



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## **LA PRÁCTICA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL TAEKWONDO COMO UN AGENTE EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ EN LOS ESTUDIANTES DE CUARTO DE BÁSICA EN LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**Richard David Carvajal Núñez**

Docente y Jefe de área de Educación Física.  
Unidad Educativa San Luis Gonzaga. Ecuador  
Email: rcarvajal@uegonzaga.edu.ec

### **RESUMEN**

El presente trabajo indicará las causas por las cuales los niños de Cuarto año de Educación General Básica no tienen psicomotricidad y coordinación en la ejecución de ejercicios físicos básicos, así como también la inclusión de valores y la historia, definición y elementos del taekwondo que ayudarán al estudiante a desenvolverse de mejor manera en el contexto en el que vive. Se desea que con este trabajo se pueda tener una herramienta didáctica que se pueda aplicar en las clases de Educación Física para que el estudiante pueda desarrollar y potencializar su motricidad gruesa como también fortalecer su carácter y comportamiento para que pueda contribuir en el avance de nuestra nación. Para llevar a cabo esta investigación se ha tenido que buscar los factores que inciden en la escasa motricidad gruesa de los niños de 8-9 años y de cómo influye en su formación integral los malos hábitos conductuales como alimenticios en los estudiantes de Cuarto de Básica, para esto se desea proponer al deporte del taekwondo como un agente para el desarrollo psicomotriz para los niños de Cuarto de básica en la asignatura en Educación Física.

### **PALABRAS CLAVE:**

Psicomotricidad; formación integral; taekwondo; educación; sociedad

## INTRODUCCIÓN.

El presente tema a ejecutarse en esta investigación es de carácter cuantitativo, la misma que contiene las técnicas fundamentales del taekwondo aplicados en la asignatura de Educación Física como herramienta didáctica para el desarrollo psicomotriz de los niños comprendidos en la edad de 8.9 años, plasmado en una guía didáctica de entrenamiento escolar. El proyecto de investigación consta de los siguientes apartados:

- Apartado I: El problema. Contiene el planteamiento, el contexto, formulación del problema, interrogantes fundamentales de la investigación. Objetivos generales y específicos y justificación.
- Apartado II: Objetivos generales y específicos y justificación.
- Apartado III: Importancia de la asignatura de Educación Física, implementación del taekwondo como recurso didáctico
- Apartado IV: Marco teórico. Contiene los fundamentos básicos del taekwondo, la psicomotricidad
- Apartado V: Diseño. Contiene marco metodológico y operalización de variables
- Apartado VI: La propuesta, en este capítulo se presenta la propuesta como solución al problema planteado, con la creación de una guía didáctica relacionado al tema de estudio como un agente para desarrollo motriz de los niños y niñas de 8-9 años siendo esta empleada en la “La práctica de fundamentos básicos del Taekwondo como un agente para el desarrollo psicomotriz en los estudiantes de Cuarto de básica en la asignatura de Educación Física”.
- Apartado VII: Conclusiones y recomendaciones, en este apartado presentamos las conclusiones a las que se ha llegado en esta investigación de campo y se da las recomendaciones adecuadas.

## 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El reto de la educación actualmente requiere formar estudiantes críticos, emprendedores, creativos y competentes para que puedan desempeñarse en cualquier ámbito laboral y social; por lo que, las instituciones educativas juegan un papel fundamental en el liderazgo lo cual unido al uso de la tecnología, el estudiante podrá desenvolverse en el contexto que se desarrolla. Fomentar la creatividad es una de las condiciones que se ha propuesto la educación, así como también la educación emocional, tiene la finalidad de que el estudiante pueda adquirir el bienestar social.

Es por ello que los docentes deben poner mayor atención a tales competencias, tomando en cuenta también a la familia ya que debe existir una conexión y cooperación en conjunto con las unidades educativas. El desafío de la educación no es solo acumular conocimientos en los estudiantes; sino en la formación, crecimiento, y maduración como personas, lo que hace suponer que los estudiantes analicen, reflexionen y comprendan la realidad en la que viven para

poder dar soluciones a los problemas reales que tiene la educación nacional como por ejemplo la desigualdad y la exclusión que se da en nuestro sistema educativo.

En la Unidad Educativa San Luis Gonzaga se ha podido observar que los niños comprendidos en la edad de 8 a 9 años, presentan falencias al momento de realizar ejercicios físicos en los que están implicados la psicomotricidad y la coordinación en actividades físicas como: correr, saltar, lanzar y lateralidad, siendo una de las causas como menciona.

Existe una gran cantidad de factores que no permiten a los niños el desarrollo de sus habilidades psicomotoras, no se sienten motivados a realizar actividades físicas y se encuentran en inactividad por dedicarse actividades sedentarias como ver la televisión (Garrido, 2014, p. 85).

Como datos referenciales de ENSANUT (2013), en la encuesta Nacional de Salud y Nutrición. Ministerio de Salud Pública en coordinación con el INEC; indica en su estadística nacional realizado a los niños entre 5 a 12 años en el 30% tiene sobrepeso y principios de obesidad y a jóvenes y adultos comprendidos en edades entre 19 y 60 años es del 61%.

Se sabe que las dificultades de movimiento se manifiesta de diferente manera, algunos niños necesitan más tiempo de práctica y otros necesitan ayuda adicional para ir desarrollando y mejorando su psicomotricidad y coordinación en la que también está implicado el equilibrio en la ejecución de ejercicios físicos básicos a través de la observación directa en la realización de juegos de saltos, carreras y lanzamientos, los mismos que implican usar los músculos de todo nuestro cuerpo, para esta habilidad el estudiante debe ejecutar movimientos básicos con repetición continua para llegar al dominio del movimiento deseado.

Sin embargo, a cierta edad se espera que el niño haya desarrollado ciertas habilidades de movimiento, existiendo un retraso y convirtiéndose en una causa común de las dificultades motoras llamada trastorno de desarrollo de la coordinación (DCD) o llamada por algunas personas dispraxia, siendo una enfermedad psicomotriz que consiste en una falta de coordinación de movimientos que suele ir acompañada de otros trastornos cerebrales y verbales.

Otro factor es el sedentarismo “es el modo de vida de las personas que apenas hacen ejercicios, esto debido por el uso excesivo de la tecnología y en algunos casos como se indicó el sobre peso en edades tempranas por la mala alimentación” Fernandez, Merino, Romero, Mayorga y Burgueño 2011, p.1). En el desarrollo de la asignatura se puede observar que estudiantes de Cuarto de Básica tengan escasa motricidad y coordinación en los movimientos corporales.

Se puede indicar que entre las deficiencias motrices y coordinativas se puede observar lo siguiente:

- Falta de coordinación al correr como también su resistencia al correr distancias cortas.
- Los saltos de los estudiantes con impulsos laterales son muestras de dificultad de la motricidad gruesa.

- Otro factor es dificultad en el equilibrio y coordinación al realizar ejercicios de jabalina, lanzado de balony viga de equilibrio.
- Existe demotivación no solo en la hora de Educación Física; sino también, en las demás materias.

Es importante desarrollar en los estudiantes movimientos donde se refirme la conducta motriz y la disciplina, entre ellos se podría mencionar: seguridad, oportunidades alternativas, competencias, sentido-significado, relaciones e incentivos

En la Unidad Educativa San Luis Gonzaga ubicada en el sector La Armenia, calle Pedro de Ávila y Antonio Neumane, la misma que tiene 1256 estudiantes en sus ciclos de Educación General Básica, Media, Superior y Bachillerato General Unificado, se ha tomado como referencia a los estudiantes de cuarto EGB (83 estudiantes) en la que en los registros del Departamento Médico en 10% de los estudiantes tienen sobrepeso, mientras que 5% no tienen la correcta lateralidad y coordinación, y el 30% presente rasgos de agresividad y falta de atención en el aula.

## 2. OBJETIVOS:

- **Objetivo General:**

Diseñar una guía pedagógica de los fundamentos básicos del taekwondo para el desarrollo psicomotriz en los estudiantes Cuarto Grado de Educación General Básica, de la Unidad San Luis Gonzaga en el periodo escolar 2019-2020.

- **Objetivos específicos:**

- Identificar los fundamentos teóricos del taekwondo como disciplina deportiva.
- Describir los fundamentos básicos del taekwondo para el desarrollo de la psicomotricidad de los estudiantes.
- Diagnosticar el desarrollo psicomotriz de los estudiantes de Cuarto de básica de la unidad educativa San Luis Gonzaga.

## 3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Este proyecto tiene la finalidad de diseñar una propuesta pedagógica del taekwondo como disciplina deportiva para desarrollar las capacidades físicas e intelectuales del niño en el proceso de enseñanza-aprendizaje se puede potenciar cada una de las habilidades individuales que le hacen un ser único, sabiendo además que este es el ser más valioso y sobretodo el futuro de nuestro país, los mismos que deben tener una formación de calidad y el mejor proceso metodológico para desarrollar sus potencialidades.

La Educación Física es importante porque ayuda al niño a desenvolverse en su entorno, ser creativo y mostrar su espontaneidad en descubrir alternativas que

pueden ser aplicables en su vida social, a diferencia de otras materias del conocimiento en las que el niño no tiene esa libertad de ser el mismo, es recomendable que el niño realice actividad física desde los primeros meses, empezando con movimientos suaves de su cabeza para que a medida que vaya creciendo pueda ejecutar ejercicios como levantar su cabeza, gatear, reptar, rolar, camina, correr.

La implementación del taekwondo como herramienta didáctica en la asignatura de Educación Física, tiene la finalidad de desarrollar las capacidades físicas y cognitivas, complementando en la evolución y desempeño del niño en los siguientes aspectos: psicomotriz, conductual y salud, así como también la inclusión de estudiantes con discapacidades físicas aplicando la variación de este arte marcial llamado para-taekwondo, el mismo que permite mejorar en aspectos corporales, emocionales y espirituales ante esta adversidad, “el taekwondo es una actividad física en donde muchos padres consideran que es una importante actividad de formación para sus hijos, tanto a nivel cognitivo como motor” (Akilian, 2012, p.2)

#### 4. MARCO TEÓRICO

- Fundamentos básicos del Taekwondo

En su trabajo investigativo Choi, H. (2000) indica *El Taekwondo y yo el taekwondo*, indica que:

Es un deporte que se caracteriza por la técnica de sus patadas que generalmente van desde el tronco hacia la cabeza, cada patada tiene variaciones dependiendo la altura y movimiento del pie, las técnicas de brazo y mano son fundamentales para los golpes de puño, el mismo que tiene que ir dirigido hacia el pecho del adversario y los bloqueos que son importantes para la defensa de ataques, estos también tienen variaciones dependiendo la altura del bloqueo y posición del brazo.

Para Choi, el lenguaje también es importante ya que al ser un deporte practicado a nivel mundial no pierde su esencia ancestral; por lo que, el estudiante deberá familiarizarse con el lenguaje básico del taekwondo para realizar los movimientos de patada, bloqueo, puño y posición.

Las técnicas fundamentales nos permiten mejorar la técnica al realizar ejercicios o movimientos que permitan al estudiante mejorar la base para así desarrollar variedad de movimientos más complejos. La importancia de la enseñanza de los fundamentos básicos del taekwondo es que el estudiante obtendrá un estado mental de dominio propio, autocontrol, bondad, es decir no solo se fortalecerá la parte física del estudiante sino sus principios y valores, los cuales ayudarán a ser mejores seres humanos en la sociedad.

- La Psicomotricidad

La psicomotricidad es un proceso que se desarrolla a medida del crecimiento del ser humano, este se encuentra inmerso en la coordinación, la postura, la lateralidad, el control emocional, la comunicación y el desarrollo armónico de la

personalidad. Al hablar de motricidad, se habla del ser humano de manera integral; puesto que, cumple diferentes funciones que las realiza todo el cuerpo humano con el fin de adaptarse al contexto en el que se encuentra.

*La psicomotricidad como principio básico para el aprendizaje de niños de 3 a 4 años de educación preescolar* indica en su trabajo que “la psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienen a influir en el acto intencional o significativo para estimularlo” (Núñez, 2014, p.8). Con ello indica que necesita utilizar estas técnicas como mediadores de la actividad corporal y su expresión simbólica, así podemos observar que la psicomotricidad está en todas las acciones que realizamos en nuestro diario vivir, pero necesitan de un desarrollo a través de la práctica de cualquier actividad física que realicemos.

## 5. DISEÑO

### ▪ Marco metodológico

El presente trabajo, al cual se ha denominado como “Las prácticas fundamentales del taekwondo como un agente en el desarrollo psicomotriz en los niños de cuarto de básica en la asignatura de Educación Física”, su diseño muestra la recolección de datos en sus diferentes aspectos con la finalidad de realizar una programación lógica y coherente. Contiene una serie de actividades que permitan dar sentido y contenido a la investigación y es el sustento de este proyecto de titulación para posteriormente realizar la confirmación de los objetivos propuestos.

La fuente de la presente investigación es mixta; esto quiere decir, se ha realizado la investigación de campo y la documental. La investigación de campo ha permitido identificar que en la Unidad Educativa San Luis Gonzaga, en los estudiantes de cuarto grado de básica tienen una deficiencia en psicomotricidad gruesa al momento de ejecutar funciones básicas de la asignatura antes mencionada; tales como: correr, saltar, lanzar, girar, teniendo varios aspectos que hacen que el niño pierda el interés de las prácticas deportivas.

### ▪ Operacionalización de variables

Tabla No. 1  
Operacionalización de Variables

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	VARIABLE	DEFINICIÓN NOMINAL	DIMENSIONES	INDICADORES
Diagnosticar la situación actual referida al desarrollo de la psicomotricidad gruesa y coordinación de los estudiantes de Cuarto Grado de Educación General Básica, de la Unidad San Luis Gonzaga en el periodo escolar 2019-2020	Situación actual relacionadas a las estrategias didácticas docentes	Es el conjunto de situaciones referidas al desarrollo motriz y coordinativo en niños de Cuarto EGB	Cognitiva Personal	Contenidos Actividades Destrezas Motivaciones Intereses
Describir las estrategias que actualmente emplean los docentes de Educación Física para el desarrollo de la psicomotricidad gruesa y coordinación, de los estudiantes de Cuarto Grado de Educación General Básica, de la	Las estrategias didácticas empleadas por los docentes en la enseñanza	Conjunto de actividades y experiencias empleadas por los docentes en la enseñanza de Educación Física	Estrategias didácticas	Contenidos Actividades Recursos Métodos

Unidad San Luis Gonzaga en el periodo escolar 2019-2020.	de Educación Física			
Construir una propuesta pedagógica del Taekwondo como disciplina deportiva que permita el desarrollo de la psicomotricidad gruesa y coordinación, bajo el enfoque integral, dirigido a los estudiantes de Cuarto Grado de Educación General Básica, de la Unidad San Luis Gonzaga en el periodo escolar 2019-2020	Factores asociados al desarrollo de psicomotricidad y coordinación	Son aspectos que facilitan el desarrollo a la psicomotricidad y coordinación	Desarrollo cognitivo	Edad Motivaciones Intereses
			Contexto escolar	Entorno escolar
Diseñar y evaluar una propuesta pedagógica para que el Taekwondo pueda desarrollar la psicomotricidad y coordinación bajo el enfoque integral dirigido a estudiantes Luis Gonzaga en el periodo escolar 2019-2020	Propuesta de estrategia didáctica para el desarrollo de la psicomotricidad y coordinación a través del deporte del Taekwondo	Las estrategias didácticas son el conjunto de procedimientos pedagógicos orientados al desarrollo de la coordinación y motricidad gruesa	Planificación	Justificación, objetivos, contenidos
			Ejecución	Estrategias didácticas de aprendizaje, actividades de aprendizaje, recursos didácticos. Técnicas e instrumento de evaluación.
			Evaluación	Técnica e instrumento de evaluación Escala de valoración numérica

Fuente: propia

## 6. GUÍA DIDÁCTICA

### GUÍA DE TÉCNICAS BÁSICAS DE TAEKWONDO PARA EL DESARROLLO MOTRÍZ EN NIÑOS DE 8-9 AÑOS

#### ▪ Conceptualización

##### Historia y antecedentes del Taekwondo.

El taekwondo es un deporte de origen coreano, que destaca su gran variedad de técnicas de patadas, golpes y bloqueos, llegando así a ser uno de los deportes más conocidos a nivel mundial y olímpico. Además de ser un arte marcial, el taekwondo es un deporte de competencia en el que se ha realizado en diferentes partes del mundo eventos en los que superan los cientos de participantes.

En Ecuador se llevó a cabo el campeonato mundial de Taekwondo en el año de 1982 en la ciudad de Guayaquil donde el ecuatoriano José Cedeño Barre consigue por primera y única vez ser campeón mundial en esta disciplina, en este mismo equipo también se logra una medalla de plata mundial a cargo de Duván Canga oriundo de Esmeraldas, Ecuador a nivel de equipos se ubica en el segundo lugar a nivel mundial.

En los juegos de Sídney, 2000, el taekwondo se convierte en un deporte oficial de combate hasta la actualidad. Es por esta razón que el 4 de septiembre se declaró el día internacional del taekwondo al reconocerse como deporte olímpico oficial.

La palabra taekwondo proviene de tres vocablos: tae, que significa atacar y golpear con los pies, kwon, atacar y defender con los puños y do, significa disciplina, método o camino, por lo tanto, el taekwondo se traduce como “el camino de golpear con los pies y las manos”, siendo un estilo de combate que utiliza únicamente las manos y los pies prescindiendo de armas.

La mayoría de personas piensa que este arte marcial solo utiliza las piernas para atacar, pero el taekwondo también incluye variedad de golpes de puño, codos, diferentes ubicaciones de la mano, el pie e incluso la rodilla, los mismos que se realizan para el rompimiento de tablas, ladrillos, aunque la especialidad de este si es la técnica de patadas.

#### ▪ Técnicas básicas fundamentales del taekwondo (patadas, bloqueos, golpes)

##### a) Posiciones Básicas (Sogui):

Las posiciones van de acuerdo a la abertura de las piernas y posición de los pies en el suelo para la ejecución de un ataque o una defensa:

- **Chariot sogui:** Posición del cuerpo recta, brazos pegados al tronco y piernas juntas

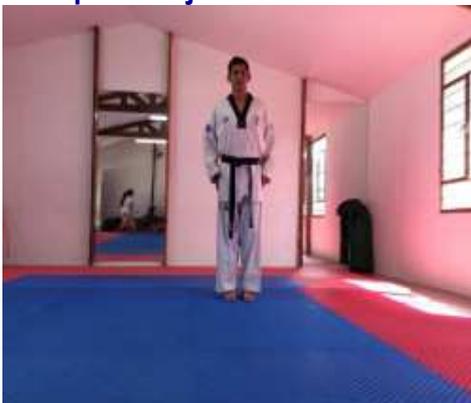


Figura 1. Chariot sogui

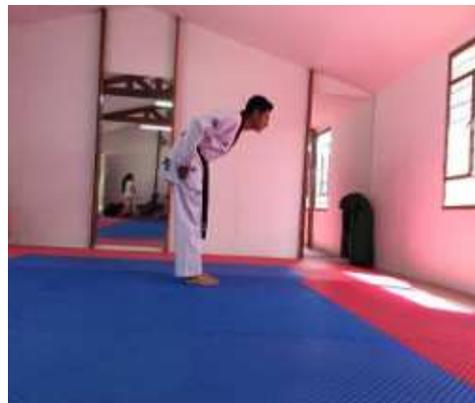


Figura 2. Chariot sogui y saludo

Fuente: elaboración propia

- **Ap sogui.** Esta posición es similar al realizar un paso cuando caminamos.

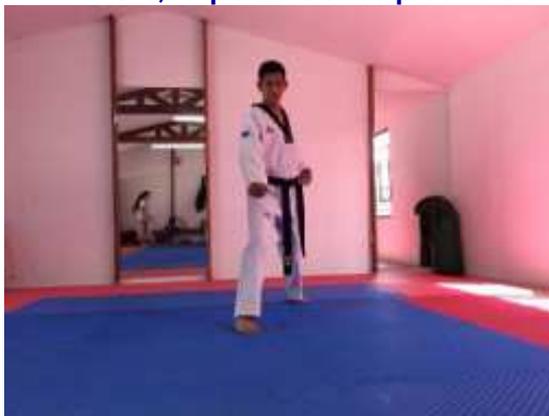


Figura 3. Posición Ap sogui.



Fuente: elaboración propia

- **Apkubi sogui.** La separación de los pies debe tener una distancia de 50 cm, la punta de los pies hacia el frente.



*Figura 4. Apkubi sogui Fuente: elaboración propia*

- **Posición de combate:** El cuerpo debe estar de manera lateral con los puños a media altura.



*Figura 5. Posición de combate.*

*Fuente: elaboración propia*

- **Beneficios de las posiciones de taekwondo**

Según Arévalo (2013), los deportes de contacto ayudan al sistema visual y vestibular del estudiante, teniendo la finalidad de mantener un mejor control del equilibrio.

### **b) Técnicas de patadas (Chagui)**

Son técnicas que se realizan con las piernas, las mismas que varían de acuerdo a la posición del pie y del cuerpo para su ejecución.

- **Patada Ap chagui.** Es una técnica frontal y lineal, se eleva la rodilla posterior hasta la parte media del tronco.



6. Patada Ap chagui.



Fuente: elaboración propia

- **Patada Bandal chagui.** Es una técnica que inicia desde la posición de combate, elevando la rodilla hacia el tronco y ejecutando un movimiento semi circular con el empeine del pie.



Figura 7. Patada Bandal chagui. Fuente: elaboración propia

- **Patada Doliop chagui:** Esta técnica empieza elevando la rodilla hacia el pecho y ejecutando un movimiento semi circular con el empeine del pie a la cabeza del adversario

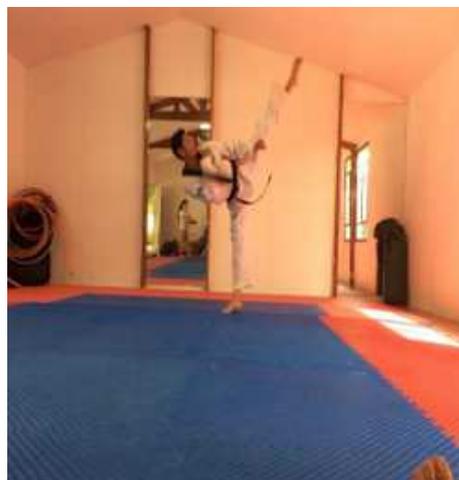


Figura 8. Patada Doliop chagui Fuente: elaboración propia

- **Patada Tui chagui.** Es una patada lineal hacia atrás que empieza desde la posición de combate, el cuerpo realiza un medio giro de ataque de 180 grados



*Figura 9. Patada Tui chagui Fuente: elaboración propia*

- **Patada Yop chagui.** Inicia desde la posición de combate, elevando la rodilla flexionada a la altura del pecho y estirándola de manera lateral con el borde externo del pie.



*Figura 10. Patada Yop chagui Fuente: elaboración propia*

- **Patada Chigo chagui.** Es una patada lineal que inicia desde la posición de combate elevando la pierna posterior, ejecutando el golpe de forma descendente con la planta del pie.



*Figura 11. Patada Chigo chagui. Fuente: elaboración propia*

- **Beneficio de la técnica chagui en los niños**

“La coordinación con las posiciones indicadas en el anterior apartado con las patadas con la finalidad de que el estudiante gane fuerza y flexibilidad en su tren inferior, presentando así una notable mejoría motriz a través de esta propuesta innovadora” (Bisquerra, 2003, p.7)

**c) Golpe de puño a diferentes partes del cuerpo (Shirugui)**

La mano debe estar completamente cerrada con el pulgar hacia afuera sujetando los demás dedos, el golpe debe realizarse con los nudillos de la mano.

- **Olgul shirugui: Golpe de puño a la cara de adversario**



Figura 12. Golpe Olgul shirugui



Fuente: elaboración propia

- **Monton shirugui: Golpe de puño al pecho del adversario**



Figura 13. Golpe Monton shirugui



Fuente: elaboración propia

- **Are shirugui: Golpe de puño al estómago del adversario**



Figura 14. Golpe Are shirugui



Fuente: elaboración propia

#### d) Bloqueos o defensas (Maki)

Son técnicas de defensa para proteger nuestro cuerpo, estas se clasifican en:

- **Olgul maki:** Toma la dirección de abajo hacia arriba formando un ángulo de 90 grados.



Figura 15. Olgul maki

Fuente: elaboración propia

- **Monton maki:** Su dirección va de adentro hacia afuera para bloquear con el antebrazo a la parte media de nuestro cuerpo.



Figura 16. Golpe Monton maki



Fuente: elaboración propia

- **Are maki:** Toma la dirección de arriba hacia abajo, a la altura de nuestra cadera.



Figura 17. Are maki



Fuente: elaboración propia

- **Beneficio de la técnica de golpe y bloque para los niños.**

Según Menéndez (2017), el taekwondo estimula y desarrolla varios aspectos en los niños y niñas siendo una de las principales la psicomotricidad y a través de estas técnicas de golpe y bloqueo el estudiante puede mejorar su lateralidad y coordinación, ya que combina posiciones con bloqueos y golpes de taekwondo.

- **Metodología de sistema operativo – Monserrat del Pozo (2017)**

<b>Estrategias</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Actividades</b>	<b>responsables</b>	<b>Producto</b>
<b>Socializar</b>	Motivar a los docentes de educación Física a la práctica constante de las técnicas básicas de taekwondo en los niños de 8-9 años	Prácticas de integración y socialización de las técnicas básicas del taekwondo con los estudiantes de Cuarto EGB	Docente- Investigador	Docentes de educación Física de la U.E San Luis Gonzaga motivados en implementar las técnicas básicas del taekwondo en sus clases
<b>Planificar</b>	Fomentar la práctica de las técnicas básicas del taekwondo en los niños de 8-9 años	Práctica de las técnicas básicas de taekwondo en las clases de Educación Física	Investigador y docentes del área de E. F	Aplicación de las técnicas básicas del taekwondo en los estudiantes de 8-9 años
<b>Explicar</b>	Establecer una planificación de inteligencias múltiples para los estudiantes de Educación Básica Elemental	Reuniones de trabajo con docentes del área de E. F	Investigador y docentes	Equipo de trabajo planificado docente
<b>Evaluar</b>	Revisar la planificación de actividades a realizarse	Mejorar lo planificado con cuestiones como: Cómo hacer, Que hacer, Cuándo hacer, Para que hacer	Docente investigador	Conocimiento asertivo en la organización de toma de decisiones

Fuente: elaboración propia

▪ Plan de unidad

**Inteligencias múltiples – Gardner (2003)**

**Plan de unidad 1**

**1. DATOS INFORMATIVOS**

<b>ÁREA DEL CONOCIMIENTO:</b>	<i>Educación Física</i>	<b>ASIGNATURA:</b>	<i>Educación Física</i>
<b>DOCENTE:</b> Lic. Richard Carvajal		<b>TIEMPO</b>	
<b>SUBNIVEL EDUCATIVO</b>	EGB Elemental	<b>GRADO/CURSO</b>	Cuarto EGB ABC
<b>Bloque #6</b>			
Relaciones entre las prácticas corporales y de salud			
<b>OBJETIVOS DEL BLOQUE</b> (imprescindibles y deseables)			
<b>OG.EF.4.</b> Profundizar en el desarrollo psicomotriz y la mejora de la condición física de modo seguro y saludable, de acuerdo a las necesidades individuales y colectivas del educando en función de las prácticas corporales que elija.			
<b>EF.2.6.2.</b> Reconocer y analizar las posibles maneras saludables de participar en diferentes prácticas corporales para ponerlas en práctica.			
<b>E.F 2.6.3</b> Reconocer posturas favorables en relación con las características del propio cuerpo y las situaciones en las que se encuentra al realizar distintas prácticas corporales para mejorarlas.			
<b>META DE COMPRENSIÓN</b>			
Que el estudiante comprenda que hay varias alternativas para desarrollar su psicomotricidad gruesa y coordinación a través de los fundamentos básicos del taekwondo.			
Que el estudiante comprenda que el taekwondo estimula a cualquier persona a tener <b>compromiso, a valorar su esfuerzo, el trabajo en equipo y la disciplina</b> para llegar a un objetivo.			

**2. DESARROLLO**

<b>INTELIGENCIA</b>	<b>DESEMPEÑOS</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>EVALUACIÓN</b>
<b>Lingüístico - verbal</b>	Dar a conocer a los estudiante la historia del taekwondo (origen, prácticas escolares coreanas, fundamentos básicos de iniciación, competencias deportivas)	Pizarra Infocus computador	Prueba escrita (opción múltiple)
<b>Lógico - matemática</b>	Indicamos al estudiante la distancia correcta de las posiciones básicas del taekwondo. (4) 1.- Chuchunsogui 2.- apsogui 3.- apkubisogui 4.- posición lateral de combate o de ejecución	Cancha de la institución	Escala de valoración numérica (se evalúa la distancia del tren inferior en cada posición descrita)
<b>Cinestésica - Corporal</b>	De manera grupal damos a conocer los bloqueos, golpe y patadas básicas del taekwondo Bloqueos 1.- olgul maki	Gimnasio UESLG Makiguaras (almohada TKD)	Escala de valoración numérica

	<p>2.- monton maki 3.- are maki Golpe de puño 1.-monton shirugui Patadas 1.- apchagui 2.-bandalchagui 3.- doliopchagui 4.-chigochagui</p> <p>Para que el estudiante pueda ejecutar de manera individual añadiendo a las posiciones básicas del TKD. Estos ejercicios los complementamos con los tipos de salto de la unidad a tratar (saltos de distancia corta y lateralidad) Trabajando de esta manera la psicomotricidad y coordinación con temas del bloque y TKD</p>	<p>Ulas Conos Pito</p>	
<b>Naturalista</b>			
<b>Musical</b>	<p>En la sala de gimnasia indicamos a los estudiantes diferentes posiciones corporales para la relajación y meditación como parte del TKD</p>	<p>Grabadora Cd Colchoneta</p>	
<b>Visual Espacial</b>	<p>En el aula damos a conocer los diferentes implementos que vamos a utilizar en la ejecución de saltos y en la práctica del TKD por medio de videos y gráficos, así como también la ejecución de cada movimiento con el fin de que el estudiante mejore su psicomotricidad y coordinación corporal.</p>	<p>Pizarra Infocus Papelote Marcadores</p>	<p>Evaluación Oral. A través de preguntas de manera grupal</p>
<b>Intrapersonal</b>	<p>Realizar las prácticas corporales combinadas (fundamentos del TKD, lateralidad y coordinación en giros, deslizamientos y cruces) en parejas para que el estudiante pueda observar a su par y corregir sus errores, así también el estudiante pueda relacionarse con sus compañeros y mejorar su ámbito socio-afectivo</p>	<p>Cancha de la institución Ulas Makiguaras Escudos de potencia Conos Soga Pito</p>	<p>Tabla de observación (evolución de motricidad y coordinación)</p>
<b>Interpersonal</b>	<p>A través de la filosofía del taekwondo fomentar en los estudiantes los valores del respeto, disciplina, rigor, autonomía y autocontrol</p>	<p>Cancha de la institución donde realizaremos las prácticas corporales</p>	

▪ **Evaluación y rúbrica de evaluación**

**Evaluación en escala de valoración numérica**

<b>NOTA</b>	<b>ESTUDIANTES</b>	Mantiene la posición descanso y realiza bloqueos y golpe de manera coordinada	Realiza desplazamientos laterales con patada apchagui	Ejecuta saltos adelante-atrás en las manteniendo la posición de combate.	Realiza la primera poomse. Movimientos coordinados de bloqueos, golpes y patadas.	Cumple con la filosofía propuesta por el Taekwondo.	<b>TOTAL</b>
	<b>Valor</b>	2 puntos	2 puntos	2 puntos	2 puntos	2 puntos	

▪ **Rúbrica de evaluación**

**Cuarto EGB 2019-2020**

1.- Mantiene la posición descanso y realiza bloqueos y golpe de manera coordinada

<b>2 puntos</b>	Marca correctamente la posición y ejecuta los bloqueos y golpe de manera coordinada
<b>1 punto</b>	Marca correctamente la posición y ejecuta los bloqueos y golpe sin coordinación
<b>0 puntos</b>	No ejecuta la posición y las acciones indicadas

2.- Realiza desplazamientos laterales con patada apchagui

<b>2 puntos</b>	Ejecuta movimientos laterales combinando con patada apchagui
<b>1 punto</b>	Ejecuta movimientos laterales combinando, pero no realiza la patada
<b>0 puntos</b>	No realiza los movimientos indicados

3- Ejecuta saltos adelante-atrás en las manteniendo la posición de combate

<b>2 puntos</b>	Realiza saltos entrado y saliendo de la ula manteniendo la posición lateral de combate
<b>1 punto</b>	Realiza saltos entrado y saliendo de la ula sin mantener la posición lateral de combate
<b>0 puntos</b>	No realiza los saltos cortos y ni la posición lateral

4.- Realiza la primera poomse. Movimientos coordinados de bloqueos, golpes y patadas

<b>2 puntos</b>	Realiza movimientos de golpes, bloqueos y patadas coordinando con las posiciones de cada movimiento
<b>1 punto</b>	Realiza movimientos de golpes, bloqueos y patadas sin coordinar las posiciones de cada movimiento
<b>0 puntos</b>	No realiza la primera poomse

## 5.- Cumple con la filosofía propuesta por el Taekwondo

<b>2 puntos</b>	Tiene respeto, disciplina y perseverancia con sus compañeros y maestro en las prácticas propuestas por la filosofía del taekwondo
<b>1 punto</b>	Cumple con la disciplina y perseverancia, pero no respeta a sus pares
<b>0 punto</b>	No cumple con las normas propuestas de la filosofía del taekwondo

## 7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:

### 7.1. CONCLUSIONES

Los docentes no identifican de manera adecuada los fundamentos teóricos del taekwondo y su beneficio en la práctica como disciplina deportiva para el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades motrices de los niños de 8 – 9 años.

Se detecta que los estudiantes de Cuarto de Básica tienen falencias al momento de ejecutar ejercicios psicomotrices, y no tienen conocimientos de los fundamentos básicos del taekwondo, lo que implica que no tengan un desarrollo adecuado de la psicomotricidad; así como de sus hábitos alimenticios y deportivos.

No existe una motivación adecuada en los estudiantes de cuarto año básico, las clases de Educación Física son tradicionales y repetitivas, lo que impide un rendimiento psicomotriz en los estudiantes; por lo que, es necesario que los docentes realicen una adecuada planificación en el proceso formativo para lograr un óptimo desarrollo de las capacidades motrices.

El resultado de la encuesta refleja que es necesario trabajar de manera adecuada en el desarrollo de las destrezas psicomotrices y de esta manera lograr que todos los estudiantes del cuarto año básico alcancen a desarrollar sus potencialidades.

Para dar la importancia a la práctica del taekwondo, es necesario diseñar una guía pedagógica de los fundamentos básicos del taekwondo para el desarrollo psicomotriz en los estudiantes cuarto grado de EGB, de la Unidad Educativa San Luis Gonzaga en el periodo escolar 2019-2020

### 7.2. RECOMENDACIONES

El docente debe tener la facultad de concientizar la motivación a los estudiantes especialmente a los niños a la práctica deportiva, con la finalidad de que el deporte sea parte de su tiempo libre y también de su vida.

Dando a conocer la guía de técnicas fundamentales para el desarrollo psicomotriz en los niños y niñas de edad escolar con el objetivo de mejorar su rendimiento físico teniendo como consecuencia recrear lo técnico con lo formativo, así como también la actualización docente tanto en la asignatura de Educación Física.

Capacitarse en el deporte del taekwondo y así conjuntamente aplicar sus competencias profesionales para de esta manera tener una nueva herramienta metodológica para el beneficio de los estudiantes.

Es de gran importancia para el desarrollo motor de los niños de 8 a 9 años de edad, la expresión corporal a través del juego mediante una planificación adecuada para que se desarrolle la motricidad en la educación de los niños y evitar el sedentarismo y la obesidad infantil.

Los docentes de la asignatura de Educación Física tienen el compromiso y responsabilidad de una intervención didáctica adecuada en el ámbito motor e ir implementando en los niños la práctica en las funciones corporales a través del progresivo descubrimiento del propio cuerpo, las relaciones con el entorno y sus compañeros a través del juego, esto le ayudará a su crecimiento motriz y emocional.

A un futuro no muy lejano sería necesario seguir inculcando el taekwondo en la Institución educativa a través de la obtención de las diferentes categorías de cinturones blanco, amarillo y otros para que exista la motivación de los niños y padres inculcar esta práctica deportiva.

## 8. REFERENCIAS

Akilian, F. (2013) *El taekwondo como un agente escolar*. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>

Arévalo, W. (2013). *La práctica del taekwondo en la formación integral de los niños de 7mo de básica*. Universidad Técnica de Ambato. Tungurahua, Ecuador.

Bisquerra, R. (2003). Investigación Educativa. *Educación Emocional y Competencias Básicas para la vida*. 21(1), 7- 43.

Choi, H. (2000). *El Taekwondo y yo*. Recuperada de <https://www.taekwondoiff.org/es/our-history/general-choi-hong-hi/>

ENSANUT (2013). Ministerio de Salud Pública en coordinación con el INEC. *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición*. Recuperado de <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas Sociales/ENSANUT/MSP ENSANUT-ECU 06-10-2014.pdf>

Fernández, E.; Merino, R.; Romero, O.; Mayorga, D. & Burgueño, R. (2011). Transmisión de Conocimiento Educativo y de la Salud. *Deportes escolares y flexibilidad en alumnos de primaria*. 42(1), 1-9.

Gardner, H. (2003). *Las Inteligencias Múltiples. Las Inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós.

Garrido, A. (2014). *La práctica de la actividad física y hábitos de salud de los futuros maestros de educación primaria de la universidad de Barcelona. Un estudio sobre la incidencia de la educación física en la ESO en su futura acción docente (Tesis doctoral)*. Universidad de Barcelona, España.

**Ministerio de Educación y Cultura (2016). Nueva Reforma Curricular de Educación Física. Ecuador, Quito**

**Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C., & Rost, K. (2014). Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil. Barcelona: Paidotribo**

**Montserrat del Pozo (2017). Aprendizaje inteligente. Tekman Books España, Barcelona**

**Menéndez, J. (2017). Digital de EmásF. Las artes marciales y deportes de combate en Educación Física. Una mirada hacia el Kickboxing educativo. 48(1), 1-141.**

**Núñez, G. (2014). Educación Física. La psicomotricidad como principio básico para el aprendizaje de niños de 3 a 4 años de educación preescolar. 64(53), 1-185.**

**Fecha de recepción: 16/01/2020  
Fecha de aceptación: 19/03/2020**