final se realizó un estiramiento estático y la retroalimentación con los niños y sus padres.</p>	<b>PARTICIPACIÓN</b>	<p>En el principio de la sesión estaban presentes Juan y Julie únicamente. Juan, a diferencia de Julie, estuvo bastante activo ejecutando los ejercicios indicados. Ella estuvo con una actitud un poco displicente y perezosa. Uno de los profesores se comunicó varias veces con ella durante la clase para incentivarla a realizar las actividades.</p> <p>Miguel y Dannia llegaron un poco tarde y su participación fue bastante activa.</p>
	<b>MOTIVACIÓN</b>	<p>Tanto las actividades propuestas en la parte inicial como las de la parte central, resultaron atractivas para la mayoría de los niños. El hecho de golpear y rechazar objetos en los juegos los motivó y animó para realizar las series de movimientos propuestas.</p> <p>La única alumna que no se vio con gran motivación fue Julie.</p>
	<b>DIFICULTADES</b>	<p>Dannia por su condición y su edad, hizo que un solo profesor se encargara de ella en toda la clase. Claramente es muy difícil que ella realice los ejercicios a la par de sus compañeros por lo que los</p>

		<p>profes se enfocan en enseñarle patrones básicos de movimiento.</p> <p>El karate do es un deporte en donde la técnica es muy importante. Esto hace que en algunas indicaciones y ejercicios no se vea totalmente aplicado el modelo de Teaching Game for Understanding.</p> <p>También, a pesar de la demostración y corrección, los niños continúan realizando los desplazamientos y las defensas de manera incorrecta.</p>
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	<p>La comunicación de los niños con los profesores ha mejorado. Los estudiantes expresan con mayor confianza sus emociones y pensamientos. Entre ellos sigue faltando confianza e interacción.</p>
<b>OBSERVACIONES:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Algunos ejercicios y actividades no coincidían con lo propuesto por el modelo</li> <li>- Los profesores deben ser más vehementes y constantes con las correcciones.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 3 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Jheferson Vargas	<b>FECHA:</b> 26 abril 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> sistematizar la clase en la que se tienen previstos los conceptos de defensa alta y baja en karate a través del modelo didáctico basado en la técnica,		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
En la parte inicial los profesores le explicaron a Laura los principios básicos del karate do y los saludos. Seguido de esto se realizó un	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Laura participó activamente de las actividades propuestas por los profesores y siguió las indicaciones adecuadamente.

<p>calentamiento enfocado en desplazamientos laterales, frontales y de espalda a intensidad baja y media.</p> <p>En la parte central, se le explicaron detalladamente a la alumna, las fases de los desplazamientos y las defensas utilizadas en karate a través de demostraciones visuales e instrucciones verbales. Después de esto se hizo la transferencia en actividades donde debía defenderse rechazando un globo asemejando la situación a un puño o patada.</p> <p>En la última parte de la fase central se enseñaron los giros utilizados en la práctica deportiva y se combinaron con desplazamientos y defensas.</p> <p>Por último, se realizó un estiramiento y se le expuso a Laura la forma de despedirse en este deporte para su posterior ejecución.</p>	<b>MOTIVACIÓN</b>	A pesar de que Laura no ha sido muy expresiva, realiza los ejercicios al pie de la letra y con gran actitud. aunque a nivel motor tiene algunos déficits, logra completar los movimientos con esfuerzo.
	<b>DIFICULTADES</b>	Laura tiene poca fuerza muscular en las extremidades inferiores por lo que algunos ejercicios de flexión de rodillas se le dificultan.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	A pesar de que Laura habló un poco más con los profesores aún sigue siendo muy tímida a la hora de comunicarse.
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planificar actividades o ejercicios que se enfoquen en la fuerza de las extremidades inferiores y la fuerza en general.</li> </ul>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b>  <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>  <b>SESIÓN N° 4 - GRUPO 1</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 28 abril 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 2 niñas sin discapacidad y 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual.	
<b>OBJETIVO:</b> Defensas		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
En la parte inicial, se realizó un calentamiento en el que los niños se activaron por medio de un trote de baja y media intensidad.	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Todos los estudiantes participan activamente de la clase, Dannia realiza trabajos específicos con un profesor

<p>En la parte central, se hizo primeramente un repaso de los desplazamientos y defensas vistos en la clase anterior. Seguido de esto, el tema a trabajar fueron puños o Tsuki. Los niños debían golpear bombas primero con la mano derecha y después con la mano izquierda. Cuando ya tengan claro estos gestos, se combinan con desplazamientos y giros. En el último ejercicio los niños estaban de espaldas al profesor y a la indicación de éste, debían girar rápidamente y golpear la bomba</p> <p>Juan y Julie calentamiento: trote repaso desplazamientos, defensas puños con bombas, desplazándose, golpear de espaldas a la bomba, golpear la bomba sin dejarla caer Realizar defensas con los aros sonoros Estiramientos.</p>		<p>aparte que resultan de estimulación para ella. Los demás se interesan por intentar realizar las tareas de la mejor manera</p>
	<b>MOTIVACIÓN</b>	<p>Los niños se encuentran motivados, en especial Juan Camilo, Julie a veces se desmotiva al no poder realizar bien los ejercicios</p>
	<b>DIFICULTADES</b>	<p>Con Dannia el trabajo resulta muy personalizado y tiende a demostrar cansancio con el pasar el tiempo, por otra parte, Juan Camilo no presta mucha atención y realiza movimientos muy aleatorios y fuera de los propuestos en la planeación</p>
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	<p>Los niños en general tienden a ser muy callados, Julie en ocasiones intenta de hacer sus tareas por hablar de temas más personales, Juan se dispersa muy fácil y tiende a hablar de diferentes temas, dificultando su aprendizaje.</p>
<p><b>OBSERVACIONES:</b> Realizar actividades más llamativas, para no perder la atención de los niños. Es importante planear un mayor número de actividades, debido a que los niños tienden a demostrar cierto descontento cuando se hacen muchas variables</p>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 4 - GRUPO 2</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 28 abril 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> Repasar desplazamientos Defensas (Gedan Barai, Age Uke, Soto Uke)		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	

Se buscó que Laura recordara los desplazamientos aprendidos la sesión de clase anterior, reforzarlos y comenzar a trabajar las defensas a profundidad, buscando el buen desarrollo de la técnica apoyándonos de igual manera en los desplazamientos.	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Laura atiende muy bien todas las tareas propuestas por los profesores, participa activamente buscando realizar las técnicas sugeridas y las correcciones pertinentes
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Se evidencia que le motiva aprender técnicas nuevas, sigue las ordenes con mucha motivación, buscando dar lo mejor de ella para aprender y perfeccionar las técnicas ya trabajadas y así mismo otras que ya se han desarrollado en sesiones pasadas
	<b>DIFICULTADES</b>	Tiende a realizar los ejercicios demostrando mucha debilidad general en su cuerpo, a pesar de su buena actitud, tiene dificultades en la realización de la técnica por la misma debilidad general en el cuerpo, también falta reforzar las posturas más importantes del Karate
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Laura tiende a ser muy callada en las sesiones, dialoga con la mamá o la persona que la acompaña, en ocasiones hacen chistes y demás, pero le cuesta comunicarse con los profesores, aunque si tiene alguna duda sin dudar lo hace saber
<b>OBSERVACIONES:</b> Se recomienda fortalecer tren inferior, generar constante feedback		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 5 - GRUPO 1</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 14 mayo 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve y 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual.	
<b>- OBJETIVOS:</b>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Fuerza</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de patadas</li> </ul>	
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>
<p>Se realiza el calentamiento por medio del juego Simón dice, se activa a los niños, después se comienza a realizar la parte central donde los niños deben realizar una serie de actividades golpeando el balón con los pies, dando una introducción a las patadas de Karate (Geri), después se realiza una actividad con una mayor aproximación a la técnica de pateo del Karate con las figuras pegadas en la pared, hacia el final de la fase central se explican algunas superficies de contacto del pie y se hace una actividad de mayor acercamiento a dos patadas en específico (Mae Geri y Yocko Geri). Para finalizar se realiza un estiramiento y vuelta a la calma.</p>	<p><b>PARTICIPACIÓN</b></p> <p>La participación de los niños es muy activa, se evidencia que las actividades llaman la atención de los niños generando gustos para desarrollar todas las actividades propuestas, Se evidencia que durante toda la sesión los niños están muy dispuestos a realizar las actividades con gusto y esfuerzo.</p>
	<p><b>MOTIVACIÓN</b></p> <p>Se mantiene durante toda la sesión de clase, los juegos propuestos generan en los niños grandes ganas por cumplir los objetivos propuestos, Dannaia, la niña menor con Síndrome de Down y discapacidad visual pierde la motivación en algunos momentos, se empieza a desplazar en diferentes sentidos para explorar, le gusta saltar y se le nota feliz realizando ejercicios propuestos con su debido acompañamiento.</p>
	<p><b>DIFICULTADES</b></p> <p>Por momentos se evidencia un poco reducido el espacio para los 6 niños, Las actividades se modifican un poco para poder organizar bien el espacio, por otra parte, por las ventanas y puertas de vidrio se debía realizar la actividad siempre con mucho cuidado para no romper nada del espacio. Al pegar figuras en la pared se evidencia dificultad por temas de seguridad para los niños. Las 4 paredes tienen vidrios, donde se realizó había un tablero, con el cual también</p>

		se debía tener extremo cuidado.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Como siempre se evidencia a Danna alejada del grupo como tal, es un trabajo más individual, con los demás niños hay muy buena comunicación e interacción, hay que hacer énfasis en las tareas que se dan, se debe repetir como realizar la actividad, en especial a Julie que tiene síndrome de Down leve y a Juan que tiene déficit de aprendizaje. Julie en momentos se dispersa, hay que estar en constante comunicación con ella para que no pierda el hilo conductor de los trabajos que se están realizando
<b>OBSERVACIONES:</b> No se cumplió el objetivo teórico, a tener en cuenta el espacio al realizar las actividades (panorama de riesgos)		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE SESIÓN N° 5 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Jheferson Vargas	<b>FECHA:</b> 14 mayo 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>€ <b>Físicos:</b> Fortalecer los músculos involucrados en la rotación de la cadera</li> <li>€ <b>Teórico:</b> Pronunciar el Dojo Kun - En Japonés y Español</li> <li>€ <b>Técnico:</b> Conocer la técnica correcta del Oi tsuki y el Gyaku Tsuki</li> </ul>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
Se comienza la clase con un calentamiento, movilidad articular y se procede con la enseñanza de puños (Tsukis). En primera instancia, se realizan movimientos de fortalecimiento del tronco por medio de ejercicios con balón, con miras a ajustar el movimiento de la cadera. Luego se enfatiza en el foco	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Interactúa por medio de las actividades físicas (siguiendo las instrucciones y cumpliendo con los objetivos de los ejercicios), pero verbalmente no existe una respuesta activa por parte de la niña
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Las actividades resultan atractivas para la niña y

<p>de la técnica (punto de contacto) para hacer la transferencia a la ejecución del Tsuki; haciendo contacto con una superficie blanda para que tomara consciencia de que la zona de contacto del puño es con los nudos mayores.</p> <p>Después se aumenta la dificultad, disminuyendo el rango de superficie de contacto, donde pueda realizar la ejecución de la técnica.</p> <p>Por último, se realiza la técnica con desplazamientos lineales, combinando Tsuki con mano adelantada y mano atrasada.</p>		desafiantes para su coordinación, lo que genera una motivación constante por medio de la práctica para resolver los retos que se estipulan.
	<b>DIFICULTADES</b>	Se evidencia una falta de segmentación corporal entre las extremidades inferiores y superiores. Así mismo, la memorización de patrones de movimiento (Kisami Tsuki – Jacko Tsuki con desplazamiento) existe dificultad, pero logra alcanzar el objetivo con éxito.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	La niña no mantiene una interacción constante con el profesor, sin embargo, responde a las indicaciones que se le brinden y las acata con facilidad.
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Buscar una comunicación más activa por parte de la niña, sin dejar disminuir la velocidad de progreso que tiene.</li> </ul>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b>  <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>  <b>SESIÓN N° 6 - GRUPO 1</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Andrés Barragán	<b>FECHA:</b> 19 mayo 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 1 niña sin discapacidad y 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual.	
<p><b>OBJETIVO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>€ <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación viso-manual y viso-pédica</li> <li>€ <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>€ <b>Técnico:</b> Aprendizaje de Kihon #1</li> </ul>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
Se da inicio a la clase con movilidad articular y un posterior aumento de la frecuencia cardíaca, por medio de desplazamiento alrededor del tatami	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Julie, Sara y Juan demuestran interés por las actividades propuesta durante la clase, lo que permite avanzar en los

<p>ejecutando diferentes movimientos simultáneamente. Después se realiza un repaso de las técnicas aprendidas en sesiones anteriores (Mae Geri, Age Uke, Zenkutsu Dachi, Oi Tsuki).</p> <p>Como parte central, se realiza el juego “Siguiendo el Rastro”, donde permite ejecutar las diferentes técnicas del Karate Do de manera lineal y así aproximar a los estudiantes al concepto de Kihon y Kata.</p> <p>Luego, se invita a las mamás a participar de la clase, para ello cada niño se ubica al lado de su mamá y le explica una técnica verbalmente para luego ejecutarla entre las dos.</p> <p>Como parte final de la clase, se realiza un estiramiento general dirigido por el profesor.</p>		objetivos propuestos para la misma.
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Las actividades propuestas para el calentamiento y parte central resultan llamativas para los niños, permitiendo que disfruten la clase.
	<b>DIFICULTADES</b>	<p>Juan evidencia un problema a nivel motriz, debido a la confusión entre derecha e izquierda.</p> <p>Yuli se distrae con facilidad después de ejecutar la misma actividad durante más de 5 minutos.</p> <p>Los estudiantes demuestran dificultad con disminuir el centro de gravedad, lo que entorpece la posición de Zenkutsu Dachi.</p>
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Los estudiantes formulan preguntas cuando lo consideran necesario.
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Juan recuerda con facilidad las diferentes técnicas aprendidas en clases anteriores, sin embargo, deben mejorarse a la hora de ejecutarla.</li> <li>- Recordar siempre a los niños antes de explicar los ejercicios, que deben sólo mirar y estar atentos para entender mejor las actividades. Después de ello, que si ejecuten los movimientos necesarios.</li> </ul>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b>  <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>  <b>SESIÓN N° 6 - GRUPO 2</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 19 mayo 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<p><b>OBJETIVO:</b>  Fortalecimiento tren inferior  Trabajar los puños mediante educativos</p>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
Se desarrollan ejercicios con el balón de pilates, así mismo flexionando las rodillas y lanzando el balón haciendo la simulación de un Tsuki al soltar el balón, por medio de estos educativos se busca enseñar	<b>PARTICIPACIÓN</b>	La niña participa muy activamente en las actividades planteadas, no se sienta en ningún momento como muestra de aburrimiento o de fastidio,

<p>a Laura a cerrar y abrir la cadera, así mismo proyectar el cuerpo hacia adelante y generar la extensión total en los brazos al momento de realizar los puños o Tsukis,</p> <p>Después con una bomba y los aros sonoros se trabajó con la niña los puños con la proyección hacia adelante y buscando un objetivo claro, que es lanzar el puño dentro del aro</p>		completa toda la sesión de clase muy activa
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Se le nota muy motivada al momento de realizar las tareas, se divierte y disfruta de la sesión de clase, junto con todas las actividades planteadas por los profesores,
	<b>DIFICULTADES</b>	Se nota descoordinada al momento de realizar la actividad de lanzamiento del balón, pero con el pasar de los lanzamientos mejora esta situación. Nuevamente es evidente su debilidad y se trabaja en esto para darle una mayor firmeza y así mismo un mejor ajuste corporal
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	En esta sesión se comunica un poco más con los profesores, aunque sigue siendo muy corta su comunicación, así mismo habla con sus acompañantes, pero más bien poco en el desarrollo de la clase
<p><b>OBSERVACIONES:</b> Intentar dialogar más para que Laura se sienta más cómoda en las sesiones de clase Generar el interés de realizar fortalecimiento en casa para poder ejecutar mejor las técnicas</p>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 7 - GRUPO 1</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 21 mayo 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 1 niña sin discapacidad.	
<p><b>OBJETIVO:</b> ∉ Repaso técnicas vistas anteriormente. Posiciones básicas. Desplazamientos.</p>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
La sesión de clase comenzó con juegos que involucraban desplazamientos lineales, laterales y diagonales de los niños, después de	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Los niños participaron activamente en la sesión de la clase. Se observa que les gustan los juegos planteados para el calentamiento.

<p>esto la clase fue dirigida totalmente para el fortalecimiento de las técnicas ya vistas anteriormente, haciendo énfasis en el desplazamiento hacia adelante con la posición Zenkutsu dachi.</p> <p>Después de esto se reforzó la defensa baja (Gedan Barai), con desplazamientos hacia adelante, alternando el avance de los pies y la mano con la que se debe realizar las defensas, en este caso Gedan Barai.</p> <p>También se realizó una actividad donde los niños le enseñaron la técnica de defensa baja Gedan Barai, con desplazamiento en Zenkutsu Dachi, teniendo resultados muy positivos.</p>		<p>Cuando entraron las madres de familia se les vio más activos e intentando hacer la técnica de la mejor manera posible para que les entendieran de la mejor manera</p>
	<b>MOTIVACIÓN</b>	<p>Se evidencia que en la primera parte de la clase los niños están muy motivados y divirtiéndose mucho.</p> <p>Al momento de realizar el repaso de las técnicas los niños se desmotivaron un poco con las variables presentadas, realizaban los ejercicios, pero ya no con la misma actitud que con la que empezaron.</p> <p>Cuando se plantea la actividad de que enseñen las técnicas se evidencia una mayor dedicación, esfuerzo y motivación por parte de todos. Específicamente de Julie.</p>
	<b>DIFICULTADES</b>	<p>Al realizar el repaso de las técnicas se evidencia que los niños pierden la atención con gran facilidad, se desconcentran muy fácilmente y en ocasiones realizan gestos técnicos mientras el profesor está explicando, esto imposibilita seguir órdenes y aprender de una manera más efectiva</p>
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	<p>Los niños no se comunican entre ellos, poco se comunican con el profesor a cargo y cuando se realiza la actividad de que se vuelvan profesores, se evidencia mayor comunicación con los padres y el profesor,</p>
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es importante destacar como Julie, niña con Síndrome de Down leve, realiza mejor las técnicas aprendidas al momento de enseñarlos a la mamá. Se concentra mucho más y mostrando las técnicas para enseñarlas, las hace de una mejor manera</li> </ul>		

- Por otra parte, destacar la participación de las madres al momento de la actividad, ya que esto también motiva a los niños a seguir esforzándose para realizar mejor las técnicas ya aprendidas

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b>		
<b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>		
<b>SESIÓN N° 7 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Andrés Barragán	<b>FECHA:</b> 21 mayo 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<p>∓ <b>OBJETIVO: Físicos:</b> Desarrollar la capacidad coordinativa de la agilidad y estimular la velocidad de reacción</p> <p>∓ <b>Teórico:</b> Entender el segundo principio del Dojo Kun y Comprender el concepto de Ukereme</p> <p>∓ <b>Técnico:</b> Repasar las técnicas básicas de defensa del Karate y desarrollar el primer Kihon</p>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
<p>La clase inicia con movilidad articular y un posterior aumento de la frecuencia cardíaca, por medio de desplazamiento sobre el tatami en diferentes direcciones, mientras ejecuta diferentes movimientos simultáneamente.</p> <p>Teniendo en cuenta, que Laura no asistió a la clase anterior, se procede a enseñarle las técnicas de patada (Mae Geri, Yoko Geri).</p> <p>Como segunda parte central de la sesión, se procede a explicar teóricamente que es un Kihon (desplazamiento lineal) y así mismo, se pone en práctica con las técnicas vistas en sesiones anteriores.</p> <p>Luego, se aumenta el grado de dificultad del Kihon, por medio de la inclusión de patadas y defensas.</p> <p>Como parte final de la clase, se realiza un estiramiento general dirigido por el profesor.</p>	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Laura realiza todas las actividades propuestas, respondiendo positivamente a las indicaciones del profesor.
	<b>MOTIVACIÓN</b>	A pesar de que Laura no realiza comentarios o expresiones verbales, se puede intuir en su expresión corporal que le gusta la clase y por ello cumple con los objetivos propuestos para la misma.
	<b>DIFICULTADES</b>	Se evidencia una falta de fortalecimiento en las extremidades inferiores y por ello, dificulta ajustar la posición correcta en Zenkutsu Dachí.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Laura no tiene una comunicación continua verbal con el profesor, sólo se comunica por medio de expresiones, para dar a entender alguna duda que se haya generado.
<b>OBSERVACIONES:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar ejercicios de fortalecimiento, especialmente del tren inferior. Con ello, buscar que Laura logre ajustar su posición en Zenkutsu Dachí</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 8 - GRUPO 1</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 24 mayo 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual y 2 niñas sin discapacidad.	
<b>OBJETIVO:</b> ≠ Enseñar la técnica del Tsuki (puño) ≠ Enseñar simultáneamente que mientras una mano golpea el puño, la otra debe realizar el ajuste llamado Hikite.		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>Las actividades de clase van dirigidas al aprendizaje de la técnica del Tsuki, de igual manera se busca que los niños realicen el Hikite, técnica que consiste en “guardar” la mano contraria a la que está realizando la técnica del puño.</p> <p>El Hikite es un ajuste que permite a la otra mano estar en disposición de realizar una defensa o ataque, técnica que se requiera después de realizar el ataque con la mano.</p> <p>Se proponen actividades con bomba, que generalmente funciona muy bien con los niños, se busca que tengan un mejor dominio del Tsuki y así mismo que comiencen a realizar esta técnica en simultaneo con el Hikite y el desplazamiento hacia adelante en Zenkutsu dachi.</p>	PARTICIPACIÓN	<p>Los niños tienen una buena participación durante la sesión de clase, al momento de ser un poco más personalizado, debido a que los niños se conectan un poco más. Juan Camilo, niño con discapacidad cognitiva leve, tiende a participar muy activo, aunque se desconecta mucho de las tareas que se deben realizar. Por otra parte, Julie, niña con Síndrome de Down leve y discapacidad visual, tiende a ser muy participativa, pero así mismo en ocasiones pone temas de conversación para tomar un descanso</p>
	MOTIVACIÓN	<p>Se encuentran motivados los niños, les gustan los ejercicios donde deben golpear las bombas, Julie y Juan normalmente trabajan con mucha motivación, aunque Julie también en ocasiones tiende a sentirse fastidiada al no poder cumplir con las tareas propuestas, Juan Camilo no presta mucha atención en hacer bien la tarea, sino más bien en hacerla rápido.</p>

	<b>DIFICULTADES</b>	Juan Camilo generalmente se acelera a realizar las actividades y no las hace bien, Julie también suele adelantarse a la ejecución de los movimientos, pero no tanto como Juan Camilo. En cuanto a la postura de los pies y ajuste del cuerpo, Julie no da el suficiente espacio al momento de realizar el Zenkutsu Dachi, mientras que Juan Camilo tiende a abrir demasiado las piernas y hace todos los movimientos de manera muy brusca
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Julie intenta abrir espacios para la comunicación con los profesores, mientras que con sus compañeros no lo hace igual. Juan Camilo tiende a comunicarse poco con los profesores y siempre está muy pendiente de las instrucciones que le puede brindar su acompañante
<p><b>OBSERVACIONES:</b> - Se deben reforzar las posturas para la evaluación técnica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No se cumplió con el objetivo, no se logró realizar bien la técnica del puño por parte de los alumnos.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 8 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Andrés Barragán	<b>FECHA:</b> 24 mayo 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>∉ <b>OBJETIVO: Físicos:</b> Fortalecer los músculos de las extremidades superiores</li> <li>∉ <b>Teórico:</b> Entender el tercer principio del Dojo Kun y Comprender las reglas de competencia en el Parakarate</li> <li>∉ <b>Técnico:</b> Recordar y practicar las técnicas de ataque básicas de mano Desarrollar</li> </ul>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
La clase inicia con movilidad articular y un posterior aumento de la frecuencia cardiaca, por medio de	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Laura realiza todas las actividades propuestas, manteniendo el orden de las

<p>desplazamiento lineal sobre el tatami ejecutando diferentes movimientos simultáneamente.</p> <p>Como parte central de la sesión, se realiza un Kihon (desplazamiento lineal) con las técnicas vistas.</p> <p>Luego, se varia dicho el Kihon, con patadas y defensas.</p> <p>Como parte final de la clase, se realiza un estiramiento general dirigido por el profesor.</p>		mismas y acata con certeza las indicaciones del profesor.
	<b>MOTIVACIÓN</b>	A pesar de que Laura no realiza comentarios o expresiones verbales, se puede intuir por su expresión corporal y respuestas motoras, que le gusta las actividades propuestas para la sesión.
	<b>DIFICULTADES</b>	Se evidencia una falta de fortalecimiento en las extremidades inferiores y por ello, se aumenta la dificultad de disminuir el centro de gravedad, por medio de la posición Zenkutsu Dachí.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	Laura no se comunica de manera verbal con el profesor, sólo hace expresiones corporales cuando tiene alguna duda y de esta manera pide ayuda al profesor.
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar ejercicios de fortalecimiento, especialmente del tren inferior. Con ello, buscar que Laura logre ajustar su posición en Zenkutsu Dachí de manera correcta.</li> <li>- Buscar mecanismos que permitan romper el hielo con Laura y así que tome mayor confianza para mejorar el nivel de interacción y comunicación.</li> </ul>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b></p> <p><b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b></p> <p><b>SESIÓN N° 9 - GRUPO 1</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 28 mayo 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 1 niña con retardo del desarrollo y discapacidad visual y 2 niñas sin discapacidad.	
<p><b>OBJETIVO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>≠ Fortalecer las técnicas ya aprendidas</li> <li>≠ Desarrollar el Kata 1 completo</li> </ul>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
Fortalecer los desplazamientos y corregir técnicas en medidas de posturas y ángulos. Se intento realizar el 1 Kata completo, pero se	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Los niños participaron activamente de la sesión de clase, se les nota el compromiso con las

<p>evidenció en la sesión de clase que no se logró.</p> <p>Los niños se mantuvieron activos y dieron su mayor esfuerzo, en general el no cumplimiento del objetivo de desarrollar el Kata 1, debido a buscar una mejora en las técnicas básicas.</p>		<p>actividades y aunque el trabajo con Juan Camilo es difícil debido a que a pesar de corregirle la técnica muchas veces no logra realizar los ajustes necesarios, que lo lleven a ejecutar bien la técnica.</p> <p>Julie participa llevando a cabo todas las actividades muy bien, aunque aún falta ajustar mucho las técnicas para poder completar el Kata con la técnica adecuada.</p>
	<p><b>MOTIVACIÓN</b></p>	<p>Al ejecutar casi media Kata se evidencia la gran motivación por ejecutarla completa, Julie mantiene motivada y demuestra un gran avance, aprendiéndose los pasos correctamente, aunque falta corregir la técnica, Por su parte Juan Camilo se mantiene motivado, pero se acelera a realizar el Kata y comete muchos errores.</p>
	<p><b>DIFICULTADES</b></p>	<p>Los dos cometen errores técnicos, Juan Camilo realiza los Tsukis como si fuesen defensas baja y a Julie le falta ajuste corporal, ajuste en la posición de la mano que ejecuta el Tsuki y la defensa y los pies que se encuentran bastante unidos.</p>
	<p><b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b></p>	<p>Los niños sueltan un poco más en la comunicación con los profesores, entre ellos aún se ven muy distanciados y la comunicación es muy pobre o nula.</p>
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los niños deben trabajar y reforzar en todas las técnicas, se envió a los padres un video de apoyo con las técnicas ya trabajadas y el Kata 1 completo para que lo revisen y estudien.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 9 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 28 mayo 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> Desarrollar el Kata 1 completo		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>En la sesión de clase se desarrolló el Kata 1 completo, se corrigieron las técnicas y posturas realizadas por la participante</p>	PARTICIPACIÓN	Participa activamente en toda la sesión de clase, por un momento demuestra fatiga, pero siempre está muy participativa y se evidencia que le gusta realizar las actividades.
	MOTIVACIÓN	Se evidencia muy buena motivación al desarrollar las actividades, a pesar del cansancio, presenta muchas ganas por aprender y realizar todas las correcciones planteadas por los profesores.
	DIFICULTADES	Debilidad muscular en los cuádriceps para mantener las posiciones del Karate. Otra dificultad grande que demuestra es la corrección de la mano en la posición de Gedan Barai. Existe algo de duda al momento de recordar el orden de las posiciones y de las técnicas al realizarlas.
	INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN	La comunicación es muy poca, solo se dedica a realizar sus actividades y correcciones, se le dificulta interactuar con los profesores, quizás tiene que ver que sea la única niña de esa edad y con los profesores posiblemente le da pena o miedo.
<b>OBSERVACIONES:</b>		

- Ya tiene el Kata, falta corregir algunos elementos técnicos.
- Se debe incentivar al dialogo y la interacción con las otras personas del entorno

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 10 - GRUPO 1</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Andrés Barragán	<b>FECHA:</b> 31 mayo 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve y 1 niña sin discapacidad.	
<b>OBJETIVO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>≠ <b>Físicos:</b> Desarrollar la fuerza en los músculos estabilizadores de las piernas</li> <li>≠ <b>Teórico:</b> Entender el quinto principio y conocer la función del panel de árbitros y el área de competencia</li> <li>≠ <b>Técnico:</b> Retroalimentar las posiciones vistas en las sesiones pasadas y desarrollar el primer Kata completo.</li> </ul>		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>Se inicia la clase con movilidad articular dirigida por parte de los profesores para una posterior elevación de la frecuencia cardiaca por medio del juego “Ataque vs defensa con gusanos”. El cual consiste en intentar de tocar la pierna de un compañero o el profesor y a su vez defenderse por medio del elemento ante posibles ataques de los mismos.</p> <p>Como primera parte de la fase central, se realiza un juego que consiste en enumerar tres puntos alrededor cada estudiante y una vez el profesor nombre uno de los puntos, cada niño deberá realizar la defensa Gedan Barai en la dirección nombrada.</p> <p>Como segunda parte central, se ejecuta la segunda parte del kata Taikyoku Shodan y con ello poder aprender todo el kata.</p> <p>Se finaliza la clase con un estiramiento dirigido por los profesores.</p>	<b>PARTICIPACIÓN</b>	<p>Juan mantiene una participación activa durante toda la clase, gracias a su entusiasmo y gusto por la misma.</p> <p>Julie durante la primera parte participa sin inconvenientes, pero durante la segunda trata de desmotivarse una vez dura mucho tiempo el mismo ejercicio.</p>
	<b>MOTIVACIÓN</b>	<p>Juan demuestra tener gusto por la clase y por ello realiza las actividades con el mejor agrado. Mientras Julie requiere de mayor refuerzo verbal para que se centre de mejor manera durante toda la sesión, en especial durante la fase central.</p>
	<b>DIFICULTADES</b>	<p>Juan no espera que los profesores terminen de explicar todo el ejercicio o aclaren dudas y por lo tanto se distrae para recibir toda la información pertinente.</p> <p>Julie requiere de mayor concentración para realizar todos movimientos</p>

		propuestos de manera seguida y correctamente.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	No existe comunicación verbal entre Juan y Julie durante todo el desarrollo de la clase. Ambos se comunican con los profesores cuando se presenta alguna duda, de lo contrario no existe un intercambio verbal.
<b>OBSERVACIONES:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buscar mayor atención por parte de Juan, con el objetivo de que no queden dudas y pueda cumplir con éxito los objetivos planteados para la clase.</li> <li>- Evitar la ejecución del mismo ejercicio durante más de 10 minutos, para disminuir la probabilidad de que Julie se distraiga o pierda la concentración en la clase.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 10 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 31 mayo 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niñas de 10 y 14 con Discapacidad Visual	
<b>OBJETIVO:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>≠ <b>Físicos:</b> Desarrollar la fuerza en los músculos estabilizadores de las piernas</li> <li>≠ <b>Teórico:</b> Entender el quinto principio y conocer la función del panel de árbitros y el área de competencia</li> <li>≠ <b>Técnico:</b> Retroalimentar las posiciones vistas en las sesiones pasadas y desarrollar el primer Kata completo.</li> </ul>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
Se da inicio a la clase con movilidad articular y un posterior aumento de la frecuencia cardiaca, por medio de desplazamiento alrededor del tatami ejecutando diferentes movimientos simultáneamente. Después se realiza un repaso de las técnicas aprendidas, por medio de preguntas y comentarios de temas vistos con anterioridad. Como parte central, se realiza el juego “Siguiendo el Rastro”, donde permite ejecutar las diferentes técnicas del Karate Do de manera	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Tanto Karen como Stephany responder a las diferentes actividades propuestas, permitiendo que se cumplan con los objetivos establecidos para la clase. Amabas mantienen una actitud positiva con los profesores y dinámicas de la clase.
	<b>MOTIVACIÓN</b>	Ambas estudiantes demuestran gusto al principio de la sesión, pero cuando la actividad es muy repetitiva,

<p>lineal y así aproximar a los estudiantes al concepto de Kata. Luego, se explica como tal la lógica que maneja un Kata y cuáles son sus componentes durante toda la ejecución. Como parte final de la clase, se realiza un estiramiento general dirigido por el profesor.</p>		dejan de participar con la misma energía y actitud.
	<b>DIFICULTADES</b>	<p>Para la explicación del embuse (forma) del Kata, se complicó con Stephany ya no conoce el abecedario, si no que maneja el sistema de braille.</p> <p>Por otra parte, cerca del espacio donde se desarrolló la clase había mucho ruido y afectó la comunicación de profesor estudiante.</p>
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	No existe una formulación de preguntas por parte de las estudiantes cuando se genera alguna duda. Tampoco se presente la situación donde se comuniquen entre estudiantes.
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener más indicadores sobre el tatami para que las estudiantes puedan ubicarse con mayor facilidad y así mismo poder desplazarse como sea requerido por el Kata o Kihon.</li> </ul>		

<p><b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b>  <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b>  <b>SESIÓN N° 11 - GRUPO 1</b></p>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 4 junio 2021	<b>HORA:</b> 2:00 pm – 3:00 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 13 años con discapacidad visual leve y síndrome de Down leve, niño con discapacidad cognitiva leve, 1 niña sin discapacidad.	
<p><b>OBJETIVO:</b></p> <p>∅ Evaluación técnica, evaluación Kihon y evaluación Kata 1</p>		
<b>DESCRIPCIÓN GENERAL</b>	<b>ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES</b>	
Se realizó la evaluación de lo aprendido durante las sesiones prácticas, llegando al Kata 1 que era el objetivo al comenzar la intervención.	<b>PARTICIPACIÓN</b>	Los niños participaron muy activamente de la sesión de clase, aunque por momentos, tímidos para pasar a realizar su evaluación individual. No sentían tanta confianza, pero aun así hicieron todas las actividades propuestas

	<b>MOTIVACIÓN</b>	Se evidenció mucha motivación por parte de los niños al momento de pasar a realizar la evaluación, sobre todo al finalizar sus técnicas. También se logró identificar un gran entusiasmo en los niños por lograr realizar el Kata completo y presentar sus respectivas evaluaciones de la mejor manera.
	<b>DIFICULTADES</b>	Aunque los niños presentaron su Kata completo y todas las evaluaciones técnicas, se evidenció que cometieron errores al realizar el Kata y también tuvieron dificultades para desarrollar gestos técnicos a pesar de tener todas las herramientas para ejecutarlas bien. Los niños no lograban entender en muchas ocasiones las órdenes de los profesores, no tienen claros los nombres de los gestos técnicos, dudan mucho para realizar la técnica y las posturas tienen muchas correcciones pendientes.
	<b>INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	La comunicación entre ellos ese día fue un poco más amplia, entre ellos se motivaban para pasar y realizar las actividades del examen. Se felicitaron por hacerlo de la mejor manera y con los profesores se notaron muy agradecidos y contentos
<b>OBSERVACIONES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se cumplió con el objetivo de realizar la evaluación práctica de las sesiones realizadas, aunque a los niños se les olvido en ocasiones pasos del kata, en general se desarrollaron de una muy buena manera.</li> <li>- Se debe reforzar el trabajo de memorización del Kata para realizar de una mejor manera este mismo.</li> </ul>		

<b>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</b> <b>FACULTAD DE EDUCACIÓN FISICA – LICENCIATURA EN DEPORTE</b> <b>SESIÓN N° 11 - GRUPO 2</b>		
<b>OBSERVADOR:</b> Sergio Velandia	<b>FECHA:</b> 4 junio 2021	<b>HORA:</b> 3:15 pm – 4:15 pm
<b>LUGAR:</b> Centro integral - Zipaquirá	<b>POBLACIÓN:</b> Niña de 15 años con discapacidad visual leve, vinculada con el centro de integral del municipio de Zipaquirá.	
<b>OBJETIVO:</b> ∉ Evaluación técnica, evaluación Kihon y evaluación Kata 1		
DESCRIPCIÓN GENERAL	ACTITUD DE LOS ESTUDIANTES	
<p>Se realizó la evaluación de lo aprendido durante las sesiones prácticas, llegando al Kata 1 que era el objetivo al comenzar la intervención.</p> <p>Se ejecutó la evaluación completa de manera correcta</p>	PARTICIPACIÓN	Laura participa activamente en la sesión de clase, muy dispuesta a realizar las actividades propuestas para la evaluación de lo aprendido en todas las sesiones de clase. Entra al tatami con la mejor disposición a participar de esta nueva sesión de clase.
	MOTIVACIÓN	Se encuentra muy motivada, realiza el Kata completo y de una manera correcta, realiza las evaluaciones técnicas muy motivada.
	DIFICULTADES	Las posturas aún demuestran debilidad en el tren inferior, no tienen la fluidez y soltura, pero intenta realizarlos tal cual se le enseñaron y corrigieron, tiende a dejar muy extendida la pierna adelantada, en ocasiones duda del siguiente movimiento a ejecutar y está muy atenta a los profesores esperando no la corrijan,
	INTERACCIÓN Y COMUNICACIÓN	La interacción es muy pobre, únicamente con el profesor encargado de dar el orden de las técnicas, mientras que con los otros profesores no se comunica, tiende a ser muy callada y muy juiciosa en las tareas que debe realizar
<b>OBSERVACIONES:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar las posiciones básicas y las técnicas realizar un afianzamiento de estas mismas.</li> <li>- Se cumplió con el objetivo que era que terminara haciendo el kata 1 completo.</li> </ul>		

## Planeaciones de las sesiones con el Modelo Basado en las Técnica

### Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 1


**Fecha:** 16/04/2021


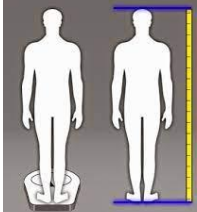





Actividad desarrollada igual para los dos grupos, en donde se buscaba saber la motricidad básica del niño y sus funcionalidades dentro de la práctica.

### Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 2

**Fecha:** 19/04/2021



**Tema Central:** Posiciones (Dachi)

<b>Objetivos de la sesión:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Evaluación de capacidades físicas – (poner nombre de la batería)</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Conocer el Dojo Kun</li> <li>✓ <b>Práctica:</b> Posicionas (Dachi)</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Actividad</b>			<b>Saludo inicial del entrenamiento</b>	Tatami
	<b>Calentamiento</b> 10 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de Down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 <p style="font-size: small; text-align: center;">Series de ejercicios de calentamiento</p> <p style="font-size: x-small; text-align: center;">TRONCO CUELLO EXTREMIDAD INFERIOR</p>	<p><b>Calentamiento general:</b></p> <p><u>Movilidad Articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Flexo extensión del cuello</li> <li>2.Rotación del cuello</li> <li>3.Circunducción de hombro</li> <li>4.Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5.Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6.Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7.Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p> <p><u>Elevación de la TC, FC y FR</u> Trote alrededor del Tatami Polichinelas</p>	

<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Batería de Test</b> 30 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	      	<p style="text-align: center;"><b>Aplicación de Batería de test: 1° parte:</b></p> <p>Se tomarán los datos de los 6 primeras pruebas de la batería Brockport Physical Fitness Test</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● PACER (20-Meter and 15-Meter)</li> <li>● Body Mass Index</li> <li>● Isometric Push-Up</li> <li>● Curl up</li> <li>● Trunk Lift</li> <li>● Target Stretch Test</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Posiciones (dachi)</b></p> <p><u>Heisoku Dachi:</u> Con los pies juntos, se ubican de tal manera que los talos y las puntas se tocan ligeramente. Se colocan las manos pegadas a los laterales y se hace una leve inclinación llevando el pecho al frente para el saludo.</p> <p><u>Heiko Dachi:</u> Se colocan los pies al ancho de los hombros paralelos entre sí y con la punta de los pies señalando al frente</p> <p><u>Musubi Dachi:</u> Los talones de los pies se juntan, las puntas de los pies se separan, formando una V con los pies. Las manos van a los laterales</p> <p><u>Zenkutsu Dachi:</u> También conocida como posición adelantada. Se lleva uno de los dos pies hacia adelante, aproximadamente 80 cm o 1 metro, pasando el peso del cuerpo a la pierna que está adelantada, se debe flexionar la rodilla sin sobrepasar la punta del pie. la pierna de atrás va flexionada un poco y las puntas de los dos pies van dirigidas al frente. El brazo correspondiente al mismo lado del pié que se encuentra adelantado se debe extender con el puño cerrado para defender la parte baja y el otro brazo se flexiona y se guarda la mano cerca a la cadera por medio de un proceso llamado hikite (mano que tira).</p> <p><u>Kiba dachi:</u> También llamada posición de jinete. Las piernas permanecen separadas por la distancia aproximada equivalente a dos veces el ancho de hombros con los pies paralelos apuntando al frente. Las rodillas se flexionan un poco en vertical al dedo gordo de cada pie y ejercen leve fuerza hacia afuera. Los brazos van a los lados un poco separadas.</p> <p><u>Kokutsu dachi:</u> O posición atrasada. Se separan los pies a la misma longitud que en el Zenkutsu dachi, esta vez el peso del cuerpo en 70-80%</p>	<p>Se debe tener donde poder anotar los resultados de cada prueba.</p> <p>Espacio con 20 metros libres y cuerdas para amarrar las manos y Cronometro</p> <p>Báscula y una cinta métrica</p> <p>Cronometro</p> <p>Papel con tope</p> <p>Regla de 30cm</p> <p>Goniometro</p> <p>Tatami</p>
--	--	--	--	---	--





recae en el pie atrasado, las rodillas se flexionan, los pies van en ángulo de 90 grados y en forma de L, donde el pie atrasado apunta hacia afuera y el pie adelantado hacia el frente.


					
<b>Fase final</b>	<b>Vuelta a la calma</b> 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p>	Tatami

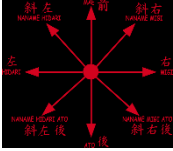

## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 3

Fecha: 26/04/2021

Tema Central: Desplazamientos y giros

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Evaluación de capacidades físicas 2° parte mediante la batería de test</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Dojo Kun 2 principio</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Aprender desplazamientos y giros</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Calentamiento: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 <p>Series de ejercicios</p> <p>TRONCO</p> <p>CUELLO</p> <p>EXTREMIDAD INFERIOR</p> <p>Series de calentamiento</p>	<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b></p> <p><b>Calentamiento general:</b></p> <p><u>Movilidad Articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flexo extensión del cuello</li> <li>2. Rotación del cuello</li> <li>3. Circunducción de hombro</li> <li>4. Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5. Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6. Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7. Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p>	Tatami
		<p><b>Batería de Test 2° parte</b> 15 minutos</p> <p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o</p>		<p><b>Batería de Test 2da parte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Target Aerobic Movement test</li> <li>- Dominant Grip Strength</li> <li>- Bench Press</li> <li>- Extended-Arm Hang</li> <li>- Modified Pull-Up</li> <li>- Back-Saver Sit-and-Reach</li> <li>- Shoulder Stretch</li> </ul> <p><b>Desplazamientos</b></p>	<p>Reloj Polar</p> <p>Dinamómetro</p> <p>Barra de pesas</p> <p>Caja de estiramiento</p>



	<p style="text-align: center;"><b>Desplazamientos</b> 15 minutos</p>	<p>movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b></p> <p>Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>		<p>Se les indicara a los niños que deberán desplazarse en diferentes direcciones pero siempre de forma lineal.</p> <p>Luego se les indicara que deberán desplazarse deslizando la planta del pie sobre el suelo.</p> <p>En el karate cada vez que hacemos un desplazamiento mantenemos la misma altura de nuestra cadera y de nuestra cabeza, manteniendo el centro de gravedad bajo. Además de esto siempre miramos hacia donde desarrollamos la técnica y hacia donde nos desplazamos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- D. Adelante:</li> </ul> <p><u>Fase inicial:</u> Desde la posición de Zenkutsu Dachí con pierna izquierda al frente manos en la cintura</p> <p><u>Fase intermedia:</u> Juntamos el pie atrasado con el pie adelantado formando la posición de Heisoku Dachí con las rodillas flexionadas</p> <p><u>Fase final:</u> La pierna que estab aatrasada pasa a estar adelantada sepandola hacia el frente mientras que la otra pierna queda de base, ubicándonos de nuevo en la posición Zenkutsu Dachí con pierna derecha adelantada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- D. Atrás: se realiza de forma inversa al desplazamiento hacia adelante</li> <li>- D. Lateral: Se incorpora un cuarto de giro al desplazamiento hacia</li> </ul>	<p>Cuerda</p>
--	--	---	---	---	---------------





	<p style="text-align: center;"><b>Giros</b> 10 minutos</p>			<p>adelante</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- D. Diagonal:</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Giros</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 360°: Giro completo</li> <li>- 180°: Medio giro</li> <li>- 90°: Un cuarto de giro</li> <li>- Por la espalda 270°: Giro de compas</li> </ul> <p>Desde la posición de Heiko Dachi: Se realizara los giros según las indicaciones dadas.</p> <p>Luego desde la posición de Zenkutsu Dachi se combinaran giros y desplazamientos que serán indicados por el profesor.</p> <p>Con la ayuda de las cuerdas puestas en el suelo, cada vez que se encuentre un vértice, se seguirá el camino de la cuerda, por medio de giros teniendo como eje unos de los pies realizaremos los respectivos giros.</p>	
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b> 10 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas.</p> <p>Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos.</p> <p>Se acompañarán los estiramientos con ejercicios de respiración.</p>	<p style="text-align: center;">Tatami</p>

## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 4

Fecha: 28/04/2021

Tema Central: Defensas básicas en el Karate Do






Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Fortalecer los músculos involucrados en los movimientos de las defensas</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Pronunciar el Dojo Kun</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Conocer dos de las defensas básicas del Karate Do y el Hikite (Jalón de mano)</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Calentamiento: 15 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 	<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b></p> <p><b>Calentamiento general</b> Movilidad articular</p> <p><b>Calentamiento específico</b> <u>Plancha con flexión de brazos</u> Con las manos y los pies en el piso y con el resto del cuerpo extendido, a la orden del profesor, los niños flexionarán uno de sus codos llevándolo hacia la parte posterior en forma de jalón y en seguida el brazo volverá a su posición inicial. Después harán el mismo movimiento con la otra extremidad y repetirán este ciclo las veces que se les indique.</p> <p><u>Botellas a la vista:</u> Los niños tendrán una botella en cada brazo y a la indicación del profesor llevarán uno de ellos al frente de su cara girando la botella de tal forma que la tapa mire hacia al piso. Alternarán los brazos y repetirán estos movimientos de manera consecutiva.</p>	<p>Tatami Botellas basias</p> <p><b>Dojo Kun:</b> <i>Hitotsu. Jinkaku Kansei ni Tsumomuro Koto.</i> <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b> <i>Hitotsu. Makoto no Michi o Mamoru Koto.</i> <b>Primero. Ser correcto leal y puntual.</b> <i>Hitotsu. Doryoku no Seishin o Yashinai Koto.</i> <b>Primero. La constancia y el esfuerzo.</b> <i>Hitotsu. Reigi o Omonzuru Koto.</i> <b>Primero. Respetar a los demás.</b> <i>Hitotsu. Kekki no Yu o Imashimuru Koto.</i> <b>Primero. Abstenerse del comportamiento violento.</b></p>








<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Defensas:</b> Gedan Barai 10 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>	   <p style="text-align: center;">AGE UKE</p>  	<p style="text-align: center;"><b>Defensas</b></p> <p><u>Gedan Barai:</u> Defensa baja, que tiene como estructura corporal una rotación del eje vertical de 90°, mientras se extiende el brazo izquierdo y se acompaña de la flexión de la pierna izquierda y extensión de la derecha. -Cuando se indique, los niños realizarán una rotación del eje vertical, ubicando su pierna izquierda al lado -Se ubicará a un lado del niño un globo a la altura de su cadera y deberá golpearlo con la superficie exterior del puño</p> <p><u>Age Uke:</u> Defensa alta, que tiene como estructura corporal la elevación del antebrazo izquierdo a la altura de la frente, con una breve rotación de la misma y acompañado de una posición adelantada por parte de la pierna izquierda. -Se ubicará un globo en frente del niño a la altura de su cabeza y deberá golpearlo con el antebrazo, buscando el movimiento de la técnica -Se ubicarán dos círculos en el piso, de tal manera que el niño pise con cada pie un círculo y así quede en posición Zenkutsu Dachi</p> <p><u>Hikite:</u> Explicar el principio y la importancia de realizar el Hikite al desarrollar las técnicas tanto de defensa como de ataque. Practicar este movimiento en posición inicial de Push-Up.</p>	<p>Tatami</p> <p>Globos</p> <p>Aros sonoros</p>
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b> 10 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p><b>Vuelta a la calma</b> Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p>	<p>Tatami</p>

# Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 5

Fecha: 14/05/20214

Tema Central: Ataques de mano básicos en el Karate Do


Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Fortalecer los músculos involucrados en la rotación de la cadera</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Pronunciar el Dojo Kun - En japonés y español</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Conocer la técnica correcta del Oi tsuki y el gyaku Tsuki</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación del ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Calentamiento:</b> 15 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 <p>Series de ejercicios</p> <p>TRONCO</p> <p>CUELLO</p> <p>EXTREMIDAD INFERIOR</p> <p>ejercicios de calentamiento</p>    	<p style="text-align: center;"><b>Saludo inicial del entrenamiento</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Calentamiento</b></p> <p><u>Movilidad Articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Flexo extensión del cuello</li> <li>2.Rotación del cuello</li> <li>3.Circunducción de hombro</li> <li>4.Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5.Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6.Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7.Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p> <p><u>Aumento de la FC y temperatura Corporal:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Desplazamientos en diferentes direcciones dentro del tatami.</li> <li>2.Combinación de ejercicios de saltos progresivos</li> <li>3.Ejercicios de fortalecimiento del CORE. Contracción del abdomen con el uso de la respiración correcta</li> </ol>	<p>Tatami</p> <p><b>Definición de Dojo Kun:</b> ¿Qué es? Son los 5 principios del Karate Shotokan, tienen como origen la filosofía de confucionismo y el budismo Zen. Haciendo alusión al camino del guerrero japonés (Samurái). Do=Camino Jo=Lugar Kun=Reglas Se puede traducir como las reglas (principios) del lugar donde se busca y se halla el camino.</p> <p>El Maestro Sakugawa: Introdujo el Dojo y el Dojo Kun al Te o Tode que luego se formaría en Karate Do. El siguiente taller está preparado para niños con discapacidad visual, en deporte escolar de 9 - 14 años, en la práctica de Karate Do</p>

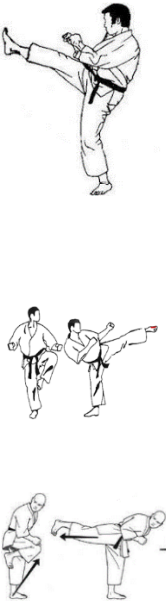
<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Fortalecimiento de músculos involucrados en la rotación de cadera</b> 15 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>	    	<p><u>Rotación de la Cadera con Objeto:</u> En diferentes posiciones el niño realizará movimientos rotacionales de la cintura y de la zona dorsal del cuerpo, acompañado de movimientos con las manos y sujetando objetos. <i>Posiciones:</i> <i>Natural, adelantada y estocada,</i></p> <p><u>Lanzamiento de balón a dos manos y a una mano:</u> En diferentes posiciones lanzar balón por medio del impulso del torque generado por la cadera y la zona dorsal. <i>Posiciones:</i> <i>Natural, adelantada y estocada,</i></p> <p><u>Explicación del puño</u> Explicar la manera en que se ubica los dedos para formar un puño</p> <p><u>Explicación de la Técnica de Gyaku tsuki y el Oi Tsuki</u> Tsuki: Cuando se habla sobre Tsuki se refiere a cualquier técnica de golpe con los puños, donde se realice el impacto con los nudillos correspondientes al dedo índice y medio. Puntos claves: Zona de contacto, ubicación de la El niño va a golpear puños al aire imaginando que tiene un rival justo al frente e intentando que al extender totalmente el brazo genere ese impacto.</p> <p>Se va a ubicar uno de los profesores al frente del niño para servirle de punto de referenci para dar el ztuki.</p>	<p>Tatami</p> <p>Balón de estabilidad</p> <p>Balón de fútbol o baloncesto</p>
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Historia del Karate Do</b> 10 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 	<p style="text-align: center;"><b>Historia del Karate Do</b></p> <p>Describir la historia del karate con ayudas visuales y descripción de los sucesos más relevantes.</p> <p style="text-align: center;"><b>Estiramiento</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p>	<p>Tatami</p> <p>Imágenes sobre la historia del karate</p> <p>Tablero</p> <p>Marcador</p>


## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 6

Fecha: 19/05/2021

Tema: Patadas básicas en el Karate Do

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Fortalecer los músculos principalmente involucrados en el desarrollo de las patadas</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Conocer la Historia del Karate Do y entender el primer principio del Dojo Kun</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Conocer y practicar las patadas básicas en el Karate Do</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación al ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Actividad</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b></p> <p><b>Calentamiento</b> <u>Movilidad Articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flexo extensión del cuello</li> <li>2. Rotación del cuello</li> <li>3. Circunducción de hombro</li> <li>4. Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5. Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6. Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7. Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p> <p><u>Aumento de la FC y temperatura Corpo</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desplazamientos en diferentes direcciones dentro del tatami.</li> <li>2. Movimientos dinámicos de la cadera, en todas sus direcciones</li> </ol>	Tatami
	<b>Calentamiento: 15 minutos</b>				

<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Patadas 30 Minutos</b> Mae Geri - Yoko Geri - Ushiro Geri</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>		<p><b>Patadas</b> <u>Mae Geri - Yoko Geri - Ushiro Geri</u></p> <p><u>Demostración y descripción de la técnica:</u> Explicar global de cada patada y practicarla: 10 repeticiones con cada pierna en el sitio a muy baja velocidad.</p> <p><u>Foco de la patada:</u> Con ayuda de un aro al frente de los deportistas a la altura de la cadera se les pedirá desarrollar la técnica de patada metiendo el pie en la mitad del aro.</p> <p><u>Zona de Contacto:</u> Mostrar la zona con la que se debe hacer contacto cada patada y así mismo como ubicar el pie y la articulación del tobillo para evitar lesiones. Para ello se practicara teniendo como zona de golpeo un balón de estabilidad.</p> <p><u>Hiki-ashi Recoger la patada:</u> Cada vez que se desarrolla una patada se debe generar el efecto látigo, ya sea flexionando o recogiendo la pierna a su posición inicial. Para esto se le pedirá al deportista que realice la técnica lentamente hasta que haga contacto en el estómago del compañero, cuando esto suceda se realizara el Hiki-ashi con vigorosidad.</p> <p><u>Puesta en escena de la patada:</u> Con ayuda de una colchoneta se le pedirá a un compañero que la sostenga a la altura de su estómago, el otro deportista realizara la patada. Explicar cómo recibir los golpes.</p>	<p>Tatami</p> <p>Aros grandes</p> <p>Balón de estabilidad</p> <p>Colchoneta</p>
--	---	--	--	---	---


<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Fundador del Karate Do 5 minutos - Explicación del primer principio: 5 minutos - Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 	<p style="text-align: center;"><b>Fundador del Karate Do</b></p> <p>Relatar una pequeña biografía del fundador del Karate y mostrar una foto de él.</p> <p style="text-align: center;"><b>Primer principio</b></p> <p><u>Explicación del primer principio:</u> <i>Hitotsu. Jinkaku Kansei ni Tsutomuro Koto.</i> <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b> <i>Hitotsu= Primero</i> <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i> <i>Kansei =Acabar o finalizar</i> <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i> <i>Koto= que es algo Importante</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p>	<p>Marcador</p> <p>Tablero</p> <p>Imágenes</p>
--	--	---	---	---	--

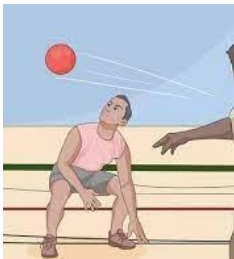


## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 7

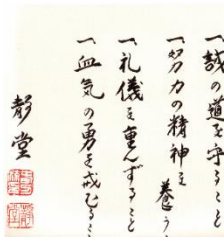


**Fecha:** 21/05/2021

**Tema:** El kijen y su importancia en el Karate Do

El siguiente taller está preparado para niños con discapacidad visual en deporte escolar de 9 - 14 años, en la práctica de Karate Do

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Desarrollar la capacidad coordinativa de la agilidad y estimular la velocidad de reacción</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Entender el segundo principio del Dojo Kun y Comprender el concepto de Ukereme</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Repasar las técnicas básicas de defensa del Karate y desarrollar el primer Kijon</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación al ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Actividad</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p>		<p style="text-align: center;"><b>Saludo inicial del entrenamiento</b> Realizar el protocolo completo del saludo inicial.</p> <p style="text-align: center;"><b>Calentamiento General</b></p> <p><u>Movilidad articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flexo extensión del cuello</li> <li>2. Rotación del cuello</li> <li>3. Circunducción de hombro</li> <li>4. Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5. Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6. Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7. Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p>	Tatami
	<b>Calentamiento General: 5 minutos</b>	<p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>			


<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Acercamiento al Parakarate 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>	  	<p><u>Calentamiento específico:</u> Juego de cogidas sin salirse del tatami</p> <p style="text-align: center;"><b>Defensas</b></p> <p>Por medio de los siguientes ejercicios se intentara aclarar las diferentes maneras que podemos utilizar para defendernos de algún ataque. Y así mismo entender el principio del <b>UKEREME</b> (Recibir ataque).</p> <p><u>Esquivar Pelotas:</u> A una distancia mayor a un metro y medio se le lanzara 10 pelotas de tenis una por una al deportista, el deberá esquivarlas, si alguna la toca deberá hacer el ejercicio de penitencia.</p> <p><u>Bloquear Pelotas:</u> Con la misma dinámica anterior pero en este caso el deportista intentara frenar la velocidad de las pelotas con sus brazos y piernas. Si alguna pelota llega a tocar su dorso se hará el ejercicio de penitencia.</p> <p><u>Desviar Pelotas:</u> Con la misma dinámica del anterior ejercicio, pero con la diferencia que el deportista intentara golpear los objetos para desviarlos. Si alguna pelota toca el dorso deberá hacer el ejercicio de penitencia.</p> <p><i>Ejercicio de penitencia:</i> <i>Hiki-te en decubito prono apoyando las dos manos, hacer diez repeticiones por cada pelota que lo toque.</i></p> <p><u>Defenderse del gusano:</u> Aplicar las técnicas vistas de defensas para recibir los ataques hechos con un flotador como arma.</p> <p style="text-align: center;"><b>Kijon 1</b></p> <p>Realizar la explicación verbal y visual del primer Kijon.</p> <p>Antes de realizar el kijon el profesor nombrará en voz alta las técnicas que desarrollara el deportista.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Desde la posición de Joi pasar a Zenkuts-dachi Gedan barai</li> <li>-Desplazamiento frontal en Zenkutsu-Dachi realizando 3 Oi-tsuki</li> <li>-Dar medio giro y ubicarse en Zenkuts-dachi Gedan barai</li> <li>-Avanzar de manera frontal haciendo Age-Uke por 3 repeticiones</li> <li>-Dar medio giro y ubicarse en Zenkuts-dachi Gedan barai</li> <li>Desplazarse frontal mente realizando Mae Geri por 3 repeticiones,</li> <li>-Dar medio giro y ubicarse en Zenkuts-dachi Gedan barai</li> </ul> <p>Dar la oportunidad de practicarla por su cuenta por 5 minutos</p>	<p>Tatami</p> <p>Gusanos flotadores</p> <p>Pelotas de tenis</p>
--	--	--	--	--	---

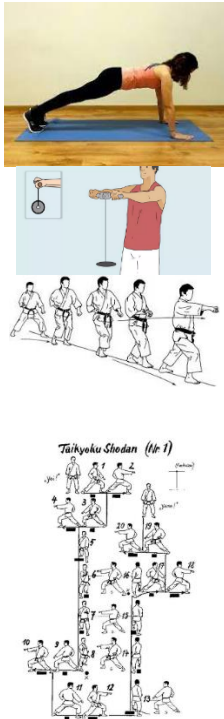
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b> 5 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	  	<p style="text-align: center;"><b>Segundo principio</b></p> <p><u>Explicación del segundo principio:</u> <i>Hitotsu. Makoto no Michi o Mamoru Koto.</i> <b>Primero. Ser correcto leal y puntual.</b> <i>Hitotsu= Primero</i> <i>Makoto= Sinceridad, lo verdadero</i> <i>Michi = Camino</i> <i>Mamoru= Proteger, salvar</i> <i>Koto= que es algo Importante</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Acercamiento al Parakarate</b></p> <p>Describir las particularidades del parakarate, sus reglas y enviarles a los niños un video de una competencia para que la vean en casa.</p> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final del entrenamiento</b></p> <p>Protocolo del saludo final</p>	<p>Video de Parakarate</p>
--	---	---	--	---	----------------------------

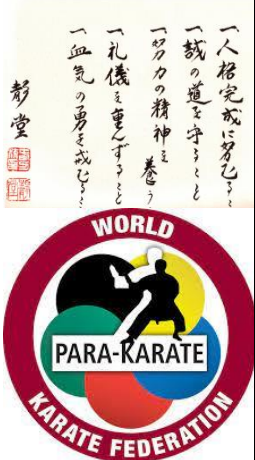

## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 8

Fecha: 24/05/2021

Tema: El Kata y su relevancia en el Karate Do

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Fortalecer los músculos de las extremidades superiores</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Entender el tercer principio del Dojo Kun y Comprender las reglas de competencia en el Parakarate</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Recordar y practicar las técnicas de ataque básicas de mano Desarrollar</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación al ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Calentamiento General: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b> Realizar el protocolo completo del saludo inicial.</p> <p><b>Calentamiento General</b> <u>Movilidad articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flexo extensión del cuello</li> <li>2. Rotación del cuello</li> <li>3. Circunducción de hombro</li> <li>4. Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5. Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6. Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7. Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p> <p><u>Calentamiento específico:</u> Desplazamiento en bipedestación Desplazamiento en cuatro apoyos Desplazamiento en carretilla</p> <p>En la posición de Zenkutsu Dachi (adelantada) realizar varias repeticiones del Zuki y el Gyaku Tsuki.</p>	Tatami


<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento Especifico 5 minutos - Defensas 15 minutos - Kijon 1 20 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Fortalecimiento de Brazos</b></p> <p><u>Propio peso:</u> En posición de plancha con los brazos y piernas extendidos con las palmas de las manos y los metatarsos como únicos apoyos, realizar los siguientes ejercicios:  1.Pasarle un aro pequeño a su compañero manteniendo la posición e intercambiando las manos.  2.En esta posición desplazarse lateralmente de un punto (A) al punto B, por cada recorrido se deberá llevar un aro, en total serán 5 aros.</p> <p><u>Palo de escoba:</u> Con ayuda de un palo de escoba realizar ejercicios para fortalecer el antebrazo.  1.Flexo-extensión de la muñeca en varias posiciones  2.supinación y pronación de la muñeca sujetando el palo de escoba.  3.Realizar la fase de pronación de la muñeca en el Tsuki.</p> <p><u>Practica del Tsuki:</u> Desarrollar el Tsuki en diferentes direcciones según las indicaciones del profesor. Adelante, atrás, izquierda, derecha, diagonales... Giros y desplazamientos.</p> <p style="text-align: center;"><b>Kata</b></p> <p>Explicación verbal y visual de la primera parte del Kata Taikioku Shodan. Dar énfasis en que los giros se hagan con el talón como eje de rotación. Del paso 1 al 10 Practica del Kata guiada por el profesor.  Practica individual del Kata por parte de los niños.</p>	<p>Tatami</p> <p>Palo de escoba</p>
----------------------------	---	--	---	--	-------------------------------------


<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Tercer Principio 5 minutos – Reglas Partakarate 5 minutos – Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 	<p style="text-align: center;"><b>Tercer principio</b></p> <p><u>Explicación del tercer principio:</u> <i>Hitotsu. Doryoku no Seishin o Yashinau Koto.</i></p> <p><b>Primero. La constancia y el esfuerzo.</b> <i>Hitotsu= Primero</i> <i>Doryoku= Intentar, esfuerzo</i> <i>Seishin= espíritu</i> <i>Yashinau= Nutrir</i> <i>Koto= que es algo Importante</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Reglas del Parakarate</b></p> <p>Simular una competencia de Parakarate, he ir explicando las reglas más relevantes dentro de esta disciplina deportiva adaptada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saludos</li> <li>- Jueces</li> <li>- Puntuación (banderas y puntos)</li> <li>- El kiai y nombrar el Kata</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final del entrenamiento</b></p> <p>Protocolo del saludo final</p>	<p>4 Sillas</p> <p>Banderas u objetos parecidos</p> <p>Silbato</p>
--	---	---	--	---	--

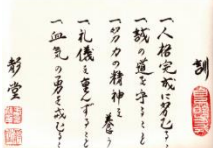


## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 9

Fecha: 28/05/2021

Tema: El Kata

<b>Objetivos de la sesión:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Desarrollar la capacidad de flexibilidad de las extremidades inferiores</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Entender el cuarto principio y conocer la implementación deportiva que se utiliza en Karate Do</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Conocer y desarrollar la segunda parte del primer Kata Taikioku Shodan</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación al ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Calentamiento General: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 <p>Series de ejercicios de calentamiento</p> <p>TRONCO</p> <p>CUELLO</p> <p>EXTREMIDAD INFERIOR</p>	<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b> Realizar el protocolo completo del saludo inicial.</p> <p><b>Calentamiento General</b> <u>Movilidad articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Flexo extensión del cuello</li> <li>2.Rotación del cuello</li> <li>3.Circunducción de hombro</li> <li>4.Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5.Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6.Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7.Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p>	Tetami


<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento Especifico 5 minutos - Kata segunda parte 20 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>	 <p>The image contains three visual elements: 1) Four line drawings showing leg extension exercises from different angles. 2) A photograph of a person sitting on a chair with their leg extended horizontally. 3) A diagram titled 'Taikyoku Shodan (Nr 1)' showing a sequence of 12 numbered steps for a Karate kata, with small illustrations of the practitioner in various stances.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento Especifico</b></p> <p><u>Movimientos dinamicos de la cadera:</u> Realizar los movimientos naturales de la cadera, Abducción, aducción, flexión extensión.</p> <p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación de patadas</b></p> <p>Hacer una descripción verbal y visual de las tres patadas básicas en Karate Do.</p> <p><u>Patadas con cuerda:</u> Cruzar una cuerda en medio del tatami, ubicarse según corresponda en frente de la cuerda para desarrollar la patada, de frente, de lado o de espaldas a la cuerda. Se hará mucho hincapié en la fase final de la patada (efecto látigo) y en llevar la pierna al mismo sitio donde comenzó el movimiento.</p> <p style="text-align: center;"><b>Kata segunda parte</b></p> <p>Explicación verbal y visual de la segunda parte del Kata Taikioku Shodan. Dar énfasis en que los giros se hagan con el talón como eje de rotación, y mantener las posiciones bajas. Del paso 11 al 20 Practica del Kata guiada por el profesor. Practica individual del Kata por parte de los niños.</p>	<p>Cuerda larga</p> <p>Silla</p>
----------------------------	--	--	--	--	----------------------------------

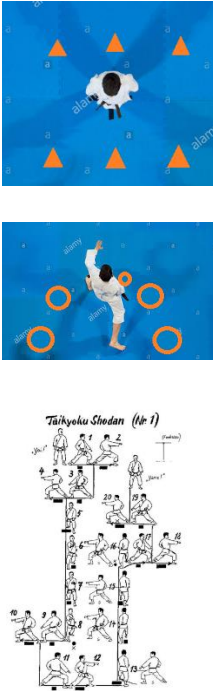
<p><b>Fase final</b></p>	<p><b>Cuarto Principio 5 minutos - Implementación Deportiva 5 minutos - Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	  	<p style="text-align: center;"><b>Cuarto principio</b></p> <p><u>Explicación del tercer principio:</u> <i>Hitotsu. Reigi o Omonzuru Koto.</i></p> <p><b>Primero. Respetar a los demás.</b></p> <p><i>Hitotsu= Primero</i> <i>Reigi= Etiqueta, moral, ley</i> <i>Omonzuru = pesado (es de mucho peso, importante)</i> <i>Koto= que es algo Importante</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Implementación Deportiva</b></p> <p>Describir y mostrar las características principales de la implementación deportiva usada para la competencia y entrenamiento en el Karate Do.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Karategui</li> <li>- Cinturones</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final del entrenamiento</b></p> <p>Protocolo del saludo final</p>	
--------------------------	---	---	---	---	--




**Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 10**

**Fecha:** 31/05/2021

**Tema:** El Kata en competencia

<b>Objetivos de la sesión:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Desarrollar la fuerza en los músculos estabilizadores de las piernas</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Entender el quinto principio y conocer la función del panel de árbitros y el área de competencia</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Retroalimentar las posiciones vistas en las sesiones pasadas y desarrollar el primer Kata completo.</li> </ul>			
<b>Fase</b>	<b>Actividad</b>	<b>Adaptación al ejercicio</b>	<b>Graficas</b>	<b>Explicación</b>	<b>Recursos</b>
<b>Fase inicial</b>	<b>Calentamiento General: 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 <p>Series de ejercicios de calentamiento</p> <p>TRONCO</p> <p>QUELLO</p> <p>EXTREMIDAD INFERIOR</p>	<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b> Realizar el protocolo completo del saludo inicial.</p> <p><b>Calentamiento General</b> <u>Movilidad articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Flexo extensión del cuello</li> <li>2.Rotación del cuello</li> <li>3.Circunducción de hombro</li> <li>4.Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5.Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6.Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7.Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p>	Tatami


<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento Especifico 5 minutos - Retroalimentación de posiciones 10 minutos - Primer Kata Completo 15 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento específico:</b></p> <p>Ubicar 6 conos alrededor del niño, y sin moverse del lugar en donde se encuentre apoyado en un solo pie, acercar el pie que este levantado al cono que se indique lo más que se pueda manteniendo siempre el equilibrio en un solo pie.</p> <p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación de posiciones</b></p> <p>Realizar una pequeña explicación de las posiciones básicas vistas en sesiones pasadas, luego de esto realizar el siguiente ejercicio: <u>Pie al Aro:</u> Ubicar 6 aros medianos al frente del deportista, formando una media luna, luego de esto se le dará la indicación de llevar uno de los pies (derecho e izquierdo) a uno de los 6 aros con la condición de que termine en la posición básica. Las variaciones se darán respecto a la posición de inicio: Heiko dachi, Heizoku Dachi, Zenkutsu Dachi. Además de variar el perfil del cuerpo: de frente a los aros, lateral a los aros y dando la espalda a los aros. Nivel de dificultad: Además de las anteriores variaciones también aumentará el nivel de dificultad al indicarle la dirección del giro que deberá hacer para llegar al objetivo. Girar por su espalda o girar por su frente.</p> <p style="text-align: center;"><b>Primer Kata Completo</b></p> <p>Desarrollar el primer Kata completo sin ayuda del profesor, luego volver a realizarlo y hacer las correcciones pertinentes.</p>	<p>Tatami</p> <p>Aros o conos</p>
----------------------------	---	--	---	--	-----------------------------------

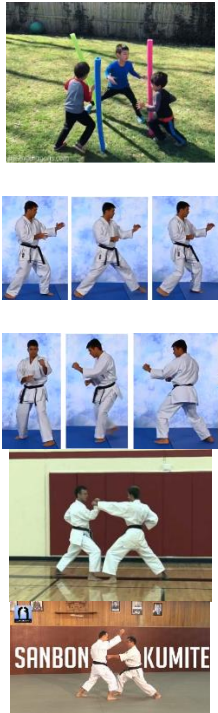
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Quinto Principio 5 minutos - Panel de jueces y área de competencia 15 minutos - Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	  	<p style="text-align: center;"><b>Quinto principio</b></p> <p><u>Explicación del tercer principio:</u> <i>Hitotsu. Kekki no Yu o Imashimuru Koto.</i></p> <p><b>Primero. Abstenerse del comportamiento violento.</b></p> <p><i>Hitotsu= Primero</i> <i>Kekki= energía de sangre</i> <i>Yu = Brabura</i> <i>Imashimuru= Castigo, penitencia (para autocontrol)</i> <i>Koto= que es algo importante</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Panel de jueces y área de competencia</b></p> <p>A través de una simulación de una competencia, evidenciar la función de los jueces y la importancia de conocer el área de competencia. Explicar las características principales del área de competencia. Cada arbitro simulara las banderas con otro objeto similar y se ubicara cada uno en una esquina del tatami para realizar la evaluación del competidor.</p> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final del entrenamiento</b></p> <p>Protocolo del saludo final</p>	<p>Tatami</p> <p>Banderas u objeto similar</p> <p>Sillas</p>
--	---	---	--	---	--


## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 11

Fecha: 04/06/2021

Tema: El Kumite

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Desarrollar la agilidad y coordinación.</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Explicar el concepto del Kia y los criterios de evaluación del Kata.</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Habilidades básicas para el Kumite.</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación al ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Calentamiento General: 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Saludo inicial del entrenamiento</b></p> <p>Realizar el protocolo completo del saludo inicial.</p> <p style="text-align: center;"><b>Calentamiento General</b></p> <p><u>Movilidad articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flexo extensión del cuello</li> <li>2. Rotación del cuello</li> <li>3. Circunducción de hombro</li> <li>4. Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5. Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6. Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7. Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p>	Tatami



<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento Especifico 5 minutos - Desplazamiento básicos del Kumite 15 minutos - Sambon Kumite 15 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento específico:</b></p> <p><u>Juego de espadas:</u> El juego consiste en tocar alguna parte del cuerpo del contrario indicada por el profesor, esto por medio de medio gusano que sera representado como una espada.</p> <p style="text-align: center;"><b>Desplazamientos básicos del Kumite</b></p> <p>Realizar una breve explicación de los aspectos básicos de los desplazamientos en el kumite y demostrarlos verbal y visualmente: Adelante, atrás, a los lados, en diagonal, y giros.</p> <p><u>Espejo:</u> En parejas y aplicando los desplazamientos y giros se harán de frente, uno de los deportistas hará la función de proponer los desplazamientos mientras el otro replicará su movimiento de manera invertida.</p> <p style="text-align: center;"><b>Sambon Kumite</b></p> <p>En parejas desarrollar la modalidad de combate Sanbon Kumite. Esta modalidad se desarrolla de la siguiente manera: Los dos deportistas se ubican frente a frente a una distancia óptima para desarrollar las técnicas. Luego uno de ellos (el que ataca) se ubica en Zenkutsu Dachi gedan barai. Mientras que su compañero seguira en Joi. El deportista que atacara dira que técnica usara para atacar y esperara a que su compañero diga Oss para poderla desarrollar, cuando esto suceda el compañero se ubicara en zenkutsu Dachi y realizar la respectiva defensa. Las técnicas pueden ir dirigidas a la altura de Chudan (dorso) o Jodan (cabeza). Cuando el deportista se defiende del ataque realizara un contra ataque con una técnica de puño.</p>	<p>Tatami</p> <p>Gusanos (flotadores)</p>
----------------------------	--	--	---	--	---

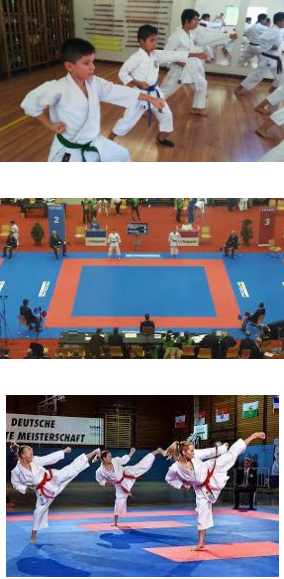
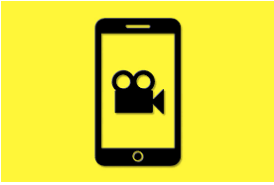
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>El Kiai 5 minutos - Criterios de evaluación en el Kata 10 minutos - Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>El Kiai</b></p> <p><u>En búsqueda de nuestro propio Kiai:</u> Definir el Kiai Explicar su importancia dentro del Karate Do como arte marcial y su importancia en las competencias. Practicar el Kiai, que es propio de cada uno.</p> <p style="text-align: center;"><b>Criterios de evaluación en el Kata</b></p> <p>A partir de la realización del primer kata poner evidencia los criterios que se tienen en cuenta a la hora de calificar un Kata por parte de los Sensei si se está en un examen y de los jueces si se está en competencia: Posiciones, técnica, aspectos físicos, ritmo, seguridad.</p> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayormente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final del entrenamiento</b></p> <p>Protocolo del saludo final</p>	<p style="text-align: center;">Tatami</p>
--	---	---	---	--	---


## Formato de Planeación Modelo Basado en la Técnica Taller 12

Fecha: 14/06/2021

Tema: El Kata

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Físicos:</b> Desarrollar las capacidades coordinativas del ritmo, ubicación espaciotemporal y reacción</li> <li>✓ <b>Teórico:</b> Retomar el protocolo de competencia y las reglas básicas de competencia.</li> <li>✓ <b>Técnico:</b> Desarrollar un Kata equipo</li> </ul>			
Fase	Actividad	Adaptación al ejercicio	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Calentamiento General: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para tomar la posición correcta</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>	 	<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b> Realizar el protocolo completo del saludo inicial.</p> <p><b>Calentamiento General</b> <u>Movilidad articular:</u> En la posición natural, pies a la misma anchura de la cadera, espalda recta y mirada al frente realizaremos los siguientes movimientos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flexo extensión del cuello</li> <li>2. Rotación del cuello</li> <li>3. Circunducción de hombro</li> <li>4. Flexo Extensión de codo simultáneamente</li> <li>5. Rotaciones de cadera formando círculos con la cintura.</li> <li>6. Flexo extensión de las rodillas alternando izquierda y derecha</li> <li>7. Flexo extensión del tobillo</li> </ol> <p>Por cada movimiento realizaremos 10 repeticiones.</p>	Tetami

<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento Especifico 10 minutos - Kata 30 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar restricciones</p>	 	<p><b>Calentamiento específico:</b> Desplazamientos alrededor del tatami, cambiando de dirección.</p> <p><u>Kijon:</u> Desplazamientos en las diferentes posiciones. Practica de las defensas básicas en el mismo sitio y desplazándose. Practica de los ataques de mano sin desplazamiento y con desplazamiento.</p> <p style="text-align: center;"><b>Kata</b></p> <p><u>Kata guiado:</u> Desarrollar el primer Kata, el profesor guiara el proceso haciendo alusión a los puntos claves y corrigiendo los errores que se evidencien. El deportista deberá seguir los pasos al ritmo del profesor y prestar gran atención a las directrices del profesor.</p> <p><u>Kata Equipo:</u> Se hará un kata equipo (tres personas). Cada uno de los deportistas pasará cuando le toque el turno, llevar el ritmo del Kata. Los otros dos deportistas estarán pendientes de los movimientos que el deportista líder este llevando y se realizarán las respectivas correcciones por parte de los tres participantes.</p> <p><u>Grabación y corrección:</u> Grabar el Kata equipo realizado y evidenciar entre todos los errores cometidos en el desarrollo del primer Kata.</p>	
----------------------------	---	--	---	--	--





<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación de las reglas de competencia 10 minutos - Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente la posición que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para ayudarlo a tomar la postura correcta. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Retroalimentación de las reglas de competencia</b></p> <p>A partir de una simulación de la competencia recordar las reglas básicas para evaluar el Kata en una competencia oficial.</p> <p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p> <p>Estiramiento dirigido por el profesor, involucrando las articulaciones mayor mente utilizadas. Cada estiramiento tendrá una duración de 15 segundos. Se acompañaran los estiramientos con ejercicios de respiración.</p> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final del entrenamiento</b></p> <p>Protocolo del saludo final.</p>	
--	---	---	---	---	--



## Planeaciones de las sesiones con el Modelo Teaching Game for Understanding:

### Formato de Planeación Taller 0

Fecha: 16/04/2021

Tema Central: Propiocepción, patadas y puños




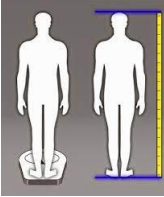
Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Físicos:</b> Desarrollo de capacidades físicas</li> <li>● <b>Teórico:</b> Conocer generalidades del Karate Do</li> <li>● <b>Técnico:</b> Realizar puños y patadas libres</li> </ul>			
Fase	Actividad	Dosificación	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Calentamiento General - Calentamiento específico	10 minutos	   	<p>-Movilidad articular: Se realizará una movilidad articular dirigida por el profesor en orden cefalocaudal.</p> <p>-Llevar la cabeza del lado izquierdo al lado derecho y luego orientarla hacia atrás y adelante.</p> <p>-Llevar las manos hacia adelante y luego hacia atrás intentando hacer la forma del aro que van a tener en la mano (circular).</p> <p>-Mover los hombros rotando hacia adelante y hacia atrás.</p> <p>-Extender los brazos a los lados y realizar movimientos hacia arriba y hacia abajo</p> <p>-Separar los pies al ancho de los hombros (propiocepción) y rotar la cadera realizando círculos</p> <p>-Llevar la pierna adelante y atrás manteniendo el equilibrio en un solo pie. Luego cambiar de pie.</p> <p>-Apoyado en un solo pie realizar plantiflexión y dorsiflexión del otro pie (arriba y abajo).</p> <p><b>Actividades:</b></p> <p>-Ubicarse dentro de un aro y a la orden del profesor buscar hacer saltos hacia fuera y hacia dentro del aro siguiendo el siguiente patrón, dentro del aro, al frente del aro, al lado derecho del aro, al lado izquierdo del aro y atrás del aro. Realizar variantes.</p> <p>-Ubicar la bomba personal con los brazos extendidos al frente y las manos sosteniendo la bomba. De allí buscar sin mover la posición de las manos tocar la bomba con las rodillas alternando. (un toque con la rodilla izquierda y un toque con la derecha a una velocidad alta.</p> <p>-Ubicarse fuera del aro al lado izquierdo de él, realizar Skipping bajo y alternar el pie derecho llevándolo dentro y fuera del aro (una vez dentro y una vez fuera.</p> <p>-Realizar jumping jacks. Explicar que a la vez que se separan los pies las manos van a tocarse por encima de la cabeza manteniendo los codos extendidos, luego cuando los pies se juntan nuevamente, los manos van a bajarse llevándolas a los lados de las piernas con los brazos extendidos (explicar los términos de flexión y extensión)</p>	Aros Cuerda Conos Bombas

<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Actividad 1 - Actividad 2 - Actividad 3</b></p>	<p style="text-align: center;">40 minutos + 1 minuto (recuperación / hidratación)</p>		<p><b>Desplazamientos con objetos</b>  En grupos de 3 a 5 niños se ubicaran en la línea inicial del recorrido de 8 metros. Cada grupo tendrá cinco objetos que deberá llevar a la línea final guiándose con la línea guía en el piso.  Para ello uno de los participantes deberá llevar el objeto a la mitad del recorrido, allí deberá dejar momentáneamente el objeto en medio de un aro y ubicar el globo que estará colgado en este sitio para que el niño le dé un puño (como el niño se sienta cómodo), luego cogerá el objeto y lo llevara al final del recorrido, allí dejara el objeto nuevamente en un aro y deberá buscar la bomba colgada para darle una patada y poder devolverse a la línea inicial del recorrido y activara a otro de sus compañeros para hacer el circuito.</p> <p><b>Bombas o anillos en el aire</b>  Los niños caminarán alrededor de un espacio delimitado en el que encontrarán globos o anillos sonoros suspendidos del techo.  Cuando en su desplazamiento toquen alguno de estos objetos realizarán un gesto técnico del karate.  En grupos de 3 a 5 personas, se ubican en fila, todos sujetos del hombro contrario del compañero para no tropezarse mientras caminan. Los niños en fila se desplazarán por el espacio e intentarán pasar por todos los obstáculos sin separarse en ningún momento, cada uno de los compañeros deberá saber cuándo será tiempo de escuchar o de hablar según las necesidades y situaciones que se presenten por los obstáculos.  Al finalizar los obstáculos, uno de cada grupo lanzara un objeto en dirección al estímulo sonoro, tendrán tres intentos para poder realizar el punto.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Globos Anillos sonoros Cuerdas Lazos Conos</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma</b></p>	<p style="text-align: center;">10 minutos</p>		<p><b>Estiramiento</b>  Actividad recreativa por medio de imitación de animales, tomar posturas de estiramientos.  <b>Saludo final del entrenamiento</b>  Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase</p>	<p style="text-align: center;"><b>Colchone ta preferible mente personal</b></p>

# Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 1

Fecha: 19/04/2021

Tema Central: Posiciones (Dachi)

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Físicos:</b> Evaluación de capacidades físicas – (poner nombre de la batería)</li> <li>● <b>Teórico:</b> Conocer a grandes rasgos el Dojo Kun</li> <li>● <b>Técnico:</b> Aprender las posiciones (Dachi)</li> </ul>		
Fase	Actividad	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	<p>Explicación del concepto de Dojo Kun y acercamiento a nivel general –</p> <p>Calentamiento 10 minutos - 40 minutos + 1 minuto (recuperación / hidratación)</p>	   	<p><b>Saludo inicial del entrenamiento</b></p> <p><b>Explicación del Dojo Kun</b></p> <p><b>Grabación de Dojo Kun</b> Se enviará por Whatsapp un audio con situaciones que reflejen el dojo Kun, esperando que los niños concluyan cuales son los principios y después se retroalimentará, con el objetivo de dar claridad de cuáles son los principios del dojo Kum.</p> <p><b>Calentamiento general 1</b> En círculo se ubican los niños y cada uno tendrá un número de referencia. Cuando se nombre una referencia debe ejecutar la acción determinada</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Variables: la referencia puede ser un animal, objeto o color</li> <li>● El niño debe dirigirse por un objeto, mientras el resto realiza una acción en su puesto</li> </ul>	



**Batería de test 1º parte:**

- PACER (20-Meter and 15-Meter)
- Body Mass Index
- Isometric Push-Up
- Curl up
- Trunk Lift
- Target Stretch Test

**Posiciones (dachi)**

- Heisoku Dachi

Invitar a los niños a tomar una posición de estatua/congelado, por medio del juego “Simón dice”

- Heiko Dachi

Buscar posición natural y ajuste en los bazos, por medio del juego “Simón dice”

- Mussubi Dachi

Sobre un balón de pilates, avanzar hacia delante

- Kiba dachi

Sobre un balón de pilates, avanzar hacia delante

¿Qué posición genera mayor estabilidad?

¿Cómo descendiendo el centro de gravedad?

- Variables: competencia entre participantes (¿quién logra mantener por más tiempo el equilibrio?, ¿quién llega más rápido a un punto determinado?)

- Zenkutsu Dachi

Por parejas, un niño debe avanzar de tal manera que por el medio de sus piernas pueda pasar su compañero en cuadrupedia

¿Qué articulación se debe flexionar para

- Kokutsu dachi

**Juego de Pingüinos**

Los niños se desplazan del punto A al B, manteniendo un globo inflado en medio de sus piernas a la altura de los aductores. El niño que llega de primeras va ganando puntos.

**Variables**




Desplazamientos frontales, laterales y posterior. Así mismo, jugar con la distancia que alcanza los pies entre sí.

		  		
<b>Fase final</b>	<b>Vuelta a la calma 10 minutos</b>		<p style="text-align: center;"><b>Imitando los Animales</b></p> <p>Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul>	

## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 2

Fecha: 21/04/2021

Tema Central: Dojo Kun – Saludos y etiqueta – Desplazamientos y giros

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Evaluación de capacidades físicas – (poner nombre de la batería) 2° parte</li> <li>- <b>Teórico:</b> Protocolo de saludo</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprender desplazamientos y giros</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Explicación del Segundo principio. 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	  	<p>-Saludo inicial del entrenamiento -Grabación de Dojo Kun es español</p> <p><b>Calentamiento general 2</b></p> <p>Los niños se ubicarán en un círculo, a cada movimiento o tarea se les dará un color y ellos deberán ejecutar el movimiento conforme al mando del color.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Color amarillo: Skipping</li> <li>- Color rojo: Taloneo</li> <li>- Color azul: Rodillas al pecho</li> <li>- Color verde: Jumping Jacks</li> <li>- Color blanco: Salto en tijera</li> <li>- Color negro: Sentadillas</li> </ul> <p>Si el niño se equivoca debe pagar una penitencia sencilla.</p>	<p><b>Protocolo para el saludo inicial y final.</b></p> <p>REI: Saludo SEIZA: (forma correcta de sentarse) Adoptar la postura de rodillas</p> <p><input type="checkbox"/> MOKUSO: Meditación, un período de unos dos minutos, con objeto de recuperar la calma interior, olvidarse de todos los problemas, concentrarse en el hara, adoptar la respiración correcta.</p> <p><input type="checkbox"/> MOKUSO YAME: Terminar meditación. Abrir los ojos</p> <p><input type="checkbox"/> SHOMEN NI REI: Saludo Patrio</p> <p><input type="checkbox"/> SENSEI NI REI: Saludo al profesor</p> <p><input type="checkbox"/> OTAGAY NI REI: Saludo entre compañeros.</p> <p><input type="checkbox"/> KIRITSU= Levantarse</p>

Fase central

Calentamiento: 10 minutos - Batería de Test 2º parte 30 minutos-Desplazamientos y giros 15 minutos

**Visión baja**

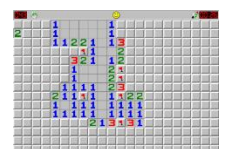
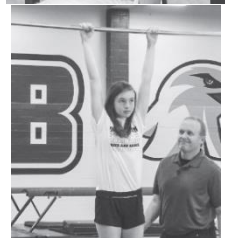
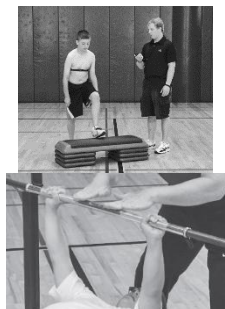
Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.

**Síndrome de down**

Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento. Mantener motivación constante por medio de frases motivadoras.

**Déficit de aprendizaje**

Acompañar de manera personal al niño y mantener un feedback continuo para evitar distracciones.



**Batería de test 2da parte:**

- Target Aerobic (se realiza si el niño no puede hacer el Pacer)
- Dominant Grip Strength (conseguir dinamómetro)
- Bench Press
- Extended-Arm Hang
- Modified Pull-Up
- Back-Saver Sit-and-Reach
- Shoulder Stretch

**Desplazamientos y giros**

**Juego buscaminas**

Buscar despejar un campo de minas sin detonar ninguna. En el tatami ubicar minas (Textura fuerte) aleatoriamente, donde se va a identificar que se detonó al pisar y dejar con otras texturas (tela suave 1 punto, papel celofán 2 puntos, textura rugosa 3 puntos) que darán la suma de la puntuación final al despejar el perímetro por medio de los desplazamientos, ya sean laterales, hacia adelante-atrás o diagonales.

**Explicación de los desplazamiento y Giros**


Se explicará de la manera detalla la manera en que se realizan los desplazamientos en el Karate Do. Manteniendo el centro de gravedad bajo, deslizando los pies y mirando hacia donde nos desplazamos.

**Juego Buscando al soldado**

**Rafán**

Con la misma estructura física del anterior ejercicio. En parejas, uno de los niños se ubicará en laguna zona del Tatami, mientras que su compañero siguiendo las líneas del suelo buscará encontrar al compañero mientras que el profesor le indicara si esta Frio, tibio o Claiente hasta que lo encuentre.



Aros  
Palos de escoba  
Colchonetas  
Figuras con textura diferente al tatami  
Ocluser

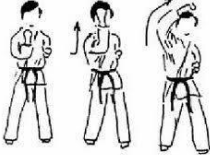

<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma - 10 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>		<p style="text-align: center;"><b>Imitando los Animales</b></p> <p>Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	--	---	---	---	--


## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 3

Fecha: 26/04/2021

Tema Central: Dojo Kun – Defensas

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Coordinación viso manual</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun a grandes rasgos</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de Defensas</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del tercer principio - Calentamiento 10 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarle a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saludo inicial del entrenamiento</li> <li>-Explicación del tercer principio</li> <li>-Grabación de Dojo Kun</li> <li>-Movilidad articular</li> <li>-Calentamiento general</li> </ul> <p><b>Calentamiento general 1</b> En círculo se ubican los niños y cada uno tendrá un número de referencia. Cuando se nombre una referencia debe ejecutar la acción determinada</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variables: la referencia puede ser un animal, objeto o color</li> <li>• El niño debe dirigirse por un objeto, mientras el resto realiza una acción en su puesto</li> </ul>	




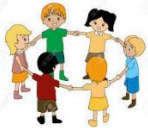
<b>Fase central</b>	<b>Defensas; Age uke Gedan Barai - 5 minutos - 5 minutos - 10 minutos - 10 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar un mal movimiento. Ayudar al ajuste del ángulo de las diferentes articulaciones del brazo para conseguir la posición correcta.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño y mantener un feedback continuo para evitar distracciones. Así mismo, explicar de manera pausada cada movimiento, mientras se le ayuda por medio del contacto físico a conseguir la posición correcta. Se debe tener cuidado con la ejecución sin control y con exceso de fuerza.</p>	 	<p><b>Juego: quítate el globo de la cara</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un globo sonoro se encuentra ubicado suspendido justo al frente de la cara del niño. Él sin moverse del sitio deberá quitar el globo sin golpear al frente usando sus brazos sin agarrar el globo ni golpear con el puño cerrado.</li> <li>- Se buscará que logre quitar el globo de allí la mayor cantidad de veces posible en un minuto sin golpear el globo por encima de la cabeza.</li> </ul> <p><b>Quito el obstáculo y avanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se suspenderán globos en el lugar, a lo cual, cuando el participante sienta un objeto por debajo del pecho deberá dar un paso largo hacia adelante y con el brazo quitar el objeto suspendido en el aire, seguir por la pista buscando la mayor cantidad de bombas posible en 2 minutos.</li> </ul> <p><b>Juego: me cubro y continuo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los participantes avanzarán por el espacio y reaccionarán al mando del docente a cargo, como, por ejemplo, Objeto se acerca a una zona determinada del cuerpo, a lo cual el participante deberá defenderse cubriendo la zona adecuadamente.</li> </ul>	Aros Globos Cuerda/Pi ta Figuras geométric as
---------------------	--	--	--	--	---

<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>		<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	--	--

**Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 4**

**Fecha:** 03/05/2021

**Tema Central:** Dojo Kun 1° principio - Ataques de mano

<b>Objetivos de la sesión:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Fuerza</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de ataque de mano (Tsuki)</li> </ul>			
<b>Fase</b>	<b>Actividad</b>	<b>Ajuste según la población</b>	<b>Graficas</b>	<b>Explicación</b>	<b>Recursos</b>
<b>Fase inicial</b>	<b>Explicación del primer principio: 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	   	<p>-Saludo inicial del entrenamiento -Explicación del tercer principio -Grabación de Dojo Kun</p> <p><b>Explicación del primer principio</b> <i>Hitotsu= Primero</i> <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i> <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i> <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i> <i>Koto= es algo Importante</i> <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b> No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p> <p><b>Calentamiento</b> <u>Congelados con bombas:</u> Sin salirse del tatami jugar congelados, cada uno de los niños tendrá una bomba, cuando lo congelen dejará la bomba a la altura de su cadera, para que un compañero lo pueda descongelar</p> <p><u>Acción y números:</u> En círculo se ubican los niños y cada uno tendrá un número de referencia. Cuando se nombre una referencia debe ejecutar la acción determinada -Variables: la referencia puede ser un animal, objeto o color -El niño debe dirigirse por un objeto, mientras el resto realiza una acción en su puesto</p>	

Fase central

Calentamiento: 10 minutos - Retroalimentación de los desplazamientos: 5 minutos - Ataques de mano: 10 minutos

**Visión baja**

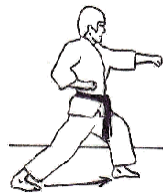
Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen

**Síndrome de down**

Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.

**Déficit de aprendizaje**

Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones



**Retroalimentación de los desplazamientos:**

Juego "Guerra de países"

Los niños se ubican en un círculo y cada uno se referencia con el nombre de un país/ciudad/lugar, Una vez el profesor escoja un niño, él debe dirigirse al centro del círculo mientras los demás tratan de alejarse del mismo. Una vez llegue al centro del círculo se da aviso para que todos los demás se quedan quietos y no avancen más. El niño del centro tratará de llegar al mismo punto de otro niño que haya dado la señal sonora para ubicarlo

**Ataques de manos**

Variables: tipo de desplazamiento

Juego "Sigue los comandos."

Se especificarán una serie de comandos, con los cuales el niño deberá atacar con un puño a zonas del cuerpo imaginario del rival, alto, medio. Los comandos son los siguientes:

IA: Puño izquierdo alto (Jodan)

IB: Puño izquierdo medio (chudan)

DA: Puño derecho alto (Jodan)

DB: Puño derecho bajo (chudan)

Se añaden comandos de las defensas vistas.

A: Defensa alta

B: Defensa baja.

Se buscará que los niños apliquen correctamente el comando dado por el profesor y ganará quien más aciertos complete.

Tiro al blanco:

Se ubican en todo el tatami cuatro aros a una altura media y alta (según la estatura del niño), en los cuales el niño deberá introducir la mano que se le indique (derecha o izquierda). Se tomará el tiempo que se demore y ganará el que lo haga en el menor tiempo posible.



Variante: Organizar dos grupos que competirán en dos espacios diferentes, el grupo que termine primero será el ganador.

**Juego "Encuentra el objeto en el aire y golpea"**

El niño se ubicará dándole la espalda al profesor a cargo, el profesor debe lanzar un globo al aire hacia arriba y el niño buscará golpear con el puño cerrado el globo antes de que caiga al suelo.

Después de esto se realizará una competencia entre los niños, donde deberán salir desde un punto A que será la línea de inicio hacia un


Aros  
Globos  
Cuerda/  
Pita





				<p>punto B que será la línea de llegada, golpeando todo el tiempo el globo sin dejarlo caer al suelo con los puños cerrados únicamente. Ganará quien llegue primero a la línea final y no haya dejado caer el globo.</p> <p><u>Explicación de las técnicas de ataque de mano:</u> ¿Cómo armo con mi mano el puño? Flexionar las falanges de los dedos a excepción del pulgar que ira abrazando los dedos flexionados.</p> <p>Oi Tsuki: Extensión de codo del brazo adelantado, en posición adelantada (zenkutsu dachi), se explicará la importancia del FOCO (puntería), la depresión de la escapula y la rotación de la muñeca.</p> <p>Gyaku Tsuki: Extensión del codo del brazo atrasado, en posición adelantada (zenkutsu dachi), se explicará la importancia de la rotación de la cadera, rotación de la muñeca y depresión de la escapula.</p>	
<p><b>Fase final</b></p>	<p><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarle a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones y acompañar por medio del tacto para ayudar a tomar la postura correcta.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	



## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 5

Fecha: 07/05/2021

Tema Central: Dojo Kun 1° principio – Patadas (Mae Geri, Yocko Geri, Ushiro Geri)

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Fuerza</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de patadas</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
<b>Fase inicial</b>	<b>Explicación del primer principio: 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarle a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saludo inicial del entrenamiento</li> <li>-Explicación del primer principio</li> <li>-Grabación de Dojo Kun</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Explicación del primer principio</b></p> <p><i>Hitotsu= Primero</i>  <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i>  <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i>  <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i>  <i>Koto= es algo Importante</i>  <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b>                      No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p>	


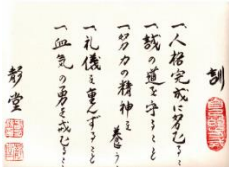
<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central 10 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor y acompañar en los movimientos que se le dificulten.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar personalmente al niño para evitar caídas o movimientos bruscos por medio del tacto.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones y pérdida de la motivación.</p>	   	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento</b></p> <p><b><u>Juego Simón dice</u></b> El profesor a cargo será Simón, donde dirá qué actividad deberán realizar los participantes. Los ejercicios que realizarán según Simón dice son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saltar en el puesto</li> <li>- Saltar adelante y atrás</li> <li>- Saltar a los lados</li> <li>- Salto en un pie</li> <li>- Burpees</li> <li>- Skipping</li> <li>- Jumping jacks</li> </ul> <p><b><u>Juego imaginando animales patear un balón:</u></b> En esta actividad los niños deben imaginar como los diferentes animales le pegarían una patada al balón o pelota (en este caso balón de pilates) y deben hacer el gesto ellos, la idea del juego es que los niños sean muy creativos y no repitan formas de patear, de igual manera intentar que no se repitan animales.</p> <p><b><u>Tiro al blanco pateando:</u></b> Como mecanismo de aproximamiento, los niños patearán una pelota con diferentes partes del pie, en diferentes partes del balón y en diferentes direcciones. Después, patearán el balón con miras a tumbar un cono ubicado en el suelo a una distancia de 3 metros.</p> <p><b><u>Las figuras pateadas:</u></b> Se ubican 3 recortes de cada figura (circulo, triángulo, cuadrado) en la pared. Los niños se desplazan en diferentes direcciones sobre el tatami y una vez se les indique que figura tocar, deben correr hacia la pared y con el pie tocar la figura correspondiente.</p> <p><b>Variables:</b> Tocar la figura con la bola del pie, el borde externo y el talón.</p>	<p>Aros Globos Cuerda/Pita Conos Figuras geométricas Cinta Balón</p>
----------------------------	---	--	--	---	--


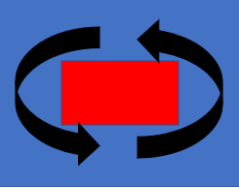

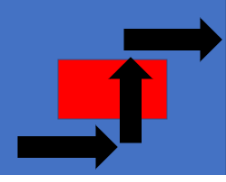
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	--	--



**Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 6**

**Fecha:** 10/05/2021

**Tema Central:** Dojo Kun 1° principio – Kijon #1

<b>Objetivos de la sesión:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación viso-manual y viso-pédica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de Kijon #1</li> </ul>			
<b>Fase</b>	<b>Actividad</b>	<b>Ajuste según la población</b>	<b>Graficas</b>	<b>Explicación</b>	<b>Recursos</b>
<b>Fase inicial</b>	<b>Explicación del primer principio: 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarle a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	 	<p>-Saludo inicial del entrenamiento -Explicación del primer principio -Grabación de Dojo Kun</p> <p><b>Explicación del primer principio</b> <i>Hitotsu= Primero</i> <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i> <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i> <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i> <i>Koto= es algo Importante</i> <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b> No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p>	<p>Aros Globos Cuerda/Pita Figuras geométricas</p>


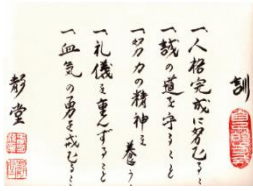
<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central 10 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor con palabras fáciles de entender.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar de manera personal al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante por medio de comentarios positivos.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones y ayudar a corregir con el fin de evitar la frustración.</p>	   	<p><b>Calentamiento</b> <b><u>Canequita</u></b> Los estudiantes deberán desplazarse por todo el tatami en diferentes direcciones manteniendo un aro en su mano, mientras un profesor va a intentar tocarlo por medio de un aro que lleva en una de sus manos. Al tocar un estudiante, este deberá correr junto con el profesor mientras ambos sujetan el aro del niño.</p> <p><b><u>Siguiendo el rastro</u></b> Se ubicará un papel contac sobre el tatami formando un círculo en el medio del espacio. Los estudiantes deberán avanzar sobre dicha figura. <b>Variables:</b> Desplazarse mientras se ejecuta cada 2 avances la defensa Age Uke.</p> <p><b><u>Siguiendo el rastro 2.0</u></b> Se ubicará un papel contac sobre el tatami formando un triángulo en el medio del espacio. Los estudiantes deberán avanzar sobre dicha figura. <b>Variables:</b> Desplazarse mientras se ejecuta la defensa Mae Geri cada 2 avances.</p> <p><b><u>Manteniendo el rastro</u></b> Con el cuerpo formarán una figura que se les determine. Luego, procederán a desplazarse en el tatami tratando de formar dicha figura en el suelo con el desplazamiento que realicen. <b>Variables:</b> Desplazarse mientras se ejecuta la defensa Age Uke y en el siguiente avance la defensa Mae Geri.</p>	<p style="text-align: center;">Aros Cuerda/Pita Figuras geométricas</p>
--	---	---	--	--	---




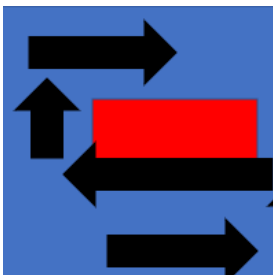
<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarle a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p><b>Saludo final</b> Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	---	--



## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 7

Fecha: 14/05/2021

Tema Central: Dojo Kun 1° principio – Kata primera parte – Taikioku Shodan

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación visomanual y visopédica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de Kata primera parte</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del primer principio: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	 	<p>-Saludo inicial del entrenamiento -Explicación del primer principio -Grabación de Dojo Kun</p> <p><b>Explicación del primer principio</b>  <i>Hitotsu= Primero</i>  <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i>  <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i>  <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i>  <i>Koto= es algo Importante</i>  <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b>                      No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p>	


<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central</b> 10 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones</p>	   	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento</b></p> <p><b><u>Modo ataque</u></b> Los niños tendrán un gusano en sus manos, con el cual podrán hacer una batalla imaginaria de manera lineal y deberán realizar movimiento sólo de ataque <b>Variable:</b> Teniendo en cuenta las técnicas de puños vistas, aplicarlas en los movimientos (con o sin el gusano) Atacar zona baja, media y alta</p> <p><b><u>Modo defensa</u></b> Los niños tendrán un gusano con el cual podrán realizar movimientos de defensa, mientras se desplaza de manera lineal. <b>Variable:</b> Teniendo en cuenta las técnicas de defensa vistas en clase aplicarlas para defender zona alta y zona baja.</p> <p><b><u>Guerra de gusanos</u></b> Cada niño tiene un gusano con el cual podrá atacar y defender. Los ataques pueden ser dirigidos al pecho y a la cabeza. Para defender, debe ubicar el gusano de tal manera que intercepte la dirección del gusano.</p> <p><b><u>Bunkai con espadas</u></b> Cada niño tiene de compañero un profesor, quien lo atacará de diferentes maneras con la espada (gusano) y el niño deberá defenderse de dichos ataques</p> <p><b><u>Kata con espada</u></b> Cada niño tiene un gusano y deberá desplazarse de manera lineal mientras realiza movimientos de defensa y ataque. Deben ser intercalados y</p>	
--	---	--	--	--	--




<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento: Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	---	--



## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 8

Fecha: 17/05/2021

Tema Central: Dojo Kun 1° principio – Kijon #2

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación visomanual y visopedica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de Kijon #2</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del primer principio: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saludo inicial del entrenamiento</li> <li>-Explicación del primer principio</li> <li>-Grabación de Dojo Kun</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Explicación del primer principio</b></p> <p><i>Hitotsu= Primero</i>  <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i>  <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i>  <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i>  <i>Koto= es algo Importante</i></p> <p><b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b>                      No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p> <p style="text-align: center;"><b>Calentamiento</b></p> <p><b><u>Pato Ganzo</u></b>                      Los niños se ubicarán en el centro del tatami sentados y formando un círculo. Uno de ellos será seleccionado para comenzar a desplazarse alrededor del círculo ejecutando el juego “pato, pato, ganzo”. La forma de ganar el puesto será desplazarse al borde más cercano del tatami y volver al espacio para sentarse.</p> <p><b>Variable:</b> Desplazamiento lateral, en cuadrupedia y frontal</p>	


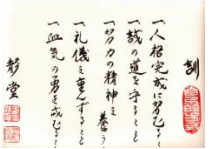
<p><b>Fase central</b></p>	<p><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central 10 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Acompañar al niño, tomándolo de la mano para ayudarlo a ubicarse en el Tatami.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño tomándolo de la mano para evitar caídas. Mantener motivación constante y apoyar su concentración.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Estimular al niño con continuo feedback para evitar distracciones y evitar la frustración.</p>	  	<p><b><u>Cuerda sin fin</u></b> Se ubicará una cuerda sobre el suelo que se dirige a diferentes direcciones y en algunas partes de ella tendrán nudos. Una vez en niño toque el nudo debe ejecutar un puño (Tsuki) y en el siguiente nudo una patada (Mae Geri) <b>Variable:</b> Variar el orden de las técnicas a ejecutar.</p> <p><b>Minas</b> Se ubicarán en diferentes partes del tatami círculos, mientras los niños se desplazan en diferentes direcciones. Una vez pisen un círculo deberán realizar un Tuski. <b>Variable:</b> Se ubican triángulos, con los cuales deben ejecutar patadas (Mae Geri)</p> <p>Ubicar las figuras de tal manera que se forme una L en el suelo.</p>	
----------------------------	---	---	---	---	--



<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	--	--



## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 9

Fecha: 21/05/2021

Tema Central: Dojo Kun 1° principio – Kata completo

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación visomanual y visopedica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje de Kata completo Heidan Shodan</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del primer principio: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	 	<p>-Saludo inicial del entrenamiento -Explicación del primer principio -Grabación de Dojo Kun</p> <p><b>Explicación del primer principio</b> <i>Hitotsu= Primero</i> <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i> <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i> <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i> <i>Koto= es algo Importante</i> <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b> No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p>	Aros Cuerda/Pita Figuras geométricas


<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central</b> 10 minutos</p>	<p><b>Visión baja</b> Acompañar al niño, tomándolo de la mano para ayudarlo a ubicarse en el Tatami y que pueda completar la actividad.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño tomándolo de la mano para evitar caídas. Mantener motivación constante y apoyar su concentración.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal para evitar caídas o choques con otros compañeros.</p>	  	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento</b></p> <p><b><u>Congelados</u></b> Habrá un niño quien tenga una espada (flotador gusano) y deberá con este tocar a los demás niños para dejarlos “Congelados”. La manera en que debe tocarlos es realizando un Tsuki. Para poder descongelar, uno de los niños deberá realizar una Mae Geri (patada) a la altura del muslo de su compañero, y así tocarlos para que pueda volver a correr. <b>Variable:</b> El quien congela, deberá realizar la defensa Gedan Barai.</p> <p><b><u>Minas</u></b> Se ubicarán en diferentes partes del tatami círculos, mientras los niños se desplazan en diferentes direcciones. Una vez pisen un círculo deberán realizar un Tuski, una vez encuentren un triángulo harán la defensa Gedan Barai. <b>Variable:</b> Ubicar las figuras de tal manera que se forme la I en el suelo, tal como se forma en la ejecución del Kata Taikioku Shodan.</p>	<p>Aros Globos Cuerda/Pita Figuras geométricas Cinta</p>
--	---	---	--	--	--





<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	--	--



## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 10

Fecha: 24/05/2021

Tema Central: Dojo Kun 1° principio – Kumité

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación visomanual y visopedica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Aprendizaje generalidades kumité</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del primer principio: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarle a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saludo inicial del entrenamiento</li> <li>-Explicación del primer principio</li> <li>-Grabación de Dojo Kun</li> </ul> <p><b>Explicación del primer principio</b>  <i>Hitotsu= Primero</i>  <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i>  <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i>  <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i>  <i>Koto= es algo Importante</i>  <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b>                      No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p> <p><b>Calentamiento</b></p> <p><b>Relevos</b>                      Se organizan dos grupos y se ubican en fila sobre un extremo del tatami. Según en el orden en que estén ubicados deberán desplazarse hasta el otro lado del tatami y volver para darle salida a su compañero. Así sucesivamente hasta que pasen todos los integrantes de cada grupo.</p> <p><b>Variable:</b> Variar el tipo de desplazamiento y la distancia que deben avanzar</p>	


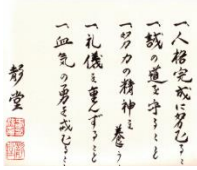
<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento: 10 minutos -Juegos 30 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento y por medio del contacto físico ayudar a ejecutar la técnica de manera correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño con un palo de escoba para ajustar la dirección del brazo donde va dirigido el puño/patada.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones</p>	   	<p><b><u>Patada al blanco</u></b> Por parejas se ubican de frente y uno de los niños tendrá un gusano que mantendrá con sus dos manos al frente de su cadera extendiendo los brazos. Su compañero deberá realizar una Mae Geri con el objetivo de toca el gusano</p> <p><b>Variable:</b> Ubicar el gusano a un lado del cuerpo, variar la altura del mismo según se observe el nivel de progresión de la actividad.</p> <p><b><u>Puño al gusano</u></b> Por parejas se ubican de frente y uno de los niños tiene un balón a la altura del pecho manteniéndolo con sus manos. Su compañero deberá ejecutar un Tsucki con el objetivo de pegarle al balón.</p> <p><b>Variable:</b> Realizar el Tsucki con ambas manos, cambiar la altura al mentón y realizar dos puños seguidos.</p> <p><b><u>Defensa al portador</u></b> Por parejas, uno de los niños tendrá un gusano y se ubicarán de frente. Se desplazarán de manera lineal y el niño con el gusano realizará movimiento con este tratando de tocar distintas partes de su compañero, quien deberá realizar movimientos de defensa según la trayectoria del gusano.</p>	
--	--	--	--	--	--

<b>Fase final</b>	<b>Vuelta a la calma 5 minutos</b>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento: Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
-------------------	------------------------------------	---	---	---	--



## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 11

Fecha: 28/05/2021

Tema central: Dojo Kun 1° principio – Competencia

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación visomanual y visopedica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Competencia</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del primer principio: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>	 	<p>-Saludo inicial del entrenamiento -Explicación del primer principio -Grabación de Dojo Kun</p> <p><b>Explicación del primer principio</b>  <i>Hitotsu= Primero</i>  <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i>  <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i>  <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i>  <i>Koto= es algo Importante</i>  <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b>                      No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p>	

<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central 10 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones</p>		<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento</b></p> <p><b><u>Palos a sus micos</u></b> Se formarán parejas, quienes se desplazarán en diferentes direcciones sobre el tatami. Una vez se dé la señal (pito, aplauso) cada niño debe buscar su respectiva pareja y realizar una postura que se les indique antes de iniciar la actividad.</p> <p><b>Variables:</b> Una vez los niños encuentren su pareja, adoptarán una postura específica que se les indique.</p> <p>Cambiar el tipo de desplazamiento en el tatami (cuadrupedia, lateral, saltos)</p>	
--	---	--	--	---	--

<p><b>Fase final</b></p>	<p><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p><b>Saludo final</b> Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--------------------------	---	---	---	---	--

## Formato de Planeación Teaching Games for Understanding Taller 12

Fecha: 31/05/2021

Tema Central: Dojo Kun 1° principio – Generalidades competencia Parakarate

Objetivos de la sesión:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Físicos:</b> Motricidad gruesa, coordinación visomanual y visopedica</li> <li>- <b>Teórico:</b> Dojo Kun 1° principio</li> <li>- <b>Técnico:</b> Generalidades competencia Parakarate</li> </ul>			
Fase	Actividad	Ajuste según la población	Graficas	Explicación	Recursos
Fase inicial	Explicación del primer principio: 5 minutos	<p><b>Visión baja</b> Explicar paso a paso verbalmente la postura para que el niño pueda ejecutarla una a una. De ser necesario, repetir una a una, mientras se interviene con contacto físico para ayudar a tomar la postura.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente con palabras fáciles de entender para evitar distracciones.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saludo inicial del entrenamiento</li> <li>-Explicación del primer principio</li> <li>-Grabación de Dojo Kun</li> </ul> <p><b>Explicación del primer principio</b>  <i>Hitotsu= Primero</i>  <i>Jinkaku= Personalidad o Carácter</i>  <i>Kansei ni =Acabar o finalizar</i>  <i>Tsutomuro= Intentar conseguir</i>  <i>Koto= es algo Importante</i>  <b>Primero. En busca de la perfección del carácter.</b>                      No se pide a la persona que sea perfecta, porque somos humanos y nos equivocamos, se le pide que lo intente en todo momento. Siempre intentar ser mejor en la personalidad.</p>	

<p style="text-align: center;"><b>Fase central</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Calentamiento: 10 minutos - Primera actividad fase central 10 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente el movimiento que realiza el profesor para que lo repliquen</p> <p><b>Síndrome de down</b> Acompañar al niño para evitar caídas o movimientos bruscos. Mantener motivación constante.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Acompañar de manera personal al niño con continuo feedback para evitar distracciones</p>			
--	---	--	--	--	--

<p style="text-align: center;"><b>Fase final</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Vuelta a la calma 5 minutos</b></p>	<p><b>Visión baja</b> Explicar verbalmente paso a paso el movimiento y acompañar con una mano para evitar caídas, ayudar a tomar la postura correcta.</p> <p><b>Síndrome de down</b> Tener contacto físico con el niño por medio de una mano en su espalda para ayudarlo a tomar la posición correcta, así mismo evitar alguna caída o mal movimiento.</p> <p><b>Déficit de aprendizaje</b> Explicar detalladamente de manera personal para evitar distracciones.</p>	 	<p><b>Imitando los Animales</b> Actividad recreativa por medio de imitación de animales, primero se mostraran las imágenes de los animales y los niños deberán imitarlos, de esta manera realizaran posturas de estiramiento:</p> <p>Animales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foca</li> <li>- Caracol</li> <li>- Gato Erizado</li> <li>- Cangrejo</li> <li>- Perro</li> <li>- Mariposa</li> <li>- Medusa</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Saludo final</b></p> <p>Es el mismo saludo que se realiza al inicio de la clase.</p>	
--	---	---	---	--	--