

**La Gamificación como Estrategia Pedagógica para el Practicante del
Taekwondo**

Nelson Gustavo Castillo

Tutor:

Mg. Sonia Roció Corredor Castro

**Universidad Pedagógica Nacional
Facultad Educación Física
Licenciatura en Educación Física
Fecha, Julio 2021**

Dedicatoria

A mis padres por darme la vida y hacerme entender que puede existir escases económica pero nunca debe faltar la abundancia del amor familiar.

A mi esposa Carolina Mesa Zubieta, por darme el hogar que siempre soñé al lado de mi hijo Ián Alexander y mi hija Sara Victoria, los tres son el motor de mi existencia.

A mis hermanos Nayibe Castillo y Robinson Castillo por la protección y amor brindado durante toda mi infancia y hacerme la vida más fácil que la de ellos.

Agradecimientos

A la familia Mesa Zubieta por todo el apoyo y acompañamiento en el proceso de culminar mi carrera profesional como licenciado en Educación Física.

A mi tutora Sonia Roció Corredor por aclarar mis ideas y ser la guía para que este proyecto curricular particular se convirtiera en una realidad.

A mi maestro de taekwondo Rodrigo Nocove, por haber creado la escuela de taekwondo Hwarangdo y hacerme parte de esa familia, por ser mi padre marcial, y como padre convertirme en el maestro que soy.

A todos mis alumnos que hicieron parte de este proyecto, sin ellos no sería una realidad.

Tabla de Contenido

pp.

Dedicatoria.....	2
Agradecimientos	3
Tabla de Contenido	4
Lista de Tablas	7
Lista de Figuras.....	8
Lista de Siglas	9
Introducción.....	10
Justificación.....	12
Propósitos	14
<i>Propósito General</i>	<i>14</i>
<i>Propósitos Específicos</i>	<i>14</i>
Planteamiento de la Problemática	15
<i>Pregunta Problemática</i>	<i>16</i>
<i>Propósito Formativo</i>	<i>17</i>
Fundamentación Contextual	18
<i>Antecedentes</i>	<i>18</i>
Locales.....	18
Nacionales.....	19
Internacionales.....	20

<i>Marco Legal</i>	21
Contexto internacional legislación deportiva.	21
Contexto Nacional.....	22
<i>Macrocontexto</i>	28
Motivación.	28
Gamificación: integración entre motivación y juego.	33
Perspectiva Educativa	40
<i>Perspectiva Humanística. Desarrollo a Escala Humana</i>	40
Ideal de Hombre.	40
Conceptos de Cultura.....	40
Concepto de Sociedad.....	41
Desarrollo Humano. Manfred Max Neef.....	41
<i>Perspectiva Pedagógica</i>	44
Concepto de Educación.....	44
Modelo Pedagógico.	44
Evaluación.	46
<i>Perspectiva Disciplinar</i>	47
Concepto Educación Física.....	47
Tendencia Disciplinar.	49
El juego.....	50
Taekwondo.....	54
Diseño de Implementación	60
<i>Justificación</i>	60
<i>Objetivos</i>	60
General.....	60
Específicos.....	60

<i>Planeación General (MATRIZ)</i>	62
<i>Contenidos</i>	63
<i>Metodología</i>	65
<i>Evaluación</i>	66
Ejecución Piloto	67
Población.....	67
Ámbito Educativo.....	67
Aspectos Educativos.....	68
Planta Física.....	68
<i>Microdiseño</i>	69
Cronograma.....	69
Plan de clase o sesiones.....	70
Análisis de la Experiencia	88
<i>Aprendizajes como Docente</i>	88
<i>Incidencias en el contexto y en las personas</i>	89
<i>Incidencias en el Diseño</i>	89
<i>Recomendaciones</i>	92
Referencias	94
Apéndice A Escala de motivación deportiva (SMS/EMD)	98
Apéndice B Planilla de puntuaciones (árbol casa)	101
Apéndice C Evidencias prueba piloto	102

Lista de Tablas

	pp.
<i>Tabla 1</i> Registro de matriculados academia de Taekwondo 2015-2019	15
<i>Tabla 2.</i> Estructura político-administrativa del deporte en Colombia	23
<i>Tabla 3.</i> Matriz de necesidades y satisfactores	43
<i>Tabla 4.</i> Objetivos y criterios de evaluación de la EF	50
<i>Tabla 5.</i> Concepciones pedagógicas del juego	51
<i>Tabla 6.</i> Deportistas colombianos destacados en Taekwondo	56
<i>Tabla 7.</i> Puntajes máx. y min. EMD por factores	90
<i>Tabla 8.</i> Resultados motivación intrínseca	91
<i>Tabla 9.</i> Resultados motivación extrínseca	91
<i>Tabla 10</i> Resultados No motivación	92

Lista de Figuras

	pp.
Ilustración 1 Esquema Ley 181 de 1995 Educación Física y Deporte.	26
Ilustración 2 Esquema Ley 181 de 1995 Generalidades.	26
Ilustración 3 Decreto 1228 de 1995. Organismos deportivos del sector asociado.	27
Ilustración 4 Esquema Ley 181 de 1995 Sistema Nacional del Deporte.	27
Ilustración 5 Elementos de la gamificación.	35
Ilustración 6 Gamificación en la Educación.	39
Ilustración 7 Concepto integral de Educación Física.	49
Ilustración 8 Ciclo de composición del taekwondo.	58
Ilustración 9 Significado del cinturón.	59
Ilustración 10 Matriz general de las temáticas.	62

Lista de Siglas

UPN	Universidad Pedagógica Nacional
LEF	Licenciatura en Educación Física
EF	Educación Física
PCP	Proyecto Curricular Particular
MEN	Ministerio de Educación Nacional
TKD	Taekwondo

Introducción

Con base en experiencia del Club de Taekwondo Hwarangdo, en el presente Proyecto Curricular Particular, PCP, se realiza una propuesta innovadora basada en la gamificación destinada a incrementar la motivación los practicantes de esta arte Marcial. Durante el desarrollo de las prácticas se observó que el compromiso, esfuerzo e interés de los aprendices presentaba una disminución significativa, que afectaba directamente la permanencia del Club y su reconocimiento a nivel nacional e internacional.

De acuerdo a lo anterior, se ha planteado un PCP fundamentado en tres ejes fundamentales: el primero es un desarrollo a escala humana planteado por Max-Neef, Elizalde, y Hopenhayn (1986), que busca en primera instancia el desarrollo axiológico del ser humano (subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad) y de sus necesidades existenciales (ser, tener, hacer y estar). El segundo eje es una pedagogía que propone un constante diálogo entre el conocimiento, las prácticas educativas, los contextos y los actores para proponer un desarrollo inclusivo y equitativo de los procesos educativos en virtud del desarrollo personal y colectivo de los estudiantes. El último eje está compuesto por la motivación a través del juego con un fuerte componente de gamificación donde la narrativa, las mecánicas y las dinámicas forman parte de la planeación.

Es así como, en el proyecto de destacan una serie de actividades ramificadas orientadas a afianzar los contenidos teóricos y prácticos mediante actividades lúdicas que involucran a los aprendices en la definición de las “reglas” para que se apropien de las temáticas promoviendo así el desarrollo de habilidades y destrezas de todos y cada uno de los

participantes e impulsando el interés y la motivación hacia la práctica deportiva del Taekwondo.

Justificación

El Taekwondo es un deporte de contacto directo, y que posee grandes beneficios en el desarrollo corporal y espiritual de quien lo practica y requiere de desarrollos cognitivos para implementar en forma adecuada las técnicas, principios. Al ser un arte marcial sistemático, permite formar habilidades tanto físicas como mentales y eleva el espíritu a través del entrenamiento del cuerpo y la mente. Este deporte reconocido a nivel mundial como de alto rendimiento, ha ganado reconocimiento y grandes niveles de aceptación.

Gracias a su recepción entre niños, jóvenes y adolescentes, ha sido incluido como práctica de la educación física en la formación en diversas instituciones académicas a nivel internacional y se ofrece en cursos de extensión en colegios y universidades a nivel nacional; pero en torno a su enseñanza existen falencias de índole pedagógico, que en ocasiones no respeta los límites fisiológicos y psicológicos del alumno.

Cuando se enseña este arte marcial en clubes deportivos, se proyecta la idea de mantener a los estudiantes activos y motivados ya que el factor fundamental para alcanzar logros es la disciplina y la adherencia efectiva al entrenamiento. Uno de los factores que más incide por parte de los estudiantes, es el abandono de los entrenamientos, es la desmotivación y la rutinización que se puede presentar en el contexto del adiestramiento. En busca de una solución a esta problemática se busca una estrategia pedagógica que permita mantener una alta expectativa de los practicantes frente a las clases, para así poder avanzar efectivamente en este deporte olímpico y a su vez, respetar el ritmo individual de cada estudiante, logrando que se esfuerce al máximo para alcanzar sus metas y obtener nuevos cinturones.

La problemática percibida en el Club de Taekwondo Hwarangdo ubicado en el noroccidente de Bogotá, Colombia, después de la observación del desarrollo de las prácticas,

es que el compromiso, esfuerzo e interés de los estudiantes no era constante y se presentaba una desmotivación después de asistir a varias sesiones, encontrando niveles altos de deserción al entrenamiento.

Para solucionar esta problemática se plantea la utilización de tres enfoques piramidales, uno la gamificación y el juego como estrategia motivadora que permite implementar elementos que aumentan la adherencia a las prácticas, la pedagogía dialogante y el desarrollo a escala humana.

Es así como, fundamentado en esta realidad y en los planteamientos teóricos encontrados, el presente trabajo realiza un proyecto basado en la gamificación, que presenta una secuencia didáctica gamificada orientada a afianzar los contenidos teóricos, filosóficos y prácticos mediante un dialogo presentado entre actividades lúdicas y los practicantes para la definición de principios y apropiación de las temáticas promoviendo así procesos cognitivos, valorativos, comunicativos, sociales y praxeológicos, enmarcados por contextos históricos y culturales propios de los estudiantes e impulsando el interés y la motivación hacia el deporte del Taekwondo.

Desde la perspectiva de la educación a escala humana, este PCP que relaciona la gamificación y el Taekwondo, aporta a diferentes necesidades axiológicas: al entendimiento que se suple gracias a la educación de tipo informal; al ocio que bien se puede trabajar mediante el manejo del tiempo libre; a la intervención en juegos; a la identidad que se logra afianzar gracias a los niveles de compromiso adquiridos, a la mejora de la identidad y al auto crecimiento personal; a la participación, cuando se logra la adaptabilidad y respeto al participar en competencias deportivas; a la protección, cuando se desarrollan mecanismos para desarrollar técnicas de protección personal y de no lastimar al contrincante y lograr un equilibrio.

Propósitos

Propósito General

Aumentar la motivación hacia práctica libre del Taekwondo mediante una estrategia didáctica fundamentada en el juego y la gamificación, otorgando una proyección de desarrollo a escala humana.

Propósitos Específicos

- Propiciar en las prácticas libres de Taekwondo la metodología de la gamificación con el fin de mejorar la motivación y los resultados de los aprendices.
- Incentivar en los aprendices el trabajo cooperativo como medio de adquisición y alcance de metas comunes
- Posibilitar en los aprendices una formación integral para aumentar la práctica libre del Taekwondo favoreciendo la toma de decisiones y el trabajo en equipo.

Planteamiento de la Problemática

La problemática del Club se evidencia en los registros históricos de los estudiantes analizados año por año. De 2015 a 2019, evidencia una fluctuación en el número de ingresados, existe un comportamiento atípico notándose un decrecimiento significativo en el año 2019. La comparación de datos muestra, que el año 2019 con menor número de ingresos, también es el menor en número de estudiantes retirados, sin embargo, no son constantes en la asistencia a las prácticas.

Al realizar un análisis del comportamiento de los datos, con las directivas, se observa que los niños y adolescentes son los que con mayor frecuencia abandonan la academia. Como posibles causas de este comportamiento están; la desmotivación, la ausencia de nuevas estrategias pedagógicas, y la falta de un currículo especializado para niños y adolescentes.

Tabla 1 Registro de matriculados academia de Taekwondo 2015-2019

Año	Ingresados				Retirados
	Niños	Adolescentes	Adultos	Total Ingresados	
2019	3	1	6	10	0
2018	16	4	20	40	9
2017	8	0	15	23	13
2016	9	0	25	34	23
2015	0	0	13	13	6

Fuente: Elaboración propia

El club cuenta con tres entrenadores de Taekwondo, los cuales se basan predominantemente en la implementación de sesiones teórico-prácticas. Las clases teóricas suelen ocupar una o dos sesiones, dependiendo de las temáticas, durante las cuales se abordan contenidos teóricos, un poco tediosos para los practicantes, tales como: historia, técnica, táctica, y reglamento de la disciplina.

Tradicionalmente la enseñanza de los conocimientos teóricos en el club se ha desarrollado a través del modelo pedagógico tradicional, donde el maestro posee la información y éste trasmite el conocimiento de forma magistral, el aprendiz no es activo en estas sesiones, evidenciando la necesidad de nuevas estrategias pedagógicas donde el aprendiz se sienta motivado a adquirir la teoría disciplinar del taekwondo.

Las sesiones prácticas son orientadas al desarrollo de la técnica y la táctica específica para finalmente avanzar en cinturones y lograr una buena participación en torneos, mediante los cuales se evaluará el desempeño y nivel técnico de los taekwondistas.

Se encontró que la alta participación del club en torneos requería de mayor intensidad y volumen en los entrenamientos específicos de combate, creando así, una rutinización en el área específica de la preparación para competencia, lo cual producía desmotivación en algunos aprendices llegando a la deserción, ya que no todos los practicantes de taekwondo del club estaban interesados en la participación en dichos torneos. Los aprendices se encontraban más interesados en el mantenimiento físico o en el avance de cinturones que por representar al club, por lo tanto, no les hallaban sentido a los entrenamientos intensivos para combate.

Se concluyó por parte de las directivas del club, que la intervención activa por parte de los practicantes, tanto en las sesiones teóricas como prácticas, era inconstante y muy baja. De este modo, se identificó que los aprendices, mostraban un bajo interés por participar en las competencias, que son las que permiten la mejor clasificación de la organización, por tanto, se optó por implementar como estrategia de motivación: la gamificación.

Pregunta Problemática

Como consecuencia, se planteó el interrogante ¿Cómo aumentar los niveles de motivación de los jóvenes hacia la práctica libre del taekwondo fundamentada en el juego y la gamificación?

Propósito Formativo

El propósito es formar un ser humano con dominio cuerpo - mente que interrelaciona lo físico, lo cognitivo y lo afectivo; que despliega acciones para su realización personal, satisfacción de sus necesidades básicas, utilizando su inteligencia para buscar el conocimiento y motivación a la práctica en forma libre.

Fundamentación Contextual

Antecedentes

El propósito de este apartado, es ofrecer un recorrido por algunos de los estudios más cercanos a los tópicos contemplados en este PCP, bajo la mirada de licenciatura en educación física. Los antecedentes transitan entre el deporte, la práctica deportiva competitiva, y la motivación.

Locales.

Título	Uso del video en el aprendizaje del taekwondo: estudio en niños en edad escolar
Autor (es)	Bernal, Hoyos, Fracica, y Fernández (2020)
Institución/Año	Universidad de la Sabana, 2020
Aportes / Comentarios	Sobre el uso del video en el aprendizaje del taekwondo, enfocado en niños en edad escolar. Se resaltan los beneficios del uso del video para aumentar la motivación y se describen sus beneficios pedagógicos. Para ello se realizó un experimento con un grupo de 42 niños de entre 7 y 12 años cuyos resultados indican que el uso de los videos es un factor generador de alta motivación en los niños para realizar la práctica de ese deporte. Sin embargo, esa motivación solo se relaciona con la mejora en la técnica en la ejecución de las figuras y la corrección de los errores de ejecución en el combate y no con los demás beneficios del uso del video. El estudio pretende contribuir a la comprensión de las implicaciones del uso del video en el proceso de aprendizaje y el rol de la motivación en ese proceso.
Título	Gamificación: una revisión sistémica (http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/12356)
Autor (es)	Ramírez Torres, Sebastián Antony
Ciudad/Año	Bogotá, 2019
Institución/Año	Universidad Pedagógica Nacional, 2019
Aportes / Comentarios	Este trabajo de grado, presenta en sus conclusiones como la gamificación ha tomado fuerza y es aceptado por maestros y estudiantes en los últimos diez años, mostrando resultados favorables en la educación superior y la secundaria. Clarifica que la gamificación es una herramienta novedosa evidenciando los beneficios como la motivación, la resolución de problemas, aumentando el compromiso y trabajo

	colaborativo entre los que interactúan, haciendo de la gamificación una herramienta más motivante y estimulante para los estudiantes.
Título	La gamificación como estrategia de enseñanza en el área de Ciencias Naturales (https://www.grin.com/document/438899)
Autor (es)	German Yuara
Ciudad/Año	Bogotá, 2018
Institución/Año	Universidad de los Andes, 2018
Aportes / Comentarios	Este trabajo de grado para magister en educación propuso la utilización de la gamificación como estrategia para mejorar la enseñanza de las Ciencias Naturales en Educación básica y media de la Institución Educativa Técnica A y B del municipio de Melgar (Tolima), concluye que incluir elementos de juego dentro del desarrollo normal de la asignatura de las ciencias naturales, se nota un cambio de actitud de los estudiantes frente al trabajo del docente. Aumentando en interés por los estudiantes convirtiéndose en una metodología que propicia la adquisición de competencias tales como la toma de decisiones, el trabajo colaborativo y la resolución de problemas, desarrollándose a la par con las metas de aprendizaje propuestas por el docente.

Nacionales.

Título	Secuencias didácticas lúdicas, para formar en valores a niños y niñas, a partir del taekwondo, en el club tigres olímpicos de la ciudad de Ibagué Tolima. 2013
Autor (es)	Reinaldo Gonzales Quintero, Alfonso Ramírez Peña.
Ciudad/Año	Tolemaida Cundinamarca 2013
Aportes / Comentarios	El principal aporte de este trabajo fue la desmitificación del taekwondo como generador de violencia. Se plantea que hay un desconocimiento por parte de los padres de familia en creer que sus hijos se volverán violentos practicando taekwondo. Se trabaja la enseñanza del Taekwondo en tres pasos; charlas, demostraciones y prácticas, a través de estos pasos se les enseña a los niños valores implícitos en el deporte, cambiando el imaginario social que se tiene como deporte violento, formado buenas personas que aporten a la sociedad.
Título	Gamificación una estrategia de fortalecimiento en el aprendizaje de la ingeniería de sistemas, experiencia significativa en la Universidad Cooperativa de Colombia
Autor (es)	Julián Andrés Mera Paz
Ciudad/Año	Popayán, 2016
Aportes /	Este trabajo fue aplicado a los estudiantes de primer semestre de ingeniería en sistemas de la Universidad Cooperativa de Popayán,

Comentarios	mostrando la gamificación como herramienta transformadora en las dinámicas de los programas académicos, generando resultados positivos y a su vez permitiendo articular un ambiente colaborativo entre estudiantes y docentes. A través de la metodología innovadora de la gamificación los estudiantes generaron cambios positivos en el comportamiento, haciendo el proceso enseñanza aprendizaje más agradable, motivándolos a la apropiación de contenidos creando nuevos conocimientos.
--------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Internacionales.

Título	Sistema de actividades físico-deportivas-recreativas. Una perspectiva para incrementar la motivación de los niños hacia la práctica del deporte taekwondo en la comunidad
Autor (es)	Julio Fajardo Pompa
País/Ciudad/Año	Cuba/ Granma/2011
Aportes / Comentarios	El sistema de actividades físico-deportivas-recreativas implementadas en la comunidad “Guamo Viejo”, tuvo como objetivo condicionar la motivación en los niños con edades comprendidas entre 11-12 años para la práctica del taekwondo. La motivación fue el requisito previo para el aprendizaje, especialmente el sistema físico- deportivo-recreativo, intensificándolo a partir de vivencias de éxito, tanto individuales como colectivas. Dependiendo de la adaptación social de los niños, se programó un sistema de actividades fundamentadas en vídeos debates, exposición de medios de protección, fotos, medallas y diplomas para exaltar logros, demostraciones marciales y competitivas.
Título	Estudio de la metodología de enseñanza del taekwondo y su influencia en el desarrollo de la técnica básica de cinturón blanco a amarillo en los clubes filiales a la asociación de taekwondo de pichincha en niños de 6 a 8 años, durante el periodo 2015
Autor (es)	Lenin Isaac Cabascango Bravo
País/Ciudad/Año	Ecuador/Quito/2015
Aportes / Comentarios	Aspectos relevantes para la enseñanza del taekwondo, son la edad biológica, desenvolvimiento en el entorno social y capacidad (física y cognitiva) de aprendizaje de acuerdo a la etapa de desarrollo del estudiante. Se menciona que dentro de los métodos efectivos para la enseñanza están los: sensoriales, verbales, prácticos de aprendizaje, prácticos de perfeccionamiento y los que de ellos se despliegan, ayudando a obtener mejores resultados en el desarrollo de las capacidades físicas, las cuales influyen directamente en el desarrollo de la técnica básica del Taekwondo, sin dejar de lado que son también recomendables para el aprendizaje cognitivo que en este caso es la filosofía y reglas del deporte, factores fundamentales para ascender al grado o cinta superior.

Título	Deportes de combate: unidad didáctica en educación secundaria, desde una perspectiva contemporánea de enseñanza
Autor (es)	Pérez, Salvador; Hernández, Félix; Rodríguez, Alberto; Sánchez, Antonio
País/Ciudad/Año	España/Salamanca/2018
Aportes / Comentarios	La Educación Física se traza como objetivo desarrollar entre otras la competencia motriz, logrando integrar conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora. Para su desarrollo se utilizan los deportes de combate como un elemento didáctico que, por ser una de las actividades con mayor contacto personal, ayuda a mejorar el conocimiento de las propias habilidades y patrones de movimiento, especialmente en situaciones inestables, y por lo tanto formar integralmente a los alumnos, todo ello a través de tareas jugadas en lo que se conoce como el “saber luchar” y que se relaciona con las competencias clave.
Título	Integración de gamificación y aprendizaje activo en el aula.
Autor (es)	Zepeda, Sergio; Abascal, Rocío; López, Erick
País/Ciudad/Año	México/2016
Aportes / Comentarios	Presenta actividades y evaluaciones centradas en el Aprendizaje Activo y la Gamificación, para generar una actitud más positiva de los alumnos y crear un ambiente más agradable en el aula. A través de realizar una serie de actividades varias veces, pero bajo un contexto diferente en el que participan diversos factores e incentivos, se crea incertidumbre y emociones que permiten tener experiencias significativas, aumentando los niveles de cognición.
Título	Caracterización técnico-táctica de la competición de combate de alto nivel en Taekwondo. Efectividad de las acciones tácticas
Autor (es)	González de Prado, Cristina
País/Ciudad/Año	España/2011
Aportes / Comentarios	Se exponen los resultados obtenidos en cuanto a las acciones tácticas realizadas según un análisis estadístico descriptivo y bivariado en donde la variable a relacionar es la de la efectividad de las acciones. Se dan una serie de orientaciones para el entrenamiento, para la competición y para la investigación de la efectividad de las acciones tácticas. Las conclusiones son claras y concisas respecto a la efectividad de las acciones, la lateralidad, la guardia, la zona de impacto, la zona de competición, las técnicas de puño y pierna empleadas, el tiempo de ejecución de las acciones, etc. También se dan resultados sobre las penalizaciones, las acciones defensivas y la situación en el marcador, las fintas, los pesos, los asaltos, entre otros.

Marco Legal

Contexto internacional legislación deportiva.

En el año 1976 entra en vigor el pacto internacional de derechos económicos, sociales y culturales DESC, este es un tratado multilateral que reconoce los derechos económicos, sociales y culturales y establece los mecanismos para su protección y garantía; fue

desarrollado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en Diciembre de 1966 y entró en vigor el 3 de enero de 1976, más adelante en 1978 se crea la carta internacional de educación física y deporte, adoptada por la conferencia general de la UNESCO en París, con estas declaraciones se ratificó en el mundo la importancia que tiene el deporte, pero también la educación física y la recreación como elementos esenciales en el desarrollo de los seres humanos, la formación integral y saludable de las personas, y el enriquecimiento de la cultura.

Más recientemente la Organización de las Naciones Unidas promulgó la declaración del milenio 2000, la cual ratificó el reconocimiento de la recreación y el deporte como derechos sociales, igualmente define a la recreación y el derecho al descanso como derechos humanos de tercera generación.

Contexto Nacional.

La Constitución Política de Colombia reconoce el derecho al deporte en el capítulo II “de los derechos sociales, económicos y culturales”, artículo 52, que expresa: “Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas”. Este artículo de la carta magna es modificado posteriormente por el acto legislativo 002 de 2000, que dice: “El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tiene como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano”.

El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre, por tanto, el estado fomentará estas

actividades e inspeccionará vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

La ley 49 de 1983 constituye las juntas administradoras seccionales de deporte y se reorganizan las juntas municipales. La ley 50 de 1983 otorga facultades extraordinarias al presidente de la República para orientar, reglamentar, supervisar y estimular el deporte, la educación física y la recreación en todo el territorio nacional. El decreto 3115 de 1984 crea la Escuela Nacional del Deporte, dependiente del Instituto Colombiano de la Juventud y el Deporte, que podrá autorizar la apertura de subsedes en otras ciudades del país.

Como se demuestra, las tareas que desarrollan los dirigentes y estamentos deportivos son dispares, mientras algunos tienen una función más política a otros corresponde una tarea educativa y de promoción de la participación comunitaria. En el caso del deporte colombiano es importante conocer la estructura del sistema deportivo, y las entidades o empresas que integran el conjunto de relaciones que conforman la estructura político-administrativa del deporte en Colombia.

Tabla 2. Estructura político-administrativa del deporte en Colombia

ORGANIZACIÓN	OBJETIVO	SERVICIOS PRESTADOS	CARÁCTER
COLDEPORTES NACIONAL	Dependiente del Ministerio de Cultura Entidad gubernamental que regula el deporte en Colombia.	Control sobre las federaciones deportivas colombianas.	Pública
ENTES DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES	Promoción del deporte a nivel departamental	Fomentar la Educación física y el deporte en el país. Organización de los juegos deportivos nacionales. Organización Legislación Cofinanciación deportiva	Pública
COMITÉ OLÍMPICO COLOMBIANO	Promoción del movimiento olímpico.	Cumplimiento de las normas de la carta olímpica. Promover la preparación, selección y participación de los deportistas en los juegos olímpicos.	Entidad mixta

FEDERACIONES DEPORTIVAS	Se constituyen por asociaciones de ligas deportivas o asociaciones departamentales.	Organización y regulación del deporte. Puede dictar acciones disciplinarias por infracciones de normas.	Privado
LIGAS DEPORTIVAS	Se constituyen como asociaciones de un número mínimo de clubes deportivos.	Fomentar, patrocinar y organizar la práctica de un deporte. Impulsar programas de interés público y social asociados al deporte.	Privado
CLUBES DEPORTIVOS	Clubes que se dedican a la práctica de uno o varios deportes	Algunos compiten en torneos oficiales. Otros trabajan únicamente la actividad lúdica.	Privado

Fuente: Elaboración propia

La Ley 181 de 1995, es aquella por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte. Para efectos de este estudio a continuación se presentan los artículos que más conciernen a la misma:

Art. 11: Corresponde al ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de educación física en todos los niveles, incluyendo instituciones escolares especializadas en personas discapacitadas.

Art 12: Corresponde a Coldeportes, la responsabilidad de dirigir, orientar, coordinar y controlar el desarrollo de la educación física extraescolar para toda la población en general. Además, promoverá la investigación científica y la producción intelectual, para un mejor desarrollo de la educación física.

Art 46: es el conjunto de organismos, articulados entre sí, para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extra escolar y la educación física.

Art 47: Su objetivo es generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento de tiempo libre.

Art 49: desarrollará su objeto a través de actividades del deporte formativo, social comunitario, universitario, competitivo, de alto rendimiento, aficionado, profesional, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, mediante las entidades públicas y privadas que hacen parte del sistema

Para ilustrar de manera clara la normatividad implicada en la denominación de deporte al taekwondo, se ha realizado un esquema que reúne los aspectos más relevantes de la Ley 181 de 1995 y de Decreto 1228 de 1995 que presenta las disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

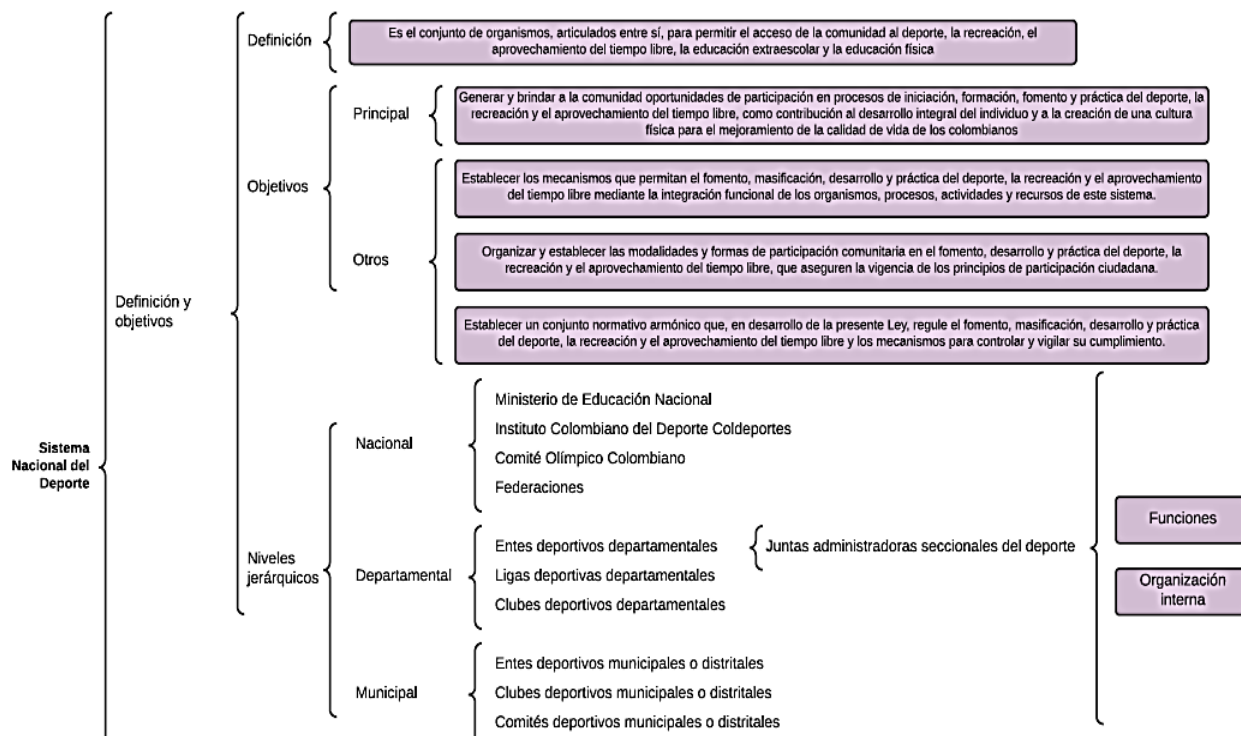


Ilustración 2 Esquema Ley 181 de 1995 Educación Física y Deporte. Elaboración propia

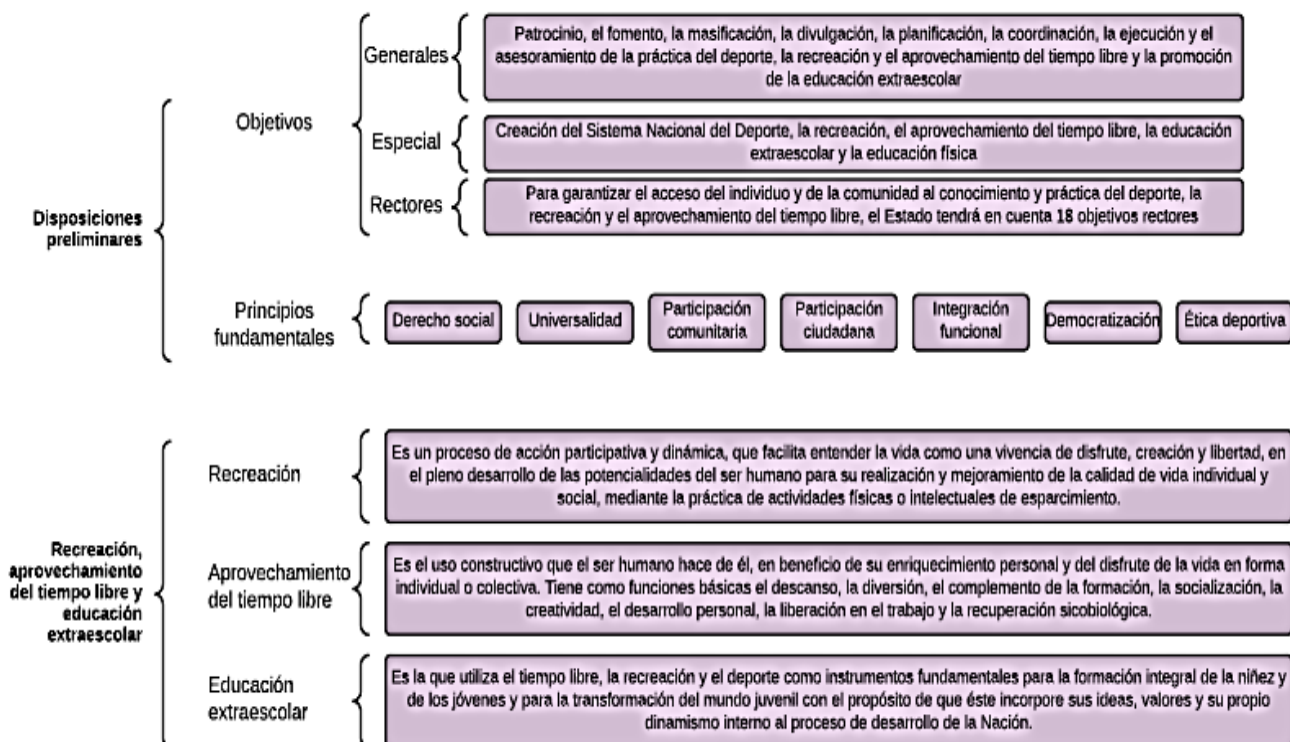


Ilustración 1 Esquema Ley 181 de 1995 Generalidades. Elaboración propia

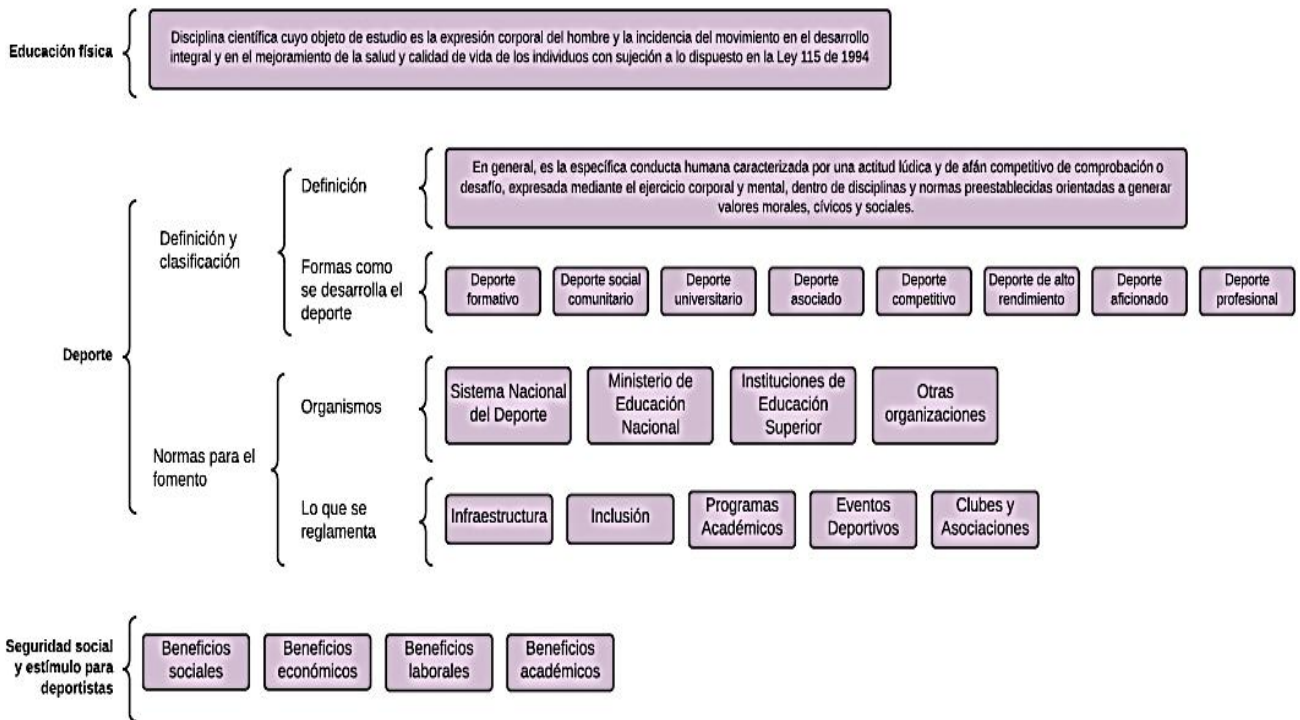


Ilustración 3 Decreto 1228 de 1995. Organismos deportivos del sector asociado. Elaboración propia

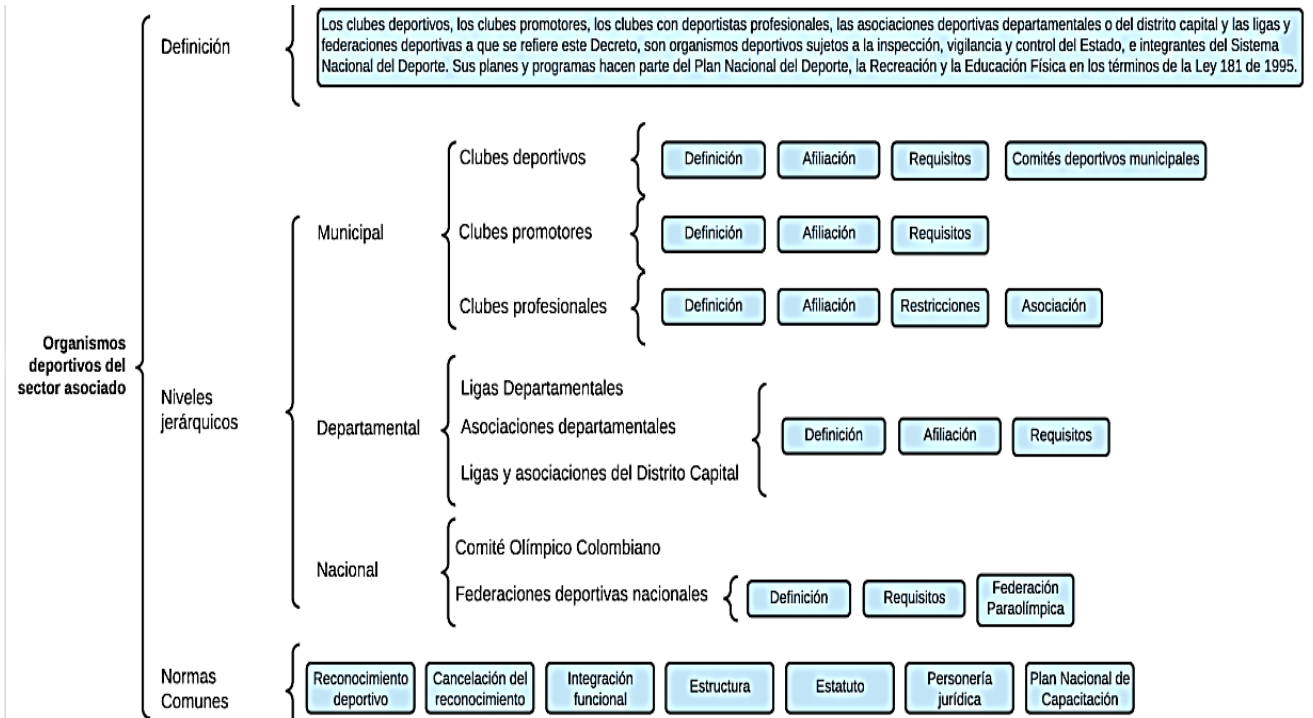


Ilustración 4 Esquema Ley 181 de 1995 Sistema Nacional del Deporte. Elaboración propia.

Macrocontexto

Tres temáticas del presente Proyecto Curricular Particular se desarrollan dando lugar a un campo específico de conocimiento: a) El taekwondo como práctica deportiva; b) La motivación en la práctica deportiva, c) La gamificación como estrategia pedagógica.

Motivación.

La Mayor dificultad que se encuentra con respecto a la motivación del ser humano de acuerdo a Kleinginna y Kleinginna (1981), es la cantidad de definiciones que se han desarrollado en torno a ella y la cantidad de campos que centran sus investigaciones en sus efectos. Los autores refieren que hay más de 92 definiciones, con 11 categorías, entre las cuales se encuentran relaciones de afecto y cognición; físicas de estímulos emocionales externos, mecanismos fisiológicos y comportamiento emocional expresivo. Entre este marco se resalta la definición.

La Motivación es definida como el estado interno o condición que activa el comportamiento y lo orienta en una dirección dada, así como el deseo que energiza y dirige el comportamiento hacia un objetivo o meta dada y que tiene influencia en las necesidades y deseos que afectan la intensidad y dirección de los comportamientos (Kleinginna & Kleinginna ,1981, p. 353).

Para complementar esta noción, la motivación puede entenderse como la capacidad del ser humano para enfocar sus esfuerzos psíquicos y conductuales hacia una meta particular, ubicando dicho logro, previamente, como un objetivo que precisa de las máximas consideraciones para cumplir con las demandas internas y externas necesarias para su materialización. Según Pérez (2016), la motivación es el proceso por el cual los individuos se guían para conseguir un objetivo. García y Doménech (2002), encuentran en el término de

motivación coincidencias entre diversos autores, definiéndola como el “conjunto de procesos implicados en la activación, dirección y persistencia de la conducta” (p.25).

Para Omrod (2005), la motivación afecta al aprendizaje y al rendimiento en cuatro formas distintas:

- Dirige a la persona hacia las metas. La motivación influye en la elección de las acciones y actividades a realizar.
- La motivación es un factor importante a la hora de realizar actividades ya que favorece el nivel de energía del individuo, es decir, influye en la implicación del individuo en el desempeño de una tarea.
- La motivación es un factor que aumenta la probabilidad de que la persona comience una tarea en particular o la reemprenda en el caso de que dicha tarea haya sido interrumpida.
- La motivación afecta a la estrategia mediante la cual la persona realiza la tarea.

Según Trechera (2005), la motivación se entiende como el proceso por el cual el sujeto se plantea un objetivo, utiliza los recursos adecuados y mantiene una determinada conducta, con el propósito de lograr una meta. De este modo, la motivación se convierte en ese impulso o razón que lleva a la persona a desarrollar una determinada actividad a fin de obtener resultados a favor; dicho deseo de cumplir con las metas propuestas conlleva a que los sujetos generen expectativas y adopten actitudes que guían y dirigen la conducta hacia el logro de ellas.

Por su parte, Valenzuela, Muñoz, Silva-Peña, Gómez, y Precht (2015) indican que la motivación escolar “tiene que ver más concretamente con la activación de recursos cognitivos para aprender aquello que la escuela propone como aprendizaje, y no sólo con

querer realizar una tarea específica en un momento dado” (p. 2). Esto sugiere que el uso de diversas estrategias de aprendizaje de acuerdo a las edades del alumnado permite el desarrollo de competencias y habilidades de los mismos desarrollando en ellos recursos propios que conllevarían al uso de estos para el cumplimiento de sus objetivos, participando activamente de las actividades que le sean propuestas y generando mayor confianza e interés.

Adicionalmente, Naranjo (2009) destaca tres perspectivas fundamentales sobre la motivación escolar: conductista, humanista y cognitiva.

La perspectiva conductual enfatiza que las recompensas motivan la conducta y dirigen la atención de las personas hacia acciones adecuadas y la distancian de las inadecuadas. La perspectiva humanista subraya la capacidad humana para crecer, las cualidades personales y la libertad de elección y la teoría cognitiva enfatiza en las ideas y considera que lo que la persona piensa que puede ocurrir es importante porque determina lo que ocurre (Naranjo, 2009, p. 19)

De acuerdo a estos planteamientos, y conjugando sus aportes teóricos, se plantea esta propuesta didáctica, enfocada a permitir que los alumnos conduzcan sus acciones al cumplimiento de los objetivos de las sesiones de clase previamente establecidos por los mismos estudiantes en compañía del docente, mediante las cuales no solo se busca la adquisición y desarrollo de ciertos contenidos temáticos, sino también se busca el de habilidades, competencias y valores para su desempeño en la vida personal y laboral. Lo anterior, es de gran importancia entendiendo que la población de estudio se encuentra en la etapa de la adolescencia y que la participación en la toma de decisiones aporta a la construcción propia de la identidad.

Para ello, es importante conocer la percepción del grupo frente a la práctica libre del Taekwondo y a partir de ella trabajar; además, se plantea promover la motivación orientada

al logro la cual, siguiendo a McClelland (1989), citado por Morán y Menezes (2016), se define como:

[...] el impulso de sobresalir, de alcanzar la consecución de metas, de esforzarse por tener éxito. El incentivo natural de la motivación (o necesidad) de logro es “hacer algo mejor”, aunque las personas pueden hacerlo por varias razones: agradar a otros, evitar las críticas, obtener la aprobación o simplemente conseguir una recompensa. Pero lo que debería estar implicado en el motivo de logro es el actuar bien por sí mismo, por la satisfacción intrínseca de hacerlo mejor (p.32).

Por consiguiente, se buscará que la participación en las diversas actividades tenga una “recompensa” ya sea simbólica y/o material que incentive a los aprendices a la consecución de metas, alimentando el espíritu de competencia sana entre el grupo fortaleciendo así, la dinámica y cohesión grupal.

De este modo, esta propuesta le exige al docente estar muy atento de todos sus estudiantes para que identifique particularidades de cada uno de ellos a fin de reconocer los aspectos sobre los que se debe mejorar y aquellos que se pueden potencializar. Por consiguiente, esta propuesta no solo requiere tener en cuenta a los alumnos o aplicar teorías y modelos sobre motivación, sino que advierte un esfuerzo por parte de la institución y de los docentes, en concentrar su atención tanto en características grupales como individuales. Se trata de esta forma de garantizar que todos los estudiantes adquieran las competencias necesarias del Taekwondo.

Para comprender la motivación y su importancia en la subjetividad, Maslow propone la “Teoría de la Motivación Humana”, desde la cual se plantea una jerarquía de necesidades y factores que motivan a las personas; esta jerarquía identifica cinco categorías de necesidades y considera un orden jerárquico ascendente de acuerdo a su importancia para la supervivencia y la capacidad de motivación (Quintero, 2007, p.1). Lo que centra la motivación en la

obtención de resultados específicos, dictaminados por las necesidades humanas, uno de estos es el mantenimiento de un óptimo rendimiento deportivo y la consecución de metas personales y de equipo.

Motivación en el deporte. La teoría de la autodeterminación, que estudia la motivación humana, es una de las que más auge ha tenido dentro de la psicología del deporte. La teoría analiza que las conductas humanas autodeterminadas de naturaleza intrínseca son realizadas con el nivel más alto de reflexión y se reflejan en acciones con un sentido de elección (Deci y Ryan, 2000). Esto es, el grado en que las personas realizan sus acciones de forma voluntaria, es decir, estar comprometido en una actividad únicamente por el placer y la satisfacción derivada de la propia práctica. Dentro de esta concepción de la autodeterminación se genera la Teoría de la evaluación cognitiva. Ambas teorías apuntan a una clasificación multidimensional de la motivación contemplando además de la intrínseca, la extrínseca, y la amotivación.

Los autores Deci y Ryan (2000), reconocidos por sus amplias investigaciones en torno a la motivación, establecen una taxonomía en los que a cada tipo de motivación le asigna una subdivisión. La motivación intrínseca (MI), se encuentra la enfocada hacia el conocimiento, para experimentar estimulación y hacia el logro. Para la motivación extrínseca se encuentra que existen diferentes tipos: la regulación externa, la regulación, la introyectada, la regulación identificada y una regulación integrada (Brière, Vallerand, & Pelletier, 1995; Vallerand, Blais, Brière y Pelletier, 1989; Vallerand, Pelletier, Blais, Brière, Senécal y Vallières 1992; Vallerand y Rousseau 2001).

De acuerdo a lo anterior se detallan las definiciones desde las teorías mencionadas que permiten establecer una clara posición conceptual en este PCP.

La motivación intrínseca que surge de la necesidad psicológica innata de competencia y auto-regulación/auto-determinación. Aquí se encuentran, la MI al conocimiento,

relacionada con las conductas que se realizan por el placer que se experimenta al intentar comprender y aprender; las MI a las experiencias estimulantes que se refiere a la estimulación derivada de vivenciar experiencias excitantes y las MI al logro que implica la ejecución de actividades por la satisfacción de intentar dominar, lograr o conseguir algo.

La Motivación Extrínseca representa conductas llevadas a cabo por razones instrumentales, asociadas a contingencias externas Aquí se encuentra la Regulación Identificada que son aquellas razones internalizadas en tanto que se consideran valiosas, juzga la conducta como importante, a pesar que la actividad se realiza aun por motivos extrínsecos; La Regulación Introyectada que constituye el primer paso del proceso de internalización de la conducta, identificada por comportamientos que buscan evitar sentimientos de vergüenza o culpa, o funcionan por presión interna y por último la Regulación Externa referida a las conductas dirigidas a la obtención de recompensas o refuerzos materiales, a evitar refuerzos negativos o, a satisfacer obligaciones impuestas por otros significativos.

Por último y no menos importante, la amotivación o no motivación, en la cual el sujeto no puede describir razones por las cuales practica el deporte. No siente control sobre sus acciones en tanto que no registra un vínculo entre su conducta y los resultados de la misma.

Gamificación: integración entre motivación y juego.

La gamificación, fue la metodología seleccionada y considerada más adecuada para desarrollar la propuesta; parte del conocimiento de los elementos que hacen atractivos a los juegos y los identifica, para incluirlos posteriormente dentro de una actividad, tarea o mensaje determinado, en un entorno que no necesariamente debe ser de juego (Gallego, Molina, y Llorens, 2014)

Gamificación es el uso de estrategias, modelos, dinámicas, mecánicas y elementos propios de los juegos en contextos ajenos a éstos, con el propósito de transmitir un mensaje o unos contenidos o de cambiar un comportamiento, a través de una experiencia lúdica que propicie la motivación, la implicación y la diversión (Gallego *et al.*, 2014, p. 2).

Desde la perspectiva de Zicherman y Cunningham (2011), la gamificación como un proceso relacionado con el pensamiento del jugador y las técnicas de juego, propicia la adherencia de los participantes y fomenta la resolución de problemas. Así, las propuestas de gamificación pueden favorecer la vinculación de los participantes con las actividades, incentivar un cambio de comportamiento, o transmitir de manera efectiva un mensaje o contenido, creando una experiencia significativa y motivadora (Marín y Hierro, 2013).

A modo de resumen, la gamificación consiste en involucrar el comportamiento colaborador, dinámico y competitivo que generan los juegos o dinámicas lúdicas ya que, estos tienden a motivar, entretener y divertir a los participantes. Además, el efecto que genera el equivocarse en los participantes, los lleva a buscar la respuesta correcta o su satisfacción competitiva; lo que lleva a la apropiación de los contenidos temáticos haciendo uso de la motivación orientada al logro.

Elementos de la Gamificación. Los elementos básicos de la gamificación son la narrativa, las mecánicas y las dinámicas.

La narrativa: es el elemento con el cual una persona se apoya para emprender un recorrido de aprendizaje, de diversión, o de conocimiento, posee tintes de ficción, fantasía, misterio, para que sea más entretenida. La narrativa se convierte entonces en un guion del juego, que permitirá dar una idea general del reto al participante.



Ilustración 5 Elementos de la gamificación. Elaboración propia

Las mecánicas: son una serie de reglas que generan disfrute en el participante y buscan una forma de compromiso por parte de los usuarios, es la forma de recompensar al usuario en función de los objetivos trazados. Ubicadas en la educación se pueden mencionar las siguientes técnicas mecánicas:

- **Acumulación de puntos:** Se determina un valor cualitativo a determinadas acciones y se van acumulando a medida que se realizan.
- **Estado de niveles:** Se definen una serie de niveles que el usuario debe ir superando para llegar al siguiente.
- **Obtención de premios:** A medida que se consiguen diferentes objetivos se van entregando premios a modo de colección.
- **Regalos:** Bienes que se dan al jugador o jugadores de forma gratuita al conseguir un objetivo.
- **Clasificaciones:** Clasificar a los usuarios en función de puntos u objetivos logrados, destacando los mejores en una lista o ranking.

- Desafíos: Competiciones entre los usuarios, el mejor obtiene los puntos o el premio.
- Misiones o retos: Conseguir resolver o superar un reto u objetivo planteado, ya sea sólo o en equipo.
- Realimentación o feedback: Indicar el hecho de obtener premios por acciones bien realizadas.
- Oportunidades, competición y colaboración: Se plantea la forma idónea de comportamiento en el juego por parte de los participantes. Dentro de las oportunidades el jugador tendrá diferentes turnos, distintas formas de interactuar contra el juego o contra otros participantes. Se podrán dar también asociaciones entre jugadores a modo de cooperación o formar equipos para cumplir el reto o la meta (Werbach y Hunter, 2012; Herranz, 2013; Borrás, 2015).

Las dinámicas: hacen referencia a la motivación, efectos y deseos que se pretender generar en el participante para jugar (Herranz, 2013). Existen varios tipos de dinámicas, entre las cuales se destacan:

- Recompensa: Obtener un beneficio merecido.
- Estatus: Establecerse en un nivel jerárquico que permita a las personas ser reconocidas.
- Logro: Superación o satisfacción personal.
- Competición: Por el simple afán de competir e intentar ser mejor que los demás.
- Restricciones del juego: son la posibilidad de resolver un problema en un entorno limitado.
- Emociones: tales como la curiosidad y la competitividad que surgen al enfrentarse a un reto.
- Progresión del juego: es el registro de una evolución, es importante que existe una sensación de avance en el reto y en el juego.

- Relaciones entre los participantes.

Tipos de gamificación. Según Werbach y Hunter (2012), la gamificación está clasificada en tres tipos: La interna que se usa para mejorar la motivación a nivel organizacional, la externa para mejorar relaciones entre los individuos y la de cambio de comportamiento. En cuanto a lo que se refiere a la inclusión de las estrategias de gamificación en las prácticas de Taekwondo, se puede establecer dos tipos de gamificación. La interna o de contenido que se utiliza en periodos cortos y de forma puntual en la actividad docente; y a la externa implementada en una programación completa, es decir, está presente en toda la estructura de un curso.

Gamificación en la educación. Con respecto al entorno educativo, la gamificación, es una técnica para unos, y una metodología para otros que traslada la mecánica de los juegos al ámbito educativo con el fin de conseguir mejores resultados, ya sea para absorber mejor algunos conocimientos, mejorar alguna habilidad, o recompensar acciones concretas, entre otros muchos objetivos.

En la educación, la gamificación está siendo utilizada tanto como una herramienta de aprendizaje en diferentes áreas y asignaturas, como para el desarrollo de actitudes y comportamientos colaborativos y el estudio autónomo (Caponetto, Earp, y Ott, 2014). Es importante resaltar que la gamificación en este contexto, no es un juego, sino una metodología o técnica de aprendizaje donde se involucran las características competitivas de los alumnos con el fin de generar motivación y un mejor aprendizaje en los mismos.

Ahora bien, enmarcados en la experiencia del aula, se considera que la gamificación es un factor fundamental para aumentar la motivación de los alumnos, ya que despierta la pasión y el entusiasmo de las personas para contribuir con sus capacidades y talentos a la misión colectiva (Deterding, 2014).

De esta manera, el docente debe “jugar” con las competencias y habilidades que ha identificado en sus alumnos para potencializar y/o reforzar aquellas que se hacen necesarias. La gamificación se basa en el uso de elementos del juego en contextos que no son de juego para hacer el aprendizaje más divertido, atractivo y motivador (Deterding, 2014). Es importante resaltar que el reto, como un elemento crucial en los juegos en esta metodología, expresa la necesidad del jugador de conseguir superar sus expectativas o las expectativas que el juego le impone: conseguir el reto es un ejemplo de superación para el usuario (Przybylski, 2010 citado por Albrecht 2012). De esta manera, es necesario conocer inicialmente la percepción, la motivación y los intereses de los alumnos antes de implementar una metodología basada en la gamificación.

Para poder crear una experiencia gamificada en un entorno educativo se debe tener en cuenta el profesor, el alumno y el juego. Una de las principales aportaciones de la gamificación como estrategia educativa es el papel que concede a los alumnos como protagonistas del proceso, con capacidad de iniciativa y decisión y el del profesor quién reconoce los distintos roles y posibles dinámicas de interacción en los equipos, consiguiendo la implicación de la mayor parte posible del alumnado.

Para entender mejor la experiencia gamificada en la educación, se describen sus elementos y su relación con el juego, docentes y estudiantes en la educación. Los estudiantes asumen una función para lograr alcanzar el objetivo de la gamificación y para ello diseñan estrategias. El docente crea escenarios, propone mecánicas y dinámicas para desarrollar la experiencia gamificada.

En el juego se encuentra la narrativa que plantea un ambiente y construye una historia para fomentar el interés y aumentar la motivación de los estudiantes; las dinámicas y mecánicas interpretan los objetivos, y contenidos a trabajar, de forma atractiva, concisa y clara (Coterón, González, Mora, y Caballero, 2017).

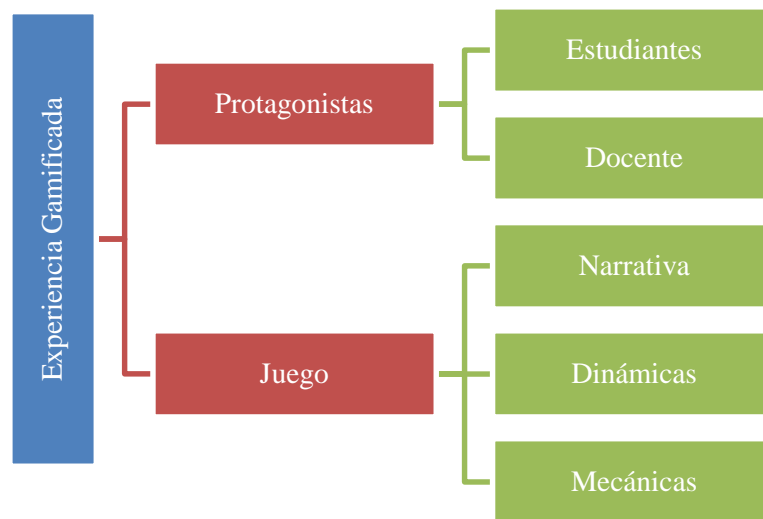


Ilustración 6 Gamificación en la Educación. Elaboración propia

Proponen cinco pasos para implementar la gamificación en los contextos educativos:

- Comprensión del público objetivo y el contexto: las relaciones causan efecto de la problemática establecida son la clave para determinar la gamificación.
- Definición de los objetivos de aprendizaje: Determinar las metas de aprendizaje que el alumno debe lograr al concluir el programa.
- Estructurar la experiencia: Se determinan las etapas para secuenciar los conocimientos.
- Identificación de recursos: Se determinan cuales son elementos de la gamificación a utilizar
- Aplicación de los elementos de gamificación: se determinan los elementos propios de la gamificación (puntos, niveles, trofeos, insignias) y elementos sociales (competencia interactiva, cooperación, trabajo en equipo, tablas de clasificación, historias) (Hsin- Yuang & Soman, 2013)

Perspectiva Educativa

Perspectiva Humanística. Desarrollo a Escala Humana

Ideal de Hombre.

Este PCP pretende formar un ser humano con gran experticia motriz utilizando el taekwondo y la gamificación como medio para encontrar una constante satisfacción de sus necesidades básicas, con la capacidad humana de integrar cuerpo y mente para interrelacionar lo físico, lo cognitivo, lo afectivo, con un alto grado de interrelación social.

Conceptos de Cultura.

La cultura desde el desarrollo a escala humana es el contexto del hombre, el cual independientemente de sus preceptos o ideologías, determina las mismas necesidades básicas humanas. Sin la satisfacción de las necesidades humanas elementales, el hombre no está bien y este es el motor determinante para el desarrollo de su espíritu, cultura, inventiva, relaciones intra e interpersonales, su ambición y deseos de poder.

El concepto de cultura propuesto implica integrar un nuevo estilo de desarrollo en cuanto al acceso y uso de los recursos naturales, en la preservación de la biodiversidad; en la reducción de la pobreza y de las desigualdades sociales; en la conservación del sistema de valores, prácticas y símbolos de identidad, en profundizar la democracia y garantizar el acceso y la participación de todos en la toma de decisiones públicas. Para lograrlo se tiene como norte una nueva ética, en la cual los objetivos económicos del progreso estén subordinados a las leyes de funcionamiento de los sistemas naturales y al respeto de la dignidad humana.

Concepto de Sociedad.

En toda tarea humana debe primar la definición del ser humano como ser capaz de crecimiento irrestricto, es decir, que la sociedad está construida por personas que buscan satisfacer sus necesidades.

Los seres humanos constituyen el centro y la razón de ser del proceso de desarrollo de las sociedades y es imperante trabajar por un nuevo estilo de desarrollo que sea consciente acerca del acceso y uso de los recursos naturales, en la preservación de la biodiversidad; en la reducción de la pobreza y de las desigualdades sociales; en la conservación del sistema de valores, prácticas y símbolos de identidad, en profundizar la democracia y garantizar el acceso y la participación de todos en la toma de decisiones públicas. Este nuevo estilo de desarrollo tiene como norte una nueva ética, en la cual los objetivos económicos del progreso estén subordinados a las leyes de funcionamiento de los sistemas naturales y al respeto de la dignidad humana (Figueroa, 2006, p. 615).

Desarrollo Humano. Manfred Max Neef

Según la teoría de desarrollo a escala humana de Manfred Max Neef, toda persona y grupo ha de identificar y valorizar sus necesidades básicas para gestionar su desarrollo, para ello acude a autodiagnósticos grupales e individuales para identificar los satisfactores sinérgicos y de esta forma lograr una diversidad y autonomía de espacios sociales, que posibiliten unos crecimientos equilibrados y justos fundamentados en la democracia social, política y económica (Max-Neef, Elizalde, y Hopenhayn, 1986).

Dos premisas interesantes planteadas por el autor, sirven para dar estructura al proyecto; la primera que habla de potenciar el uso de recursos no convencionales en el diseño, implementación, desarrollo y evaluación de proyectos colectivos de vida encaminados a alcanzar un alto grado de autodependencia y a la satisfacción de las necesidades humanas y la segunda, potenciar el desarrollo local y trascender en la

construcción de una nueva hegemonía nacional. Es decir que las iniciativas locales necesitan una articulación global, que hacen tangible la constitución de sujetos que sean capaces de sostener y desarrollar sus propios proyectos.

Estos planteamientos de desarrollo humano, se fundamentan en la satisfacción de las necesidades de los individuos que, para Max Neef, se relacionan en componentes ontológicos y axiológicos los cuales han sido categorizados para conformar la matriz de las necesidades.

Este cuadro presenta la forma para suplir la necesidad (satisfactores) y el resultado del entrecruzamiento de los componentes dan como resultado una satisfacción real.

Max Neef (1986), construye la matriz con nueve necesidades fundamentales para los seres humanos: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad, las cuales son relacionadas con ser, tener, hacer y estar.

Tabla 3. Matriz de necesidades y satisfactores

NECESIDADES SEGÚN CATEGORÍAS AXIOLÓGICAS	NECESIDADES SEGÚN CATEGORÍAS EXISTENCIALES			
	SER	TENER	HACER	ESTAR
Subsistencia	Salud física, salud mental, equilibrio, solidaridad, humor, adaptabilidad	Alimentación, abrigo, trabajo.	Alimentar, procrear, descansar, trabajar.	Entorno vital, entorno social.
Protección	Cuidado, autonomía, adaptabilidad, equilibrio, solidaridad.	Sistemas de seguros, ahorro, seguridad social, sistemas de salud, legislaciones, derechos, familia, trabajo.	Cooperar, prevenir, planificar, cuidar, curar, defender.	Contorno vital, contorno social, morada.
Afecto	Autoestima, solidaridad, respeto, tolerancia, generosidad, humor, receptividad, pasión, voluntad, sensualidad.	Amistades, parejas, familia, animales domésticos, plantas, jardines.	Hacer el amor, acariciar, expresar emociones, compartir, cuidar, cultivar, apreciar.	Privacidad, intimidad, hogar, espacios de encuentro.
Entendimiento	Conciencia crítica, receptividad, curiosidad, asombro, disciplina, intuición, racionalidad.	Literatura, maestros, método, políticas educativas, políticas comunicacionales.	Investigar, estudiar, experimentar, educar, analizar, meditar, interpretar.	Ámbitos de interacción formativa, escuelas, universidades, academias, agrupaciones, comunidades, familias.
Participación	Adaptabilidad, receptividad, solidaridad, disposición, convicción, entrega, respeto, pasión, humor.	Derechos, responsabilidades, obligaciones, atribuciones, trabajo.	Afiliarse, cooperar, proponer, compartir, discrepar, acatar, dialogar, acordar, opinar.	Ámbitos de interacción participativa: cooperativas, asociaciones, iglesias, comunidades, vecindarios, familias.
Ocio	Curiosidad, receptividad, imaginación, despreocupación, humor, tranquilidad, sensualidad.	Juegos, espectáculos, fiestas, calma.	Divagar, abstraerse, soñar, añorar, fantasear, evocar, relajarse, divertirse, jugar.	Privacidad, intimidad, espacios de encuentro, tiempo libre, ambientes, paisajes.
Creación	Pasión, voluntad, intuición, imaginación, audacia, racionalidad, autonomía, inventiva, curiosidad.	Habilidades, destrezas, método, trabajo.	Trabajar, inventar, construir, idear, componer, diseñar, interpretar.	Ámbitos de producción y retroalimentación, talleres, ateneos, agrupaciones, audiencias, espacios de expresión, libertad temporal.
Identidad	Pertenencia, coherencia, diferencia, autoestima, asertividad.	Símbolos, lenguaje, hábitos, costumbres, grupos de referencia, sexualidad, valores, normas, roles, memoria histórica, trabajo.	Comprometerse, integrarse, confundirse, definirse, conocerse, reconocerse, actualizarse, crecer.	Socio-ritmos, entornos de la cotidianidad, ámbitos de pertenencia, etapas madurativas.
Libertad	Autonomía, autoestima, voluntad, pasión, asertividad, apertura, determinación, audacia, rebeldía, tolerancia.	Igualdad de derechos.	Discrepar, optar, diferenciarse, arriesgar, conocerse, asumirse, desobedecer, meditar.	Plasticidad espacio-temporal.

Fuente: Max-Neef, Elizalde, & Hopenhayn (1986)

Perspectiva Pedagógica

Una vez establecidas las pretensiones pedagógicas que giran en torno a la triada sociedad, cultura y hombre, se establece el modelo pedagógico que estructure y favorezca dichas concepciones.

La pedagogía dialogante en un modelo, que resalta tanto la importancia del estudiante como agente activo de su proceso educativo, como del docente, la cultura y la sociedad que son garantes de una síntesis dialéctica basada en el desarrollo. Favorece el conocimiento que existe desde fuera del entorno escolar y que es reconstruido e interpretado gracias a la intervención del docente y a la interiorización que hace el estudiante.

Concepto de Educación.

La educación es una búsqueda constante del desarrollo integral del estudiante partiendo del entendimiento de la realidad en la que se inscribe, su responsabilidad es brindar los elementos necesarios para hacer frente a las contradicciones de su realidad y así formar para su vida. Al ser la finalidad de la educación el desarrollo, refiere a la integralidad de los procesos cognitivos, valorativos y praxiológicos del ser humano, evaluados en el desarrollo de las inteligencias analítica, socio afectiva y práxica (De Zubiría J. , 2006).

Modelo Pedagógico.

Modelo de Aprendizaje, Enseñanza y Evaluación.

La pedagogía dialogante planteada por De Zubiría (2006), está centrado en tres tipos de competencias: las analíticas o cognitivas ligadas con el desarrollo del pensamiento, que desde la epistemología constructivista implican la construcción de esquemas de manera individual y pasan a ser de la educación una condición indispensable para el desarrollo del pensamiento abstracto hipotético – deductivo.

Las competencias valorativas, se relacionan con el afecto, la sociabilidad y los sentimientos, es este aspecto se concentra la importancia de lo intrapersonal e interpersonal en el individuo, este debe ser capaz de reconocer sus raíces y construir a partir ese conocimiento su proyecto de vida tanto social como colectivo.

En la competencia práxica se logra la comprensión y el análisis, se conectan sentimientos, afectos y actitudes y se logra en la práctica una vida valorativa y actitudinal fundamentada en la libertad, la ética, la autonomía, la solidaridad y el compromiso individual y social, es decir en la formación y desarrollo de seres más integrales. El aprendizaje se lleva a cabo por fases o niveles de complejidad creciente.

La pedagogía dialogante, se conecta con el PCP porque busca integrar la gamificación a las prácticas libres de Taekwondo, en la medida que los estudiantes sean el centro del proceso educativo, como personas activas en su propio desarrollo cognitivo y físico, y los contenidos se establecen no solo a partir de los lineamientos y estándares deportivos oficiales, sino con el objetivo de modificar las representaciones mentales y los esquemas cognitivos dando un lugar privilegiado al desarrollo de un pensamiento singular y contextualizado, que sirven como estructura para un óptimo desarrollo físico y técnico del deporte.

Ahora bien, la pedagogía dialogante conjuga la trilogía del desarrollo cognitivo, valorativo y praxológico, se puede decir que la coyuntura está en que el educador es un mediador que intencionalmente busca que los estudiantes aprendan determinados contenidos, mediante estrategias didácticas diseñadas para tal fin, utilizando el lenguaje tutorizado, como instrumento del pensamiento y regulador de la conducta. Es importante interiorizar elementos constitutivos del modelo dialogante planteado por Zubiría, como la relevancia al papel de la interacción social en el desarrollo de los procesos psicológicos superiores, a la formación de valores y actitudes para conformar y estructurar una visión de sociedad y el fortalecimiento de la autonomía, la libertad y el juicio crítico de los estudiantes.

Esta pedagogía es más que una mediación entre los modelos heteroestructurantes y autoestructurantes, es una pedagogía basada en el desarrollo, que busca favorecer la construcción y apropiación del conocimiento, favoreciendo las competencias cognitivas, afectivas y praxicas (conocer, amar y actuar), involucrando como actores principales al estudiante con una reflexión constante de los contenidos y al docente como mediador de la cultura que interviene activamente en el proceso de aprendizaje dando privilegio al dialogo desequilibrante, aumentando los niveles de complejidad y adaptando a los intereses de los estudiantes los tipos de contenido a interiorizar. La tarea de la escuela es reconocer y desarrollar las diversas dimensiones humanas con un sentido de responsabilidad en la formación de un individuo ético, sensible socialmente y responsable de su proyecto de vida individual y social.

Evaluación.

La evaluación es un aspecto fundamental en la pedagogía dialogante, ya que permite la interiorización de las competencias y propicia el avance en la construcción de sujetos. Este proceso que se desarrolla por medio de diálogos busca espacios abiertos, reflexivos que fomentan la participación.

La evaluación favorece la reflexión valorativa y la conciencia sobre los procesos y las tendencias. Indudablemente es una evaluación de naturaleza compleja e intersubjetiva, y teniendo en cuenta ello hay que abordarla de manera intersubjetiva, dado que la intersubjetividad es la mejor manera, hoy por hoy, de acercarnos a lo objetivo. Por su parte, las intervenciones actitudinales, favorecen la conciencia y la reflexión personal y colectiva, individual, grupal y mediada sobre las actitudes (De Zubiría, 2006, p. 12).

La evaluación desde esta pedagogía es una arista de los procesos académicos, pedagógicos y curriculares para enriquecerlos y son los participantes quienes pueden

visualizar estos aportes; este trabajo debe ser consciente, responsable y dinámico, para que la reflexión aporte en la educación (De Zubiría J. , 2006)

Rol del Profesor y del Estudiante.

Desde el modelo dialogante, el rol del docente es jalonar el desarrollo integral del estudiante, para ello debe tener claras las intenciones educativas, y diseñar estrategias para trascender y alcanzar altos niveles de transferencia, lo que le exige ser maestro, es decir, poseer un alto dominio teórico tanto pedagógico como disciplinar, un buen desarrollo del pensamiento y una alta pasión por la temática a enseñar. De esta forma, el docente logra impactar en el interés del estudiante y propiciar en este el conocimiento del contexto y de sí mismo (De Zubiría J. , 2015). El docente es un mediador, quien asume que el conocimiento puede ser construido dentro o fuera de la escuela.

El estudiante juega un papel activo en el aprendizaje, por tanto, es el quien construye el conocimiento a partir de un discurso pedagógico mediador. Al orientarse de esta manera el proceso de formación, se involucra al estudiante en un engranaje que incluye el contexto en el que se desempeña. El estudiante pertenece a una integración social por tanto se propone un aprendizaje cooperativo que influya en el desarrollo de habilidades comunicativas dirigidas a la comprensión y producción.

Perspectiva Disciplinar

Concepto Educación Física.

En la actualidad no existe un consenso sobre el concepto de la EF, debido a los múltiples objetos de estudios propuestos por variados autores a través de la historia; afectado también por los diferentes momentos históricos, políticas de estados, avance científico, influencias militares, tendencias biológicas y el desarrollo educación.

A continuación, mencionaremos diferentes conceptos de varios autores.

Parlebás, es un investigador que surge cuando en Francia la EF se subyugaba a la psicomotricidad y en las escuelas regía el deportivismo. Este autor propone la sociomotricidad como oposición a la psicomotricidad, considerándola como la conjunción del movimiento con todo aquello que da en interacción con los otros, sean estos adversarios, compañeros o cumplan ambos roles, contrario a psicomotor que se refiere al sujeto que se mueve en solitario.

Una definición de la EF según Parlebás es; “práctica de intervención que ejerce una influencia sobre las conductas motrices de los participantes en función de normas educativas implícitas o explícitas”. Fundada en su objeto de estudio según el autor la conducta motriz (Blázquez, 2002). El Ministerio de Educación Nacional (MEN), determina como concepto de Educación Física:

...práctica social, como disciplina del conocimiento, como disciplina pedagógica y como derecho del ser humano que la fundamentan como un proceso de formación permanente, personal, cultural y social a través de la actividad física, recreativa y deportiva para contribuir al desarrollo del ser humano en la multiplicidad de sus dimensiones (MEN, 2001, p.16).

Este concepto de educación física integra la práctica social, como disciplina del conocimiento, disciplina pedagógica y un derecho fundamental del ser humano con respecto a su formación integral a través de la actividad física, recreativa y deportiva, de esta forma, se contribuye de forma significativa al desarrollo del ser humano multidimensional MEN (2001).

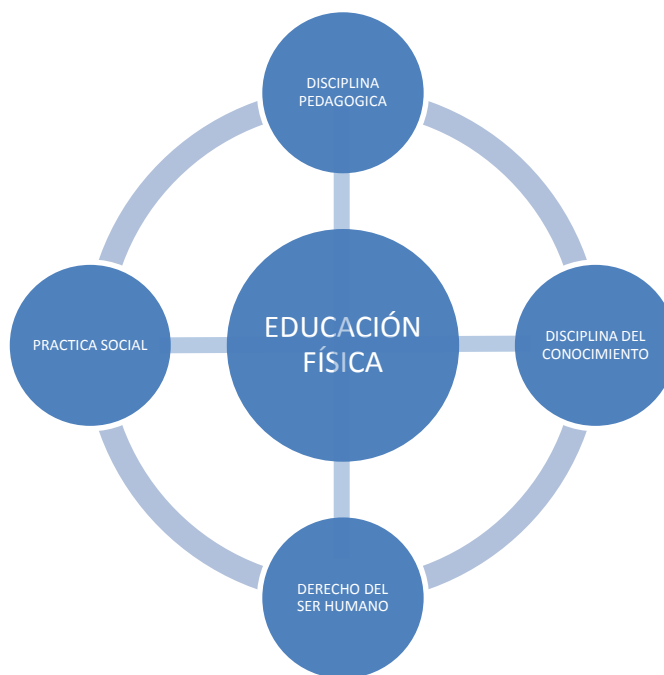


Ilustración 7 Concepto integral de Educación Física. MEN (2001)

Tendencia Disciplinar.

El investigador Vizúete (2015) en *Tendencias de la Educación Física en la escuela. Las Vanguardias*, expresa que la EF mantiene un empeño obstinado, en mantener patrones fuera de tiempo e ignorar los avances científicos en materia de educación y educación física. Lo cual supone, una disciplina descontextualiza a las realidades sociales y nada acorde al avance alcanzado por las nuevas tecnologías.

El autor propone a manera de ensayo una disección didáctica de cada una de las tendencias o concepciones de la educación física aceptadas en el contexto europeo como válida y significativa de las corrientes actuales de la EF. Vizúete (2015)

Entre ellas describe la tendencia deportivista acorde a este proyecto curricular.

Tendencia deportivista. Esta es la tendencia más reivindicada por los sistemas deportivos, sin embargo, esta tendencia fue problematizada por Crum (1993), quien propuso una educación en el deporte y no una educación a través del deporte, ya que el objetivo no es hacer deporte sin ningún objetivo pedagógico.

La educación en deporte se refiere más a la preparación de los docentes, a las formas de enseñanza de este y la capacidad de extraer situaciones educativas de la práctica pedagógica, a establecer objetivos realistas y a establecer planes de acción.

Tabla 4. Objetivos y criterios de evaluación de la EF

Objetivos	Criterios de Evaluación
Conocer las reglas de los deportes.	Conoce las reglas de los deportes y su aplicación correcta.
Desarrollar técnica individual y de conjunto.	Es capaz de practicar diferentes deportes con soltura.
Desarrollar la táctica deportiva en diferentes deportes	Conoce y aplica la táctica en diferentes deportes.
Conocer los aspectos organizativos del deporte.	Conoce la organización deportiva y colabora con ella.

Fuente: elaboración propia

Esta postura, está muy acorde a este PCP, en la que se evidencia que no solo se trata de la adquisición de una experticia motriz de la disciplina deportiva si no que el deporte y la gamificación traen consigo beneficios pedagógicos adicionales como la motivación, la resolución de problemas, el compromiso y trabajo colaborativo entre los practicantes. Teniendo en cuenta Crum (1993) y a Vizquete (2015), este proyecto está basado en una tendencia deportivista con sentido pedagógico.

El juego.

El pensamiento del siglo XIX, consolida la teoría del juego desde su naturaleza, muchos autores desde diversas perspectivas utilizan el juego como estrategia didáctica. A continuación, se presentan algunas de estas posturas (Tabla 4).

Tabla 5. Concepciones pedagógicas del juego

Autor – fecha	Planteamiento
Karl Groos (1902)	El juego como fenómeno de desarrollo del pensamiento y de la actividad, es una preparación para la vida adulta y la supervivencia.
Freud (1856-1939)	El juego produce una catarsis liberadora de emociones reprimidas, dejando al individuo en condiciones de poder expresarse libremente, es un medio de expresar impulsos sociales no aceptados y dominar los acontecimientos, pasando de una actitud pasiva a intentar controlar la realidad.
Vygotsky (1896-1934)	El juego es una actividad social en la que se adquieren roles que son complementarios y nace de las necesidades y frustraciones del niño, las cuales en gran parte vienen dadas por su situación social. El niño siente una necesidad de acción siempre que hay una necesidad no cubierta.
Pestalozzi (1746- 1827)	El niño debe experimentar con objetos concretos antes que pueda formar ideas abstractas. Abre un nuevo rumbo a la educación moderna; la escuela para él es una verdadera sociedad generadora de pautas, normas, así como responsabilidad y cooperación. El juego es un elemento pedagógico que genera o enriquece esas pautas sociales.
María Montessori (1870-1952)	Utiliza juegos básicos y ejercicios lúdicos para desarrollar la discriminación perceptiva y táctil. Para ella, el juego es "una actividad libre, ordenada de tal manera que conduzca a una finalidad definida
Dewey (1859-1952)	Para él los objetos sólo tienen significado para el niño, cuando han sido percibidos y experimentados. Dentro de este mismo orden de ideas Dewey sostiene que "El juego crea un ambiente natural del niño, en tanto que las referencias abstractas y remotas no corresponden a sus intereses.
Clapared (1873-1940)	Define el juego a través de interpretaciones variadas a las que ha denominado "teorías sobre el juego", las cuales aportan aspectos significativos en relación a esta actividad infantil. La teoría del descanso o recreación considera el juego como actividad "anti estres", es decir, liberadora de problemas o descanso. La teoría del exceso de energía, considera al juego como una actividad empleada por el niño para "quemar energías" que acumula y que no puede liberar en actividades cotidianas.
Piaget (1896-1980)	El juego "consiste en respuestas repetidas simplemente por el placer funcional, es un ejercicio de preparación que hace el niño o niña de manera de ir aislando poco a poco las acciones y actividades propias del adulto. Tiene como función la de consolidar las estructuras intelectuales del hombre a medida que se van adquiriendo. El niño comienza a jugar como medio de desarrollarse psíquicamente, y las distintas etapas por las que pasa su inteligencia se relacionan ineludiblemente con las etapas del juego.
Bruner (1915)	El juego es una especie de guía del desarrollo.

Autor – fecha	Planteamiento
Woolfolk (1999)	El juego favorece el desarrollo cognoscitivo en muchas áreas, con el movimiento, se llega a conocer la velocidad, el peso, la gravedad, la dirección y el equilibrio. En el juego con objetos se da cuenta de que estos tienen usos y propiedades comunes y apropiadas. En su juego con otros practica los conceptos y roles sociales, aprendiendo además algunos aspectos de su cultura.
Bronfenbrenner (1917-2005)	Defiende que el juego está condicionado por los distintos niveles ambientales o sistemas existentes en el entorno del niño. La persona es para él un sistema que encaja dentro de otro, y así sucesivamente, estableciéndose relaciones recíprocas entre todos esos sistemas de forma que, si cambiase un solo elemento, cambiaría todo el conjunto.

Fuente: Adaptado de Monroy y Sáez (2011).

Estas concepciones rescatan la importancia que aportan a la cultura y a la educación las actividades lúdicas, el juego es alegría, goce, placer, es la fusión entre la realidad y la ficción, expresa y comunica. De acuerdo a estas posturas, se evidencia que el docente en busca de estrategias didácticas que alimenten su quehacer pedagógico encuentra en el juego, un abanico de fortalezas para el proceso de enseñanza-aprendizaje, que lo posiciona históricamente como una didáctica bandera para el desarrollo de contenidos en las instituciones educativas.

El juego como estrategia didáctica encuentra sus mayores fortalezas en el proceso enseñanza aprendizaje, cuando permite que tanto el docente como el estudiante razonen, analicen e identifiquen nuevas formas para que el aprendizaje matemático sea constructivo y fácil de adquirir.

En la Escuela Nueva se hace presentación del juego como estrategia didáctica, uno de sus principales teóricos, Jean Piaget, afirma que “el juego constituye la forma inicial de las capacidades y refuerza el desarrollo de las mismas; contribuye a que el niño realice una mejor comprensión del mundo que lo rodea y así vaya descubriendo las nociones que favorecerán los aprendizajes futuros” (Calero, 2003, p.26). El postulado de Piaget fue compartido por Vygotsky, quién expresa que el juego se desarrolla en una zona de aprendizaje próximo,

donde, las reglas, el entorno y la imaginación, se convierten una triada esencial que favorece el aprendizaje (Chamoso, y otros, 2004).

Piaget (1985), hace alusión a los juegos en términos de estrategia al expresar:

... los juegos ayudan a construir una amplia red de dispositivos que permiten al niño la asimilación total de la realidad incorporándola para revivirla, dominarla, comprenderla y compensarla. De tal modo que el juego es esencialmente la asimilación de la realidad por el yo. (p. 20)

Las razones para implementar el juego como estrategia didáctica, planteadas por Chamoso, y otros (2004) son:

1. Permite acceder a actividades atractivas y aceptadas con facilidad por los estudiantes, que las reconocen como elementos de su realidad y les ayudan a desarrollar su espíritu competitivo; contribuye a despertar la curiosidad de los alumnos y favorece el descubrimiento y el conocimiento. La clase se vuelve participativa, práctica, receptiva y amena.
2. Favorece el desarrollo social de los estudiantes, estimula el trato con otras personas, la colaboración entre iguales y el trabajo en equipo, la aceptación de normas, la comunicación y discusión de ideas, el reconocimiento de los éxitos de los demás y comprensión de los propios fallos.
3. Permite seguir unas reglas de forma similar a como las Matemáticas lo hacen en sí mismas.
4. Requiere esfuerzo, rigor, atención y memoria, estimulando la imaginación, favorece la creatividad y enseñan a pensar con espíritu crítico. Fomenta la independencia, desarrolla la capacidad para seguir unas instrucciones, permite manejar conceptos, procedimientos y destrezas de conocimiento en general, y favorece la discusión y un rico uso de formas de expresión.

5. Sirve como generador de aprendizajes duraderos. Las habilidades adquiridas en condiciones de aprendizaje agradables se retienen normalmente durante periodos de tiempo más largos.
6. Puede ser comprendido y apreciado sin necesidad de tener muchos conocimientos previos y provoca situaciones en las que es posible realizar alguna investigación, al alcance de todos. (p.50)

Taekwondo.

Según la WT (Federación Mundial de Taekwondo), el Taekwondo es la manera correcta de usar Tae y Kwon "puños y pies" o todas las partes del cuerpo que son representadas por los puños y los pies. En segundo lugar, es una manera de controlar o calmar la agresión y darle paz al hombre. Este concepto de Tae Kwon significa "poner los puños bajo control". Así, Taekwondo significa "la manera correcta de usar todas las partes del cuerpo para detener una lucha y para ayudar a construir un mundo mejor y más pacífico".

El Taekwondo nació como arte marcial en la península de Corea, es uno de los 29 deportes privilegiados en poseer el título de deporte olímpico. Como deporte es relativamente nuevo cuenta con no más de 47 años de existencia y es tal su crecimiento, que millones de personas lo practican en 182 países del mundo, por lo que podríamos decir que ha crecido más en estas últimas décadas lo que otros deportes lo han hecho en 100 años. Es el arte marcial más practicado en el mundo (Akilan, 2009)

El Taekwondo WT (Federación Mundial de Taekwondo) está reconocido en todo el mundo por el Comité Olímpico Internacional, en Colombia por el Comité Olímpico Colombiano, hace parte de los deportes avalados en juegos nacionales, es deporte federado, cuenta con el apoyo oficial en cada departamento con su respectiva liga de Taekwondo, como deporte universitario por ASCUN nacional. Lo que ha impulsado la práctica del deporte en las dependencias de bienestar universitario como deporte de bienestar y la formación de

equipos de competencia universitario, y por la FISU (Federación Internacional de Deportes Universitarios), entre otras entidades.

Actualmente, el Taekwondo se practica como actividad física y como deporte en el ámbito no formal de la educación (gimnasios, clubes, academias, etc.), sin embargo, en los últimos años ha ingresado en la educación formal como actividad extracurricular, en proyectos liderados en la alcaldía de Gustavo Petro proyecto extracurricular 40x40, y ahora con la alcaldesa Claudia López como TEC, (Tiempo Escolar Complementario). Se considera el segundo deporte más apetecido por niños y niñas de las escuelas públicas de la capital colombiana después del fútbol. Algunos establecimientos educativos privados han adoptado al Taekwondo como actividad extracurricular en sus escuelas deportivas. En varias facultades universitarias de la ciudad de Bogotá, se presenta como asignatura o temática en la cátedra de deportes de combate, como la Universidad pedagógica Nacional. Universidad Manuela Beltrán, Fundación del Área andina, entre otras.

En la actualidad el Taekwondo es practicado por cientos de niños, niñas, jóvenes y adultos no solo en la ciudad de Bogotá sino en toda la extensión del territorio nacional. Lo que ha incrementado el aumento del nivel competitivo de los deportistas colombianos y se ha instaurado como uno de los fuertes a nivel suramericano e internacional dejando atrás el título de cenicienta de la región.

Taekwondo en Colombia. En el año 1964 con la llegada del maestro coreano Sahn Young Han a la ciudad de Bogotá empezó el taekwondo en Colombia. Dos años después en 1966 llega la ciudad de Medellín el maestro coreano Huan Su Sohn. En el año 1967 llega a Colombia el maestro coreano Kyong Deuk Lee a través de un convenio entre la universidad de América en Bogotá y el gobierno de corea del sur, a este maestro se le atribuye la institucionalización y oficialización del taekwondo en Colombia, es quien masifica la práctica

del arte marcial, pero no lo da a conocer como taekwondo sino como karate coreano, por ser la palabra más popular.

En el año 1969 el maestro Woo Young Lee llega la ciudad de Bogotá y hace un aporte importante al taekwondo nacional. En los años siguientes llegaron de manera transitoria varios maestros coreanos, que dejaron huellas en sus discípulos en diferentes partes del país. La primera generación de maestros colombianos, precursores del arte en el país y que se encuentran activos actualmente son, entre otros: Maestro Iván Darío Valencia, Maestro Pedro Pinzón, Maestro Mauricio Duque, Maestro Jorge Luis Avendaño, Maestro Oscar Posada, Maestro Diego Hernando Osorio y el Maestro César Antonio Díaz Jiménez. La mayoría de ellos, son actualmente cinturones negros 9no. Dan., máximo grado en vida que puede tener un maestro en taekwondo, el 10mo Dan se entrega póstumo.

De estos primeros maestros colombianos se desprenden los diferentes árboles genealógicos del Taekwondo nacional. Por iniciativa del Maestro Cesar Antonio Díaz Jiménez y mediante asamblea de las ligas del Atlántico, Bolívar y Sucre se funda la Federación Colombiana de Taekwondo en la ciudad de Barranquilla. En el año 1979 es reconocida la Federación oficialmente por Coldeportes Nacional.

Tabla 6. Deportistas colombianos destacados en Taekwondo

Deportista	Menciones obtenidas	Ciudad o País	Año
Carolina Bejarano	Medalla de bronce en campeonato mundial de mayores	New York	1993
José Guillermo Castro	Medalla de bronce en campeonato mundial juvenil	Estambul	1998
Milton Castro	4 puesto juegos olímpicos	Sídney	2000
Edwin Montoya	campeón panamericano	Santo Domingo	2004
Gladys Mora	2 veces campeona panamericana	Buenos Aires	2006
	Selectivo Juegos Olímpicos	Argentina	2007
	4 puesto juegos Olímpicos	Cali	2004
Julián Rojas	7 puesto Juegos Olímpicos	Atenas	2004
Oscar Muñoz	Primer deportista de taekwondo en obtener una medalla olímpica para Colombia en los olímpicos. Medalla de bronce en la categoría de los 58-kg.	Londres	2012
Natalia Yopasá	Medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de la Juventud	Nanjing, China	2014

Andrés Moreno	la categoría cadete medalla de bronce	Corea	2015
Doris Patiño Marín	Medalla de Bronce Juegos panamericanos	Toronto	2015
Duván Avella	Medalla de Bronce Juegos panamericanos	Toronto	2015
Katherine Dumar	medalla de Bronce en la categoría de mayores	Rusia	2015
Jefferson Ochoa	Clasificado a juegos olímpicos	Tokio Suspendidos por pandemia	2020
Andrea Ramírez Vargas	Mejor taekwondista de Colombia. Triple campeona mundial. Clasificada a juegos olímpicos	Tokio Suspendidos por pandemia	2020

Fuente: Elaboración propia

Fundamentos Taekwondo. Para su enseñanza se utiliza un ciclo de composición, reconocido como *Soon Hwan Do* en coreano, que se compone de cinco fases, una interdependiente de la otra. Estas cinco facetas encierran el método de aprendizaje, establecido para la enseñanza del taekwondo; los movimientos fundamentales son necesarios para los ejercicios de combate y las formas, así como las formas lo son para los movimientos fundamentales y los combates.

Es importante practicar tantos movimientos fundamentales como sea posible y tratar de someterlos a una buena técnica para mejorar la capacidad de respuesta frente a cualquier situación de combate.

Las formas permiten al practicante simular una situación hipotética de combate a partir de la cual mejora sus conocimientos con respecto al ataque o la defensa contra uno o varios oponentes y desarrolla técnicas. La continua repetición, hace que las técnicas se conviertan en reflejos condicionados, mejorando la reacción frente a las diferentes situaciones de combate.

Los combates refinan la técnica, desarrolla tácticas y estrategias y ponen a prueba formas y movimientos fundamentales aprendidos. De esta forma, se logra una compaginación

de los mismos y adicionalmente se adicionan factores de importancia como los son el tiempo y la distancia en una situación dinámica.

El entrenamiento físico, desarrolla foco, resistencia, fuerza, velocidad, poder, flexibilidad y se hace por medio de accesorios y trabajo con el mismo cuerpo.

La defensa personal es la conclusión del desarrollo técnico de las distintas facetas que componen el ciclo del Taekwondo.

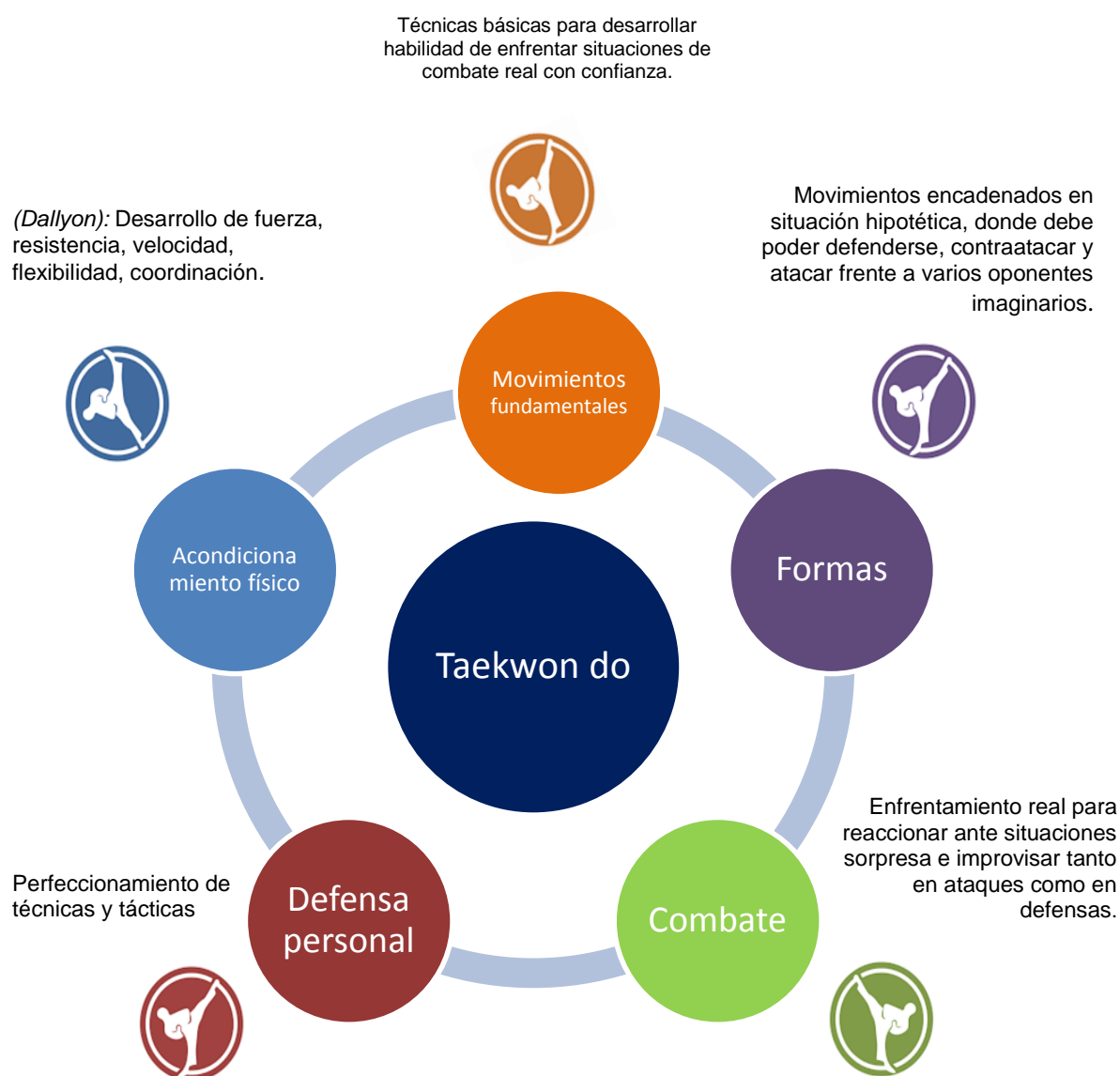


Ilustración 8 Ciclo de composición del taekwondo. Elaboración propia

Ahora bien, el TKD tiene una serie de niveles evolutivos, que requieren competencias físicas y mentales que se desarrollan en las prácticas deportivas. Para indicar el nivel de cada

estudiante (independientemente de su edad) se otorgan cinturones que tienen un significado en este mundo deportivo (Ilustración 9).



Ilustración 9 Significado del cinturón. Club de taekwondo Hwarando (2021)

Diseño de Implementación

Justificación

A través de la práctica pedagógica desarrollada durante más de 20 años como entrenador de deportistas de Taekwondo, he podido vivenciar problemas de motivación en los practicantes que hacen que abandonen la disciplina deportiva. La Universidad Pedagógica a través de un acompañamiento permanente y procesos metodológicos de investigación permitió encontrar los sustentos teóricos que podrían suplir esta falencia detectada; es así como, a partir de una visión de la pedagogía dialogante y una visión humanista de desarrollo a escala humana, se implementó un PCP que busca motivar a los practicantes de taekwondo por medio de estrategias gamificadas (narrativa, mecánicas, dinámicas) que fueran más allá de la entrega de gratificaciones o posiciones y complementarlas con acciones colaborativas y comunicaciones asertivas.

Objetivos

General.

Diseñar Proyecto Curricular Particular (PCP) dirigido a aumentar los niveles de motivación de los jóvenes del Club Hwarangdo hacia la práctica libre del Taekwondo fundamentado en la gamificación como estrategia pedagógica.

Específicos.

- Conocer el nivel de motivación de los niños y adolescentes hacia las prácticas libres de Taekwondo.

- Incrementar la motivación de los niños y adolescentes que practican taekwondo mediante estrategias pedagógicas fundamentadas en la gamificación.

Planeación General (MATRIZ).

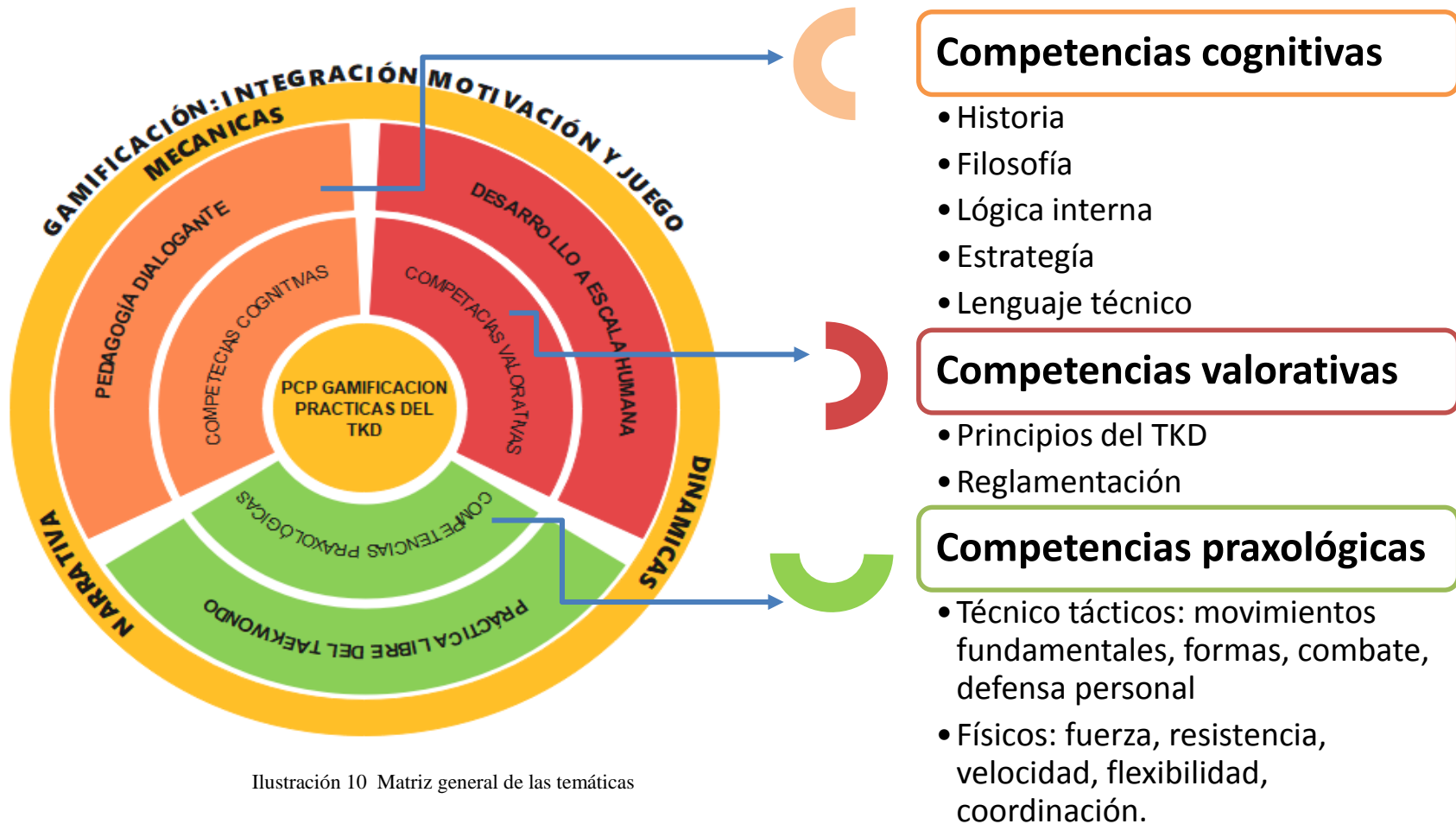


Ilustración 10 Matriz general de las temáticas

Contenidos

Competencias valorativas

La filosofía del Taekwondo se basa en cinco principios:

- **Cortesía** (*Ye Ui*): Se fundamenta en el buen trato a los demás “trata a los demás como te gustaría ser tratado”. Para ofrecer un trato cortés es imprescindible tener un carácter noble, ser respetoso, educado y atento.
- **Integridad** (*Yom Chi*): Es la capacidad que tiene el ser humano con respecto a la responsabilidad de sus actos mediante la conciencia y consecuencia, estableciendo lo que se sabe correcto o equivocado.
- **Perseverancia** (*In Nae*): Es la capacidad de volver a comenzar, de no detenerse, de tener paciencia, confianza, y saber que, con suficiente intención y preparación, nada es imposible y ningún obstáculo es demasiado grande. El deportista que persevera, tiene la paciencia de mejorar y perfeccionar su técnica. “Aquel que es impaciente en cuestiones triviales, rara vez logrará éxito en cuestiones de mucha importancia” Confucio.
- **Autocontrol** (*Guk Gi*): Se trata de saber utilizar las capacidades en su justa medida, con responsabilidad y templanza. “La esencia de la fortaleza, consiste en vencerse a sí mismo más que a algún otro”.Lao Tse
- **Espíritu Indomable** (*Baekjul Boolgool*): Ante una injusticia, actuará con espíritu combativo, sin miedo y sin dudarle, sin tener en cuenta contra quién o contra cuántas personas se haya de enfrentar. Se refleja cuando una persona valerosa se enfrenta por sus principios a situaciones difíciles, implica seriedad, sentido de la justicia, modestia y honestidad. es un acto de cobardía no alzar la voz contra la injusticia. La historia ha probado que aquellos que siguieron sus

sueños diligente y enérgicamente, con espíritu indomable, nunca fallaron en obtener sus metas” Confucio.

(Barcelona Taekwondo, 2021)

Reglamentación: Colección ordenada de reglas o preceptos, que por la autoridad competente se da para la ejecución de una ley o para el régimen de una corporación, una dependencia o un servicio (Soto & Herrera, 2011).

Competencias cognitivas

- **Historia:** Conjunto de los sucesos o hechos políticos, sociales, económicos, culturales, etc., de un pueblo o de una nación. En este caso del Taekwondo.
- **Códigos Internos:** Conjunto de normas legales sistemáticas que regulan unitariamente una materia determinada (Taekwondo).
- **Lógica Interna:** Sistema de los rasgos pertinentes de una acción motriz y de las consecuencias que entraña para la realización de la acción motriz correspondiente. (Parlebas, 2008). En el caso del **Taekwondo:** El taekwondo es un duelo de percusión codificado, en el cual, el esfuerzo es de naturaleza variada y se distribuye irregularmente en el tiempo. En el transcurso del combate se asocian fases de espera con fases de intercambio de golpes. El combatiente puede golpear a partir de la posición frente a frente con las superficies de contacto reglamentarias, en las zonas autorizadas, en un espacio definido y en un tiempo determinado. Todo lo anterior genera un conjunto de situaciones motrices que permiten golpear al oponente respetando un principio de base fijo e intangible el cual busca que cada ejecución técnica sea eficaz.

- **Estrategia:** Se entiende por estrategia a la aplicación sobre el terreno de un plan de acción individual o colectiva, con la finalidad de resolver la tarea propuesta por una situación motriz determinada. (Parlebas, 2008)
- **Lenguaje Técnico:** Terminología y forma de comunicación verbal en el Taekwondo.

Competencias praxológicas

Movimientos fundamentales: Son todas aquellas acciones motrices para atacar o defenderse del adversario con el objeto de marcar o evitar recibir puntos, ya sea con los miembros del tren superior o inferior (brazos y piernas respectivamente).

Formas: Son movimientos encadenados que forman figuras que permiten desenvolverse dentro del área de combate, a través de la gestión del espacio, del tiempo.

Combate: Situación motriz correspondiente a un duelo reglamentado y socialmente estable (Soto & Herrera, 2011).

Defensa personal: Combinación de técnicas y tácticas

Metodología

Los contenidos están encaminados a la estabilización de las bases del Taekwondo para dar inicio a un entrenamiento más especializado. Las temáticas generales son: valores, teoría del deporte, técnicas y tácticas y acondicionamiento físico, las temáticas se desarrollan a nivel individual y colectivo, en entornos estables; en situaciones de oposición; en situaciones de cooperación, con o sin oposición; en situaciones de adaptación al entorno físico y en situaciones de índole artística o de expresión y como eje fundamental el respeto a sí mismo.

Narrativa: La intervención en general estará basada en la película Avatar, que establece la existencia de dos mundos. Uno donde el hombre asume un papel divino que usurpa todo y amenaza con devastar la tierra, y muestra la problemática de la destrucción del

equilibrio ecológico y de la vida humana. El otro mundo es el mundo avatar que muestra una cultura con altos valores espirituales, un profundo respeto para la madre tierra y muestra respeto y cuidado con el cuerpo. Los AVATAR serán quienes defienden la vida y la naturaleza.

Los estudiantes en casa verán la película eje de este proyecto. Se formarán clanes conformados por 2 AVATAR, y deben colocar un nombre y una bandera los identifique.

La propuesta está conformada por 5 misiones. Los progresos de los participantes se registrarán en un AIWUA (árbol grande con poder de la naturaleza). El equipo ganador obtendrá una estatuilla elaborada en unobtanio, elemento propio de la comunidad Avatar.

Evaluación

La apropiación del conocimiento y su transformación se realiza dentro y fuera del entorno del entrenamiento, teniendo como premisa la formación humana y el desarrollo personal, se defienden las acciones de los estudiantes y el rol del docente como elementos piramidales del proceso de enseñanza y práctica deportiva. En este contexto, los procesos evaluativos cobran importancia a través del diálogo permanente que generan vínculos de confianza y permitan un acercamiento que sirven de estructura sólida para transmitir valores y mejorar la interacción maestro- aprendiz fundamental en la práctica deportiva.

Dicha relación propicia un análisis y reflexión que permiten establecer la fortalezas y debilidades encontradas en las tablas de clasificación y en los puntos obtenidos en el proceso de gamificación; se analiza en forma grupal si se lograron las expectativas iniciales y se reconoce a nivel de Club si se alcanzó el impacto esperado al realizar el examen para la obtención del siguiente cinturón de TKD.

Ejecución Piloto

Este apartado muestra en forma explícita las decisiones tomadas en torno al diseño e implementación del PCP, logrando vincular a 11 jóvenes en edades entre 17 y 23 años en el Club de Taekwondo Hwarangdo, cuya selección se hizo por la fuerte vinculación como entrenador con esta organización y el nivel de reconocimiento que posee a nivel local y nacional y por el respaldo incondicional brindado por sus directivas para propiciar cambios que permitieran una motivación en los aprendices.

Microcontexto

Población.

Practicantes de Taekwondo jóvenes entre 18 y 25 años inscritos en la academia de Taekwondo.

Ámbito Educativo.

El club de taekwondo Hwarangdo fue fundado el año 1997, por el maestro Rodrigo Nocove quien es actualmente 8vo dan, licenciado en educación física de la Universidad Pedagógica Nacional, especialista en altos estudios del deporte de la Universidad Jorge Tadeo Lozano, se basa en la enseñanza de la filosofía del Taekwondo como arte marcial.

Los profesores son altamente calificados a nivel deportivo y profesional, actualizados cada año por la Federación Colombiana de Taekwondo, con dominio de esta Arte Marcial, cinturones negros certificados por esta organización y el cuartel General del Taekwondo o Kukkiwon.

El Club siempre está presente en certámenes a nivel nacional e internacional ya que varios de sus estudiantes de diferentes categorías de peso y edad son exponentes baluartes de

este deporte y hacen parte de la selección de la Liga de Taekwondo de Bogotá y la selección Colombia, dentro de estos se encuentran dos de las deportistas que representaron a Colombia en los Juegos Olímpicos de Atenas 2004, ellas fueron Gladys mora cuarto lugar en los olímpicos de Atenas y Paola Delgado octavo puesto e Atenas 2004. Gladys una de ellas repitió en Beijing 2008, Moisés Molinares, actual campeón de juegos nacionales 2019, en la categoría de pesados más de 87 kilos, campeón de juegos bolivarianos 2019.

Aspectos Educativos.

El Taekwondo WTF es un deporte de gran trascendencia en Colombia y para el Club es un honor poner a disposición el moderno Dojang a todos los niños, adultos y atletas de alto rendimiento teniendo como premisa la satisfacción total del practicante, la continua formación de talentos, apoyando incondicionalmente este Arte Marcial y Deporte Olímpico, y así seguir trabajando con más motivación y ahínco en su fomento para que llegue cada vez más a los Colombianos y extranjeros que deseen ser parte de este gran grupo y familia.


Planta Física.

El club Hwarangdo se encuentra ubicado en el barrio Normandía al occidente de Bogotá, localidad 10 (Engativá), tiene reconocimiento deportivo del I.D.R.D (Instituto Distrital de Recreación y Deporte) mediante resolución de reconocimiento deportivo 376 de junio de 2011, afiliado a la Liga de Bogotá y Federación Colombiana de Taekwondo.

Hwarangdo dispone de adecuadas y seguras instalaciones para ofrecer máxima calidad, eficiencia y satisfacción en las diversas actividades que componen el entrenamiento de sus afiliados. Dispone de un doyang (salón de práctica) diseñado específicamente para suplir las necesidades y características que la práctica del Taekwondo demanda.

Plan de clase o sesiones.

Club de Taekwondo Hwarangdo			
Docente en formación	Nelson Gustavo Castillo Estrada		
Competencias pedagogía dialogante	Cognitivas Comprender la relación entre el mundo pandora y las sesiones del deporte	Valorativas Principios filosóficos del taekwondo Cortesía, integridad, autocontrol, espíritu indomable, espíritu deportivo, ciencia, amor.	Praxológicas Identificación de cualidades físicas
Fecha	Inicio 10/04/2021 Fin 11/04/2021	Duración	2 horas
Misión 1	INSERCIÓN EN EL MUNDO DE PANDORA		
Objetivo	Contextualizar a los practicantes en el mundo de pandora		

Narrativa	Dinámicas	Mecánicas
<p>El mundo PANDORA es habitado por unos indígenas llamados NAVI, divididos en OLO o Clanes, los NAVIS son la especie más inteligente conocida fuera de la tierra, las jerarquías dentro de la realidad de pandora son muy definidas en primer lugar está el OLOEYKTAN, quien tiene el honor de ser su líder masculino y su líder femenino llamada THAHIK, quien es la guía espiritual y la conexión entre los NAVI y su deidad EYWA, en segundo lugar están los grandes guerreros TSAMSIYU, quienes tiene la tarea de entrenar a los NAVIS jóvenes</p> <p>Existen más de quince OLEO en PANDORA, cada OLEO tiene su líder hombre y su líder mujer.</p>	<p>Charla a los practicantes sobre el proceso y metodología que llevaran a cabo.</p> <p>Ver película Avatar en casa, para contextualizar a los practicantes en el mundo de pandora.</p> <p>https://www.disneyplus.com/es-419/movies/avatar/2YOnkRN4LwZZ</p>  <p>Los practicantes elegirán un OLO de los quince existentes en Pandora.</p> <p>Los practicantes deben crear un AVATAR para insertarse en el OLO elegido e interactuar con la comunidad NAVI.</p>	<p>Diligenciamiento de la planilla personalizada de cada practicante (Apéndice A).</p> <p>Los Avatar deben hacer un video corto mostrando su OLO y decir el principio filosófico que escogieron</p> <p>.</p> <p>Se otorga puntaje a los clanes según su caracterización y creatividad del OLO elegido.</p> <p>Se otorgará un puntaje de 5 a 10 puntos en el árbol casa.</p> <p>Registro de posiciones en el árbol casa.</p> <p>Los castigos serán cumplir con retos de habilidades motrices como; abrir en esparar, hacer flexo extensión de brazos, hacer invertidas etc.</p> <p>Los OLOS o aprendices que obtengan mayor puntaje tendrán inmunidad si son castigados en la siguiente misión.</p>

El tercer lugar están los guerreros Na'vi que lograron pasar la prueba del Iknimaya que hicieron vínculo con un Ikran, este vínculo dura toda la vida entre un Ikran y su Navi.



Cada OLO debe apropiarse un principio filosófico del taekwondo.

Los avatares insertados en la comunidad Navi deben identificar la cualidad física más desarrollada en cada OLO

Se realizarán trabajos o pruebas en equipos, otorgando un castigo a el último grupo en terminarla prueba.



<https://www.youtube.com/watch?v=3dwNEUXq5YQ>

Diligenciamiento planilla personalizada de cada practicante.

Evaluación:	Se otorga el máximo de puntos al clan que muestre creatividad, pertinencia del principio filosófico en la elaboración de su perfil de OLO.
Reflexión/Retroalimentación	Se toma la decisión de trabajar un solo principio filosófico entre todo los OLOS o grupos de trabajo. Los navis deben identificar y elegir un principio filosófico que crean no cumplir para trabajar durante todo el proyecto.

Club de Taekwondo Hwarangdo			
Docente en formación	Nelson Gustavo Castillo Estrada		
Competencias pedagogía dialogante	Cognitivas Principios del calentamiento	Valorativas Principio filosófico Cortesía	Praxológicas Calentamientos autónomos
Fecha	Inicio 17/04/2021 Fin 18/04/2021	Duración	2 horas
Misión 2	DESCUBRE LAS RUNAS		
Objetivo	Ejecutar ejercicios de calentamiento autónomos de movilidad articular, activación y elongación previo análisis de la actividad física que se realiza.		

Narrativa	Dinámicas	Mecánicas
<p>En un mundo como el de PANDORA habitado por los NA'VI, existen múltiples actividades físicas que se realizan a diario, ya que en este mundo la preparación física es un factor determinante para su supervivencia y forma de vida.</p> <p>Es importante realizar actividades que permitan la iniciación y terminación de estas prácticas físicas para proteger el cuerpo.</p> <p>Es importante que todos los navis entiendan la lógica del calentamiento, identifiquen sus principios (Movilidad articular, activación y elongación)</p> <p>Cada OLO tiene sus movimientos Autóctonos representativos a cada OLO, los navis por decisión de todos los clanes deben de cumplir con el principio filosófico de la cortesía.</p>	<p>Luego de la charla inicial el grupo debe encontrar cuáles son los ejercicios pertinentes para los procesos de movilidad articular, activación y elongación para desarrollar las actividades de caza y estrategias de defensa de territorio.</p> <p>El entrenador evalúa los ejercicios de acuerdo a los principios de calentamiento.</p> <p>Cada grupo debe conformar una estrategia de calentamiento y presentarla a todos los clanes.</p> <p>Trabajos colaborativos; se realizarán pruebas donde los practicantes deben trabajar en equipos para lograr superar retos.</p> <p>Los equipos en terminar en último lugar recibirán castigos.</p>	<p>Los clanes realizarán una retroalimentación de las estrategias presentadas y asignarán un puntaje de 5 a 10.</p> <p>El clan con mayor puntaje obtendrá el brazalete de inmunidad para la próxima misión.</p> <p>Se otorga medalla al avatar que ha cumplido a cabalidad con el principio del taekwondo de cortesía después de explicarlo claramente al grupo y establecer criterios de selección.</p> <p>Los castigos serán cumplir con retos de habilidades motrices como; abrir en espagar, hacer flexo extensión de brazos, hacer invertidas etc.</p> <p>Los navis que tengan mayor tendrán inmunidad para la siguiente sesión.</p> <p>Diligenciamiento de la planilla personalizada de puntos en el árbol de la vida</p> <p>El principio filosófico a trabajar es la cortesía, ya que evidencio el incumplimiento de este principio en la primera sesión.</p>



<https://www.youtube.com/watch?v=R767Enh4wa0>

Evaluación:

Se otorga un puntaje de 5 a 10 de acuerdo a la pertinencia en los ejercicios de calentamiento ejecutados.

Se tendrá en cuenta la creatividad por cada grupo en la realización de los ejercicios de calentamiento con un puntaje de 5 a 10

La Cortesía como principio filosófico se evaluará desde el momento de entrar al DOYAN y en todo momento de la práctica deportiva, dándose un puntaje de 5 a 10. Por observación del docente con colaboración de los practicantes.

Reflexión/Retroalimentación

Al finalizar las exposiciones el profesor realiza una recopilación del trabajo y explica la importancia de los ejercicios de calentamiento y estiramiento.

Los practicantes deben expresar por que deben apropiarse y entender el principio del calentamiento, en que los beneficia.

Se muestra las posiciones de cada grupo en el árbol de la vida.

Los practicantes hablaran sobre sus emociones en los momentos de realizar sus ejercicios. Si apropiaron o no el concepto.

Cada practicante dirá si ha cumplido con el principio de la cortesía, debe quedar claro en qué momentos no lo aplica.

Club de Taekwondo Hwarangdo			
Docente en formación	Nelson Gustavo Castillo		
Competencias pedagogía dialogante	Cognitivas Lenguaje técnico. Estrategia	Valorativas Principio filosófico Cortesía	Praxológicas Movimientos fundamentales; ejecución de técnicas de pateo. Cualidades físicas
Fecha	Inicio 24/04/2021 Fin 25/04/2021	Duración	2 horas presencial
Misión 3	IDENTIFICA TUS FORTALEZAS		
Objetivo	Identificar las fortalezas técnicas y teóricas que posee cada practicante		
<p style="text-align: center;">Narrativa</p>  <p>https://www.youtube.com/watch?v=e6Q6Hd1qxpA</p>	<p style="text-align: center;">Dinámicas</p> <p>Los clanes ejecutaran las técnicas de combate (patadas) e identificaran, las técnicas más eficaces según su habilidad. (Bandal. Dollio, tuit chagui, chico, tuit furio, bandal 360) Cada Navi de observar a su compañero, e ir identificando en que está fallando técnicamente y en su fortaleza técnicas</p>	<p style="text-align: center;">Mecánicas</p> <p>El clan que más técnicas tengan en su repertorio obtendrán mayor puntaje en el árbol de la vida. El clan con mayor puntaje obtendrá el brazalete de inmunidad para la próxima misión. Y no podrán ponerle castigo en la próxima misión. Se otorga medalla al avatar que ha cumplido a cabalidad con el principio del taekwondo de cortesía Los castigos serán cumplir con retos de habilidades motrices como; abrir en espagar,</p>	

<p>Después de haber identificado cada clan su forma única de activarse. Debe hacerlo como ritual de iniciación antes de cada práctica corporal.</p> <p>En PANDORA todos los guerreros durante toda su vida viven especializándose en formarse como excelentes combatientes, es por eso que constantemente perfeccionan sus técnicas de pateo</p> <p>Los guerreros de cada OLO identifican las técnicas en las que son más hábiles, las técnicas de combate en las que son más eficaces y el nivel de conocimiento en la filosofía del arte de la guerra, además conocen a sus amigos y se ayudan mutuamente en subir el nivel de combate, corrigiéndose unos a otro. El lenguaje técnico de las técnicas de combate es muy específico, por lo que los aspirantes a guerreros navi deben dominar ese lenguaje</p>	<p>Los navis ejecutaran las poomsaes o figuras de taekwondo en las que se crean más seguros en su ejecución. (Taeguk del 1 y 2)</p> <p>Los habitantes de PANDORA deben manejar el lenguaje técnico de los movimientos en cada poomsae.</p> <p>De forma lúdica identificaran posiciones y técnicas de las poomsae armando un triqui quien complete el trique le pondrá un castigo al equipo perdedor.</p> <p>Después de identificar sus fortalezas los guerreros navis deben realizar una exhibición de su fortaleza. (mostrando sus patadas más vistosas a los demás navis)</p>	<p>hacer flexo extensión de brazos, hacer invertidas etc.</p> <p>Diligenciamiento de la planilla de puntos.</p>
<p>Evaluación:</p>	<p>Los navis que tengan claro cuáles son sus fortalezas técnicas deben expresarlo a su maestro y decir porque creen que es su fortaleza.</p> <p>Los navis deben identificar que técnicas tienen que mejorar.</p> <p>Entre más claro tengan sus deficiencias y fortalezas el maestro le dará un puntaje en la planilla de 5 a 10 según el caso.</p>	

Reflexión/Retroalimentación	<p>Al finalizar el maestro realiza una charla del trabajo y explica la importancia de reconocer sus debilidades y fortalezas en las ejecuciones técnicas.</p> <p>Los practicantes deben expresar si las correcciones fueron pertinentes para mejorar su ejecución técnica.</p>
-----------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Club de Taekwondo Hwarangdo			
Docente en formación	Nelson Gustavo Castillo		
Competencias pedagogía dialogante	Cognitivas Estrategia Lenguaje técnico	Valorativas Cortesía	Praxológicas Movimientos fundamentales Técnicas de pateo Cualidades físicas
Fecha	Inicio 08/05/2021 Fin 09/05/2021	Duración	2 horas
Misión 4	INCREMENTA TU NIVEL DE PATEO		
Objetivo	Identificar la estrategia más adecuada para mejorar la ejecución técnica de las patadas.		

Narrativa	Dinámicas	Mecánicas
<p>Después de identificar las técnicas en las que son más eficientes los NAVIS las entrenan para incrementar el nivel técnico de su arte de combate.</p> <p>En las mañanas los guerreros NAVIS se dedican a incrementar sus cualidades físicas, en las tardes entrenan específicamente las técnicas de combate, en las noches los guerreros hacen demostraciones de sus habilidades exhibiendo sus mejores patadas y figuras de combate, retándose unos a otros.</p>	<p>Los guerreros navis individualmente se ejercitan sus habilidades físicas teniendo en cuenta los principios del entrenamiento. (resistencia, fuerza, elasticidad, coordinación)</p> <p>Cada navi debe simplificar las técnicas de pateo, dividiendo la técnica de su preferencia en varios pasos. (ayuda de video utilizando sus celulares)</p> <p>Los guerreros navis deben observar en el video las fallas en la ejecución técnica y sus fortalezas para corregir o mantener la ejecución.</p> <p>Utilizando el método de simplificación los navis deben identificar todas las técnicas de sus compañeros para incrementar el nivel de pateo.</p> <p>Para incrementar la fuerza de las piernas los navis realizan juegos de competencia donde solo se utiliza el tren inferior.</p>	<p>Se otorgará por parte del docente los puntos a los navis según la simplificación que hayan hecho de las técnicas de pateo. (Puntos de 5 a 10).</p> <p>El clan que obtenga mayor puntaje recibirá como premio 5 puntos adicionales en la planilla.</p> <p>Según observación del docente se le otorgara 5 adicionales al navi que haya cumplido los criterios de cortesía marcial dentro del doyan.</p> <p>El clan con mayor puntaje obtendrá el brazalete de inmunidad para la próxima misión.</p> <p>Diligenciamiento de la planilla de puntos.</p>
<p>Evaluación:</p>	<p>Los navis elegirán la mejor la técnica de pateo utilizando el método de simplificación, dándole un puntaje de 10.</p> <p>Los navis que apropien más técnicas utilizando el método de simplificación tendrán 10 puntos adicionales en la planilla de puntos (otorgado por el docente)</p> <p>Todos los navis se otorgarán puntos en el principio filosófico de la cortesía tendrán en cuenta en que momentos lo aplicaron y en qué momento no.</p>	

Reflexión/Retroalimentación	<p>Los practicantes deben expresar los avances y mejoras de sus compañeros. Cada navi debe hablar de su compañero en una forma asertiva de sus fortalezas técnicas.</p> <p>Los navis deben elegir una técnica de pateo en las que quieran mejorar o perfeccionar para la siguiente sesión.</p>
-----------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Club de Taekwondo Hwarangdo			
Docente en formación	Nelson Gustavo Castillo		
Competencias pedagogía dialogante	Cognitivas Lógica interna Estrategia Lenguaje técnico	Valorativas Cortesía	Praxológicas Movimientos fundamentales; ejecución de técnica tuit chagüi. Cualidades físicas.
Fecha	Inicio 15/05/2021 Fin 16/05/2021	Duración	2 horas
Misión 5	La técnica elegida		
Objetivo	Ejecutar el recorrido técnico correctamente de la patada tuit chagüi		
Narrativa	Los guerreros navis expertos en un arte marcial milenario llamado taekwondo que significa el camino del puño y la patada, identificaron una técnica que los hará más poderosos en la hora del combate, la patada TUIT CHAGUI, que es la patada más efectiva, rápida y poderosa a la hora de contragolpear un ataque del enemigo, es por esto que le han dicho a su maestro	Dinámicas Los navis iniciaran con el protocolo correspondiente a un entrenamiento para combate. Recibirán las órdenes: chumbi, shariot, quionet, chonyoa. Mostrando la cortesía marcial dentro del doyan. Este es el protocolo de inicio de cada entrenamiento por lo cual los aspirantes a guerreros navis deben apropiarse el lenguaje	Mecánicas Se le otorgara más puntos a los navis que logren ejecutar la técnica tuit chagüi Los navis elegirán al guerrero que ejecute con más técnica y potencia la técnica tuit chagüi. Otorgándole el honor de ser un guerrero guía. El guerrero guía tendrá el aval del maestro para guiar a sus compañeros y corregir la técnica tuit chagüi en las siguientes sesiones.

<p>que los entrene para específicamente en esa técnica. Ya que en estos momentos pandora está siendo invadida por la raza terrestre que busca un elemento generador de energía llamado UNOBTANIUM, lo que desconocen la raza terrestre es que la explotación de este mineral acabaría con la supervivencia de pandora ya que ese material es el sostenedor y generador de vida y enlace con EYWA su deidad. Es por eso que su gran líder su maestro de combate los convoco, para que todos los navis aspirantes a guerreros aprendan la técnica de combate llamada TUIT CHAGUI así poder defender su hogar PANDORA de la especie invasora.</p>	<p>técnico, que hace parte de cortesía marcial dentro del taekwondo.</p> <p>Los navis se formarán en el DOYAN esperando que su maestro OLOEYKTAN inicie la sesión de entrenamiento.</p> <p>Aprenderán los pasos simplificados de la técnica tuit chagüi que su maestro les indicara.</p> <p>Por parejas ejecutaran la técnica en los pasos simplificados dados por su maestro.</p> <p>Cada guerrero navi debe ser guía de su compañero e indicarle si realiza los pasos o se salta alguno.</p> <p>Al final todos los navis deben ejecutar técnicamente la pata tuit chagüi.</p>	<p>El guerreo guía de la técnica tuit chagüi recibirá un brazalete que lo identificará como líder dentro del clan.</p> <p>Entre todos los navis se darán puntaje según su criterio en el cumplimiento de la cortesía marcial dentro del doyan.</p> <p>Diligenciamiento de la planilla personalizada de cada practicante.</p>
<p>Evaluación:</p>	<p>Los navis elegirán al guerrero que mejor ejecute la técnica otorgándole el máximo puntaje en la planilla de puntos.</p> <p>Cada navi se dará un puntaje individual en el cumplimiento del principio filosófico de la cortesía.</p>	
<p>Reflexión/Retroalimentación</p>	<p>Al finalizar la sesión el profesor realiza una charla sobre la importancia de identificar los pasos de las técnicas para perfeccionar el pateo.</p> <p>Cada navi debe expresare su punto si apropió o no la técnica e identificar en que está fallando.</p> <p>Los navis deben elegir con que otra técnica se puede encadenar la tuit chagüi para la próxima sesión.</p>	

Club de Taekwondo Hwarangdo			
Docente en formación	Nelson Gustavo Castillo		
Competencias pedagogía dialogante	Cognitivas Lógica interna Estrategia Lenguaje técnico	Valorativas Cortesía	Praxológicas Técnico táctico Técnicas de combate Velocidad Fuerza
Fecha	Inicio 22/05/2021 Fin 23/05/2021	Duración	2 horas
Misión 6	Encadenamiento de técnicas		
Objetivo	Articular o encadenar dos o tres técnicas en un ataque		

Narrativa	Dinámicas	Mecánicas
<p>los guerreros navis saben que pandora está siendo invadida por una raza que se cree superior a ellos quieren exterminar con su supervivencia, es por eso que deben ampliar sus repertorios en técnicas mortales de pateo.</p> <p>Le indicaron a su maestro de combate que les enseñara a encadenar técnicas de pateo, para poder realizar en un ataque dos, tres patadas que dejen a sus oponentes noqueados, inhabilitados y aseguren la victoria en el combate,</p> <p>Las técnicas elegidas por los guerreros navis en esta sesión son Bandal chagüi y Tuit chagüi</p>	<p>Los guerreros navis iniciaran el entrenamiento con el ritual y respeto a su maestro mostrando el principio filosófico de la cortesía.</p> <p>Los navis por OLOS o clanes realizan sus movimientos particulares de calentamiento.</p> <p>(segunda sesión)</p> <p>Los guerreros navis se harán de parejas para ejecutar las técnicas Bandal chagüi y tuit chagüi.</p> <p>En el orden dado por su maestro.</p> <p>1-Bandal derecha, bandal izquierda, tuit derecha.</p> <p>2- Bandal izquierda, bandal derecha, tuit izquierda.</p> <p>3-Bandal derecha, bandal derecha, tuit izquierda.</p> <p>4-Bandal izquierda, bandal izquierda, tuit derecha.</p> <p>5-Bandal derecha, tuit izquierda.</p> <p>6-Bandal izquierda, tuit derecha.</p> <p>7-Bandal derecha, tuit izquierda, bandal derecha.</p> <p>8-Bandal derecha, tuit izquierda, bandal derecha.</p>	<p>Registro de posiciones en el árbol de la vida, o planilla de posiciones.</p> <p>Los navis elegirán entre sus compañeros a los navis más sobresalientes en las ejecuciones de las técnicas,</p> <p>Otorgándoles el máximo puntaje en la panilla.</p> <p>Los navis que se vean descoordinados en las ejecuciones técnicas recibirán un castigo por parte del maestro.</p> <p>Los navis que se descordinen por más de tres veces en la ejecución de un encadenamiento el grupo de guerreros les pondrán un castigo físico.</p> <p>Los guerreros deben mostrar cortesía marcial entre pares al iniciar y culminar una secuencia de técnicas.</p>
<p>Evaluación:</p>	<p>Se evaluará la cortesía marcial desde el momento en que los guerreros navis entren al doyan.</p> <p>Los navis que muestren colaboración apoyando las correcciones técnicas de sus compañeros tendrán puntos adicionales por trabajo colaborativo.</p>	

	Se le otorgara un premio al navi que tenga mayor puntaje en el árbol casa.
Reflexión/Retroalimentación	<p>El maestro le agradece a todo su grupo de participantes por hacer parte de este proyecto.</p> <p>Los aprendices dialogaran y expresaran sus sensaciones y como les pareció entrenar taekwondo con la metodología de gamificación.</p> <p>Los aprendices relacionaran la metodología vista con los parámetros técnicos del taekwondo.</p>

Análisis de la Experiencia

Este capítulo presenta los aspectos relacionados a una reflexión posterior a las prácticas realizadas en la ejecución piloto.

Aprendizajes como Docente

Durante toda mi experiencia como entrenador de taekwondo (TKD) en la educación informal (Academia Hwarangdo), en la educación formal (Universidad Minuto de Dios y Universidad Sergio Arboleda), en las instituciones educativas en los niveles de básica primaria y educación media; he buscado implementar formas particulares de enseñar las técnicas del taekwondo; igualmente, en dejar una huella profunda en los estudiantes, marcando una diferencia en el proceso de enseñanza, identificando minuciosamente la ejecución técnica, para lograr un perfeccionamiento de los deportistas, estudiantes y aprendices, manteniéndolos motivados.

La oportunidad ofrecida por la universidad para culminar mis estudios, abrió una puerta de posibilidades para mejorar mi formación profesional y alimentar a través de un corpus teórico las planeaciones curriculares. Inicie una búsqueda bibliográfica para encontrar nuevos elementos que permitieran aumentar los niveles de motivación y adherencia a la práctica del taekwondo, encontrando así la gamificación: alternativa innovadora que combinada con una pedagogía dialogante y un enfoque humanista lograron mejorar mi desempeño como entrenador.

He tenido una premisa cuando ejerzo mi labor como entrenador de TKD y es que, los practicantes se deben divertir en el proceso, en la clase, en la sesión, sin obviar los objetivos a alcanzar. La metodología de la gamificación me brinda la oportunidad de hacer unas clases

divertidas, dinámicas y amenas alcanzando las expectativas de los aprendices, por medio de retos; estos aspectos son particularmente relevantes en la metodología gamificada, involucrando previamente a los aprendices en un mundo imaginario apoyado en la narrativa elemento atractivo y motivador.

Se identificó que los aprendices a través de la puntuación asignada en cada reto, se motivaban a cumplir con mejor desempeño el reto siguiente para no quedarse atrasado en la planilla diaria de puntuación, para no recibir castigos y más bien ser recompensados por las tareas cumplidas, en cada clase se retaban a sí mismos para cumplir a cabalidad las tareas asignadas, los aprendices se entusiasmaban por aprender, apoyándose unos a otros, evidenciándose el trabajo colaborativo, mejorando la comunicación entre ellos, logrando cumplir metas colectivas que ellos mismos se proponían.

Incidencias en el contexto y en las personas

En este PCP se puede evidenciar que los practicantes del Taekwondo una vez se implementó la metodología didáctica de la gamificación se disminuyó significativamente el abandono a los entrenamientos, encontrando en cada práctica mayor gusto por las actividades presentadas. Además, el trabajo realizado permitió un aumento significativo en la motivación de los aprendices hacia la práctica del Taekwondo.

Incidencias en el Diseño

Un factor adicional a la pesquisa bibliográfica para el desarrollo del PCP, fue el análisis de los resultados obtenidos en la Escala de Motivación Deportiva (apéndice A). La prueba para establecer la motivación es un instrumento autoadministrable, con 28 ítems que se aplicó en forma individual a los deportistas seleccionados.

Todas las subescalas fueron evaluadas con un peso de 7 puntos, en donde el 1 equivale a la respuesta "nunca", 2 "pocas veces", 3 "raras veces, 5 "algunas veces, 6 "muchas veces", el 7 indica "siempre", y el 4 como punto medio, significa "indeciso". La escala 1 y 2 se considera "No tiene nada que ver conmigo; del 3 al 5 "Tiene algo que ver conmigo" y 6 y 7 "Se ajusta totalmente a mí".

Los reactivos se calificaron conforme su valor, a excepción de los reactivos de no motivación (3,5, 19,28) en donde se invierte la calificación, es decir, si la deportista contesta en el reactivo 1 este se transforma en 7, el valor 2 será 6, el valor 3 será 5, el valor 4 seguirá siendo el mismo, el 5 será 3, el 6 será 2, y el 7 será 1. Una vez transformados los reactivos en contra del atributo, se realiza una suma total y sumas parciales de acuerdo a cada factor.

La suma total mayor que se puede obtener en el instrumento es 196 y la menor es 28, la discriminación por factores de los puntajes máximos y mínimos a obtener se describe en la Tabla 7.

Tabla 7. Puntajes máx. y min. EMD por factores

Factor	Puntaje	Puntaje
	Máximo	Mínimo
MOTIVACIÓN INTRÍNSECA	84	12
MI para conocer	28	4
MI para estimulación	28	4
MI para conseguir cosas	28	4
MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA	84	12
Regulación Identificada	28	4
Regulación Introyectada	28	4
Regulación Externa	28	4
NO MOTIVACIÓN	28	4
TOTAL (Intrínseca + Extrínseca+ No motivación)	196	28

Las tablas 8,9 y 10 muestran la media, desviación estándar, (mínimo-máximo), de acuerdo a cada factor. En la motivación intrínseca la media más alta se encuentra en la subcategoría MI para conocer con una media de 22,7, sin embargo, no refleja una varianza significativa con la MI para la estimulación (21,9) y a la MI a conseguir cosas (22,09).

Los datos generales obtenidos para la variable motivación extrínseca en la prueba del EMD, en la subescala de regulación identificada tuvo una media de 22,18 y una DE 2,4. La regulación introyectada tuvo una media de 20,91 y una DE de 2,5, y la amotivación tuvo una media de 16,73 con una DE 6,2.

Tabla 8. Resultados motivación intrínseca

		Motivación Intrínseca			
		Conocer	Estimulación	Conseguir cosas	
N	Válido	11	11	11	
	Perdidos	0	0	0	
Media		22,73	21,91	22,09	66,73
Moda		25	18	24	
Desviación estándar		2,760	3,646	2,809	
Mínimo		18	16	17	
Máximo		27	27	25	

Tabla 9. Resultados motivación extrínseca

		Motivación Extrínseca			
		Regulación Identificada	Regulación Introyectada	Regulación Externa	
N	Válido	11	11	11	
	Perdidos	0	0	0	
Media		22,18	20,91	21,00	64,0
Moda		22	20	19	
Desviación estándar		2,442	2,587	2,449	
Mínimo		18	16	18	
Máximo		26	24	25	

Tabla 10 Resultados No motivación

No motivación

N	Válido	11
	Perdidos	0
Media		16,73
Moda		6
Desviación estándar		6,230
Mínimo		6
Máximo		23

En resumen, los resultados muestran baja motivación extrínseca, con un puntaje de 64/84; motivación intrínseca de 66,7 puntos /84 y no motivación 16,7/28.

Estos resultados mostraron claramente que la propuesta que se debía diseñar debería tener un fuerte componente de motivación extrínseca es decir para conocer, para obtener cosas y para estimular a los participantes. De esta forma la gamificación fue el componente que permitió establecer estas relaciones.

Recomendaciones

Los entrenadores deben programar usando como referente las competencias básicas, y los contenidos preestablecidos. Estos lineamientos obligan a los docentes a seguir parámetros limitando en ocasiones la innovación. Sin embargo, con esta propuesta de intervención basada en la gamificación se demuestra que el integrar competencias y contenidos en forma dinámica es posible, pero requiere una nueva postura del entrenador frente al cambio y a nuevas metodologías.

Una de las diferencias encontradas en la investigación con respecto a la práctica deportiva tradicional en contraposición con una enseñanza gamificada, es que el uso de juegos nuevos y actividades variadas hacen que la práctica deportiva salga de la rutina. De este modo, al adaptar los juegos a la temática del TKD, influye de manera positiva en la percepción de los aprendices acerca de los pensamientos sobre la disciplina.

Con respecto a la variable predisposición positiva e interés hacia la práctica físico deportiva, se presentó una mejora en la percepción de los estudiantes de la muestra en un 100%, El interés por los contenidos, se establece en forma más equilibrada y la percepción de la competencia motriz y la práctica de actividad físico-deportiva, mejora notablemente.

De acuerdo al análisis realizado se puede concluir que la gamificación como propuesta para incrementar la motivación de los practicantes de Taekwondo es eficaz gracias a las características que permiten el desarrollo de actividades que incluyen retos, participación, trabajo en equipo, colaboración y reflexión. Estas particularidades se aplican mediante actividades de competencia, y trabajo orientado al logro.

Es muy importante resaltar que actualmente el nivel de exigencia al entrenador es cada vez mayor por parte de la comunidad y de los mismos deportistas que alcanzan mayores niveles a nivel competitivo. Los clubes se ven obligando a mejorar sus niveles de profesionalización y de realizar planteamientos más concretos y más rigurosos que justifiquen su labor diaria y sus decisiones curriculares, acentuándose en el proceso de evaluación como dialogo permanente y constructivo, trabajando constantemente en los niveles de motivación.

Referencias

- Akilan, F. (2009). *Taekwondo Olimpico. Enseñar el arte de jugar el deporte* . Bogotá: Sendero Del Guerrero. Kier.
- Albrecht, S. (2012). *The game of happiness. Gamification of positive activity interventions*. Journal contribution. doi:<https://doi.org/10.6084/m9.figshare.902860.v1>
- Barcelona Taekwondo*. (2021). Obtenido de http://www.itf-barcelona.com/?page_id=17
- Bernal, C., Hoyos, J., Fracica, G., & Fernández, F. (2020). Uso del video en el aprendizaje del taekwondo: estudio en niños en edad escolar. *Información tecnológica*, 31(1), 311-320. doi: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-0764202000010>
- Blázquez, D. (2002). *La Educación Física*. Barcelona: INDE. Obtenido de <https://editorialinde.tumblr.com/post/92740176817/definir-la-educacion-fisica-una-ardua-tarea-a-la>
- Borrás, O. (2015). *Fundamentos de la gamificación*. Gabinete de Tele-educación, Vicerrectorado de Planificación Académica y Doctorado . Universidad Politécnica de Madrid.
- Brière, N. M., Vallerand, R. J., & Pelletier, L. G. (1995). Déve - loppement et Validation d'une Mesure de Motivation Intrinsèque, Extrin - seque et d'Amotivation en Contexte Sportif: L'Echelle de Motivation dans les Sports (ÉMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26(26), 465-489.
- Calero, M. (2003). *Educación jugando*. México: Alfaomega.
- Caponetto, I., Earp, J., & Ott, M. (2014). *Gamification and education: A literature review*. Eighth.
- Chamoso, J. M., Durán, J., García, J., Martín, J., & Rodríguez, M. (2004). Análisis y experimentación de juegos como instrumentos para enseñar matemáticas. *SUMA*, 47, 47-58.
- Club de taekwondo Hwarando*. (23 de febrero de 2021). Obtenido de Formamos campeones para la vida y el deporte: <http://taekwondohwarangdo.com/lecturas-examenes/>
- Coterón, J., González, J., & Carlos Mora, J. C. (2017). *Guía de iniciación a la gamificación en Educación Física*. Madrid: Fundación General de la Universidad Politécnica de Madrid .
- De Zubiría, J. (2006). *Hacia una pedagogía dialogante (El modelo pedagógico del Merani)*. Obtenido de En:http://mercedesabrego.gnosoft.com.co/home/inicio/archivos/documentos/PEDAGOGIA_DIALOGANTE.pdf.

- De Zubiría, J. (2006). *Los Modelos Pedagógicos. Hacia una pedagogía dialogante*. Bogotá: Editorial Aula ABIerta Magisterio.
- De Zubiría, J. (2015). *La calidad de la educación bajo la lupa*. Bogotá: Editorial Magisterio.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. (11), 227-268.
- Deterding, S. (2014). Eudaimonic Design, or: six invitations to rethink gamification. En M. Fuchs, S. Fizek, P. Ruffino, & N. S. (Eds.), *Rethinking Gamification* (págs. 305-331). Lüneburg: Meson Press.
- Fajardo, J. (2011). Sistema de actividades físico-deportivas-recreativas. Una perspectiva para incrementar la motivación de los niños hacia la práctica del deporte taekwondo en la comunidad. *Olimpia: Publicación científica de la facultad de cultura física*, 1-6.
- Figueroa, J. (julio-septiembre de 2006). El hombre, clave fundamental en el desarrollo. *Espacio Abierto*, 15(3), 597-616. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/122/12215306.pdf>
- Gallego, F., Molina, R., & Llorens, F. (2014). *Gamificar una propuesta docente. Diseñando experiencias positivas de aprendizaje*. JENUI, XX Jornadas sobre la Enseñanza Universtaria de la Informática.
- García, F., & Doménech, F. (mayo de 2002). Motivación, aprendizaje y rendimiento escolar. *Reflexiones pedagógicas*, 1(6). Obtenido de <https://www3.uji.es/~betoret/Instruccion/Aprendizaje%20y%20Personalidad/Lecturas/Articulo%20Motivacion%20Aprendizaje%20y%20Rto%20Escolar.pdf>
- González de Prado, C. (2011). *Caracterización técnico-táctica de la competición de combate de alto nivel en Taekwondo*. Tesis doctoral, Universidad de Barcelona, C- Teoría e historia de la educación, Barcelona. Obtenido de <https://www.educacion.gob.es/teseo/mostrarSeleccion.do>
- Herranz, E. (2013). *Gamification*. I Feria Informática, Universidad Carlos III, Madrid España.
- Hsin- Yuang, W., & Soman, D. (2013). *A Practitioner's Guide. Gamification of education*. Toronto: Rotman School of Management. Obtenido de https://www.academia.edu/33219783/A_Practitioners_Guide_To_Gamification_Of_Education
- Kleinginna, P., & Kleinginna, A. (1981). A categorized list of emotion definitions, with a suggestion for a consensual definition. *Motivation and Emotion*. (5), 345-379. Obtenido de <http://reme.uji.es/articulos/numero23/article1/texto.html>
- Marín, I., & Hierro, E. (2013). *Gamificación. el poder del juego en la gestión empresarial y la conexión con los clientes*. Brcelona: Empresa Activa.
- Max-Neef, M., Elizalde, A., & Hopenhayn, M. (1986). *Desarrollo a Escala Humana. Una opcion para el futuro*. Santiago, Chile: Fundacion Dag Hammarskjold.

- Ministerio de Educación Nacional. (2001). *Serie lineamientos curriculares. Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá: MEN.
- Monroy, A., & Sáenz, G. (2 de 2011). Teorías sobre el origen del juego. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 15(153). Obtenido de <http://www.efdeportes.com/>
- Morán, C., & Menezes, E. (2016). La motivación de logro como impulso creador de bienestar: su relación con los cinco factores de la personalidad. *Infad. Revista de psicología*, 2(1), 31- 40. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851777004>
- Naranjo Pereira, M. L. (2009). Motivación, perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 153 - 170. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058010>
- Omrod, J. (2005). *Aprendizaje humano*. Madrid: Pearson Educación.
- Pérez, H. (2016). *Grandes hombres dijeron: Motivación al logro, liderazgo, palabras que cambian al mundo*. . New York: Kindle Edition.
- Pérez, S., Hernández, F., Rodríguez, A., & Sánchez, A. (junio de 2018). Deportes de combate: unidad didáctica en educación secundaria, desde una perspectiva contemporánea de enseñanza. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(241), 85-106. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/43/220>
- Piaget, J. (1985). *Seis estudios de Psicología*. Barcelona: Planeta.
- Soto, F., & Herrera, T. (2011). Orientaciones metodológicas para el entrenamiento. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 16(158). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd158/entrenamiento-deportivo-del-taekwondo.htm>
- Trechera, J. L. (2005). Saber motivar: ¿El palo o la zanahoria? Obtenido de <http://www.psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion.shtml>
- Valenzuela, J., Muñoz, C., Silva, I., Gómez, V., & Precht, A. (2015). Motivación escolar: Claves para la formación motivacional de futuros docentes. *Estudios Pedagógicos*, XLI, 351 - 361.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Experimental social psychology*, 29, 271 - 360.
- Vizueté, M. (12 de abril de 2015). *Educación física deportes y expresión*. Obtenido de Tendencias de la educación física en la escuela. Las vanguardias: <https://efidex.blog/2015/04/12/tendencias-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela-las-vanguardias/>
- Werbach, K., & Hunter, D. (2012). *For the Win: How Game Thinking Can Revolutionize Your Business*. Wharton Digital Press.
- Zepeda, S., Abascal, R., & López, E. (julio - diciembre de 2016). Integración de gamificación y aprendizaje activo en el aula. *Ra Ximhai Universidad Autónoma Indígena de México*, 12(6), 315-325. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/461/46148194022.pdf>

Zicherman, G., & Cunningham, C. (2011). *Gamification by Design*. Canadá: O'Reilly Media.

Apéndice A Escala de motivación deportiva (SMS/EMD)

(Pelletier et al., 1995; Balaguer, Castillo, & Duda, 2003; 2007)

Nos gustaría saber las razones por la cuales participas en tu deporte. Por favor indica rodeando con un círculo, el grado en el que cada una de las siguientes preguntas corresponde a alguna de las razones por las que actualmente participas en tu deporte. El 1 equivale a la respuesta "nunca", 2 "pocas veces", 3 "raras veces", 5 "algunas veces", 6 "muchas veces", el 7 indica "siempre", y el 4 como punto medio, significa "indeciso".

		No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo			Se ajusta Totalmente a mí	
		Nunca	Pocas Veces	Raras Veces	Indeciso	Algunas veces	Muchas veces	Siempre
1	¿Por qué participas en tu deporte?	1	2	3	4	5	6	7
	Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante							
2	Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre este deporte	1	2	3	4	5	6	7
3	Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo	1	2	3	4	5	6	7
4	Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
5	No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte	1	2	3	4	5	6	7
6	Porque me permite ser valorado por la gente que conozco	1	2	3	4	5	6	7
7	Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente	1	2	3	4	5	6	7
8	Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
9	Porque es absolutamente necesario participar en este	1	2	3	4	5	6	7

		No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo			Se ajusta Totalmente a mí	
	deporte si se quiere estar en forma							
10	Por el prestigio de ser un deportista	1	2	3	4	5	6	7
11	Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo	1	2	3	4	5	6	7
12	Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos	1	2	3	4	5	6	7
13	Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva	1	2	3	4	5	6	7
14	Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo	1	2	3	4	5	6	7
15	Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades	1	2	3	4	5	6	7
16	Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista	1	2	3	4	5	6	7
17	Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida	1	2	3	4	5	6	7
18	Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
19	No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
20	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
21	Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase	1	2	3	4	5	6	7
22	Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
23	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes	1	2	3	4	5	6	7
24	Porque ésta es una de las mejores formas de mantener	1	2	3	4	5	6	7

		No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo			Se ajusta Totalmente a mí	
	buenas relaciones con mis amigos							
25	Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
26	Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
27	Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)	1	2	3	4	5	6	7
28	A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos	1	2	3	4	5	6	7

Apéndice B Planilla de puntuaciones (árbol casa)

	5-10 CALENTO	5-10 T.C	5-10 T.C	5-10 P.1	5-10 P.2	5-10 P.3	CONTRASIA	TOTA
1	CARLOS	10 ¹⁰	10 ¹⁰	9 ¹⁰	9 ¹⁰	9 ¹⁰	8	290
	ANGIE							137
2	JESSICA	10 ⁷	9 ¹⁰	8 ⁹	8 ¹⁰	7 ¹⁰	8	265
	FELIPE							144
3	DENNIS	5 ⁷	9 ¹⁰	7 ⁹	7 ¹⁰	7 ¹⁰	8	261
	SANTI							128
4	KATHY	10 ⁶	10 ¹⁰	9 ⁹	9 ¹⁰	9 ¹⁰	7 ⁵	291
	JORGE							147
	MAURO							39
	KAROL		10	10	10	10	5	109
	NICOLA	10	10	9	10	10	7	81

Apéndice C Evidencias prueba piloto

