



TAEKWONDO

FUNDAMENTOS Y REFLEXIONES
PSICOPEDAGÓGICAS-DIDÁCTICAS
PARA LA EDUCACIÓN INTEGRAL



Marcelo Méndez-Urresta

TAEKWONDO

FUNDAMENTOS Y REFLEXIONES
PSICOPEDAGÓGICAS-DIDÁCTICAS
PARA LA EDUCACIÓN INTEGRAL

Marcelo Méndez-Urresta



Editorial

Universidad Técnica del Norte
Av. 17 de Julio, 5-21.
Ibarra – Imbabura – Ecuador.
Tel. +593 (6) 2997800
editorial@utn.edu.ec
www.utn.edu.ec

Autor

MSc. Edgar Marcelo Méndez Urresta
Docente investigador Facultad de
Educación, Ciencia y Tecnología
Universidad Técnica del Norte
emmendez@utn.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-9610-9104>
GISAF Grupo de Investigación Sociedad y
Actividad Física

Revisores académicos externos

PhD. Ángel Freddy Rodríguez Torres
Docente investigador Facultad de Cultura
Física, Universidad Central del Ecuador
UCE - Ecuador
Telf. +593 994282571
afrodriguez@uce.edu.ec

PhD. Pablo Anthony Rendón Morales
Docente investigador Facultad de Cultura
Física, Universidad Central del Ecuador
UCE - Ecuador
Telf. +593 987959321
parendon@uce.edu.ec

MSc. Gabriela Alexandra Villalba Garzón
Docente investigadora Universidad
Técnica de Ambato UTA- Ecuador
Telf. +593 998695910
ga.villalba@uta.edu.ec

Revisión de estilo

MSc. Víctor Hugo Pinto
MSc. Eugenia del Carmen Mora

Fotografía

MSc. José Luis Ortiz

Diseño y diagramación

MSc. Luis Machado

Primera edición digital
Septiembre 2024

© de esta edición
Editorial Universidad Técnica del Norte
© de los textos y fotografías
Sus respectivos autores, 2024

Prohibida la reproducción total o parcial de
esta obra sin la previa autorización escrita
por parte de la editorial.

Edición digital

ISBN: 978-9942-845-35-1



9 789942 845351

PRESENTACIÓN

Es muy grato realizar la presentación del presente libro: Fundamentos y reflexiones psicopedagógicas-didácticas para la educación integral.

Preparar a nuestros deportistas desde la base hasta el alto rendimiento requiere de un trabajo organizado, planificado, sustentado en bases científicas, que permitan integrar adecuadamente a todos los factores de incidencia que no sean fruto de las circunstancias o del azar.

El libro describe el conocimiento de los procesos de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento deportivo del Taekwondo desde una perspectiva científica, a partir del análisis y la reflexión de los temas de estudio y distinguir las concepciones esenciales de las corrientes y teorías pedagógicas y psicológicas a través del estudio teórico de los diferentes tratados.

El trabajo sustentado en objetivos, metas y procedimientos comunes a nivel nacional, garantizarán el desarrollo de la disciplina deportiva. Por ello confío en que el libro servirá como parte importante en la formación y apoyo al proceso de enseñanza-aprendizaje del Taekwondo del país.

Expreso mi agradecimiento por este espacio para compartir con los lectores los sentimientos que me despertó esta obra y felicitar por la iniciativa plasmada en el presente trabajo.

Fraternalmente,

Lic. Francisco Carvallo Castro
PRESIDENTE FEDERACIÓN ECUATORIANA TAEKWONDO

CARTA AL AUTOR

Estimado

Edgar Marcelo Méndez Urresta,

Soy el profesor Han Kwon Sang, actualmente trabajo en el Departamento de Diplomacia de Taekwondo en la Universidad Shinsung en Corea del Sur. Como cinturón negro de 9º dan, me desempeño como Vicepresidente de la Sociedad Coreana de Ciencias del Deporte y como Presidente Comité Evaluación Técnica Kukkiwon, dedicándome al desarrollo del taekwondo.

En primer lugar, me gustaría felicitarlo sinceramente por la publicación de su libro 'Taekwondo Fundamentos y reflexiones psicopedagógicas-didácticas para la educación integral'.

Este libro aborda los fundamentos psicopedagógicos y didácticos para la educación y el entrenamiento del taekwondo, proporcionando a los instructores y entrenadores el conocimiento teórico y los métodos prácticos necesarios para ofrecer una mejor formación deportiva. En particular, analiza científicamente los aspectos educativos, culturales y psicológicos del taekwondo, explicándolos en relación con las teorías educativas modernas.

El libro trata de manera profunda la importancia de la educación en taekwondo, el enfoque psicológico, diversos métodos de enseñanza y el papel social del taekwondo, proporcionando el conocimiento integral necesario para apoyar el desarrollo holístico de los estudiantes. A través de esto, contribuye significativamente a que el taekwondo se establezca como una actividad educativa que va más allá del simple ejercicio físico, fomentando la formación del carácter y el desempeño social.

Los practicantes de taekwondo en Corea del Sur están prestando mucha atención a la notable contribución del profesor Edgar Marcelo Méndez Urresta, y estoy convencido de que este libro proporcionará una gran inspiración y perspicacia a los instructores de taekwondo en todo el mundo.

Una vez más, felicidades por la publicación de su libro, y espero que esta excelente obra sea de gran ayuda para la educación en taekwondo.

Gracias.

Atentamente,

Profesor Han Kwon Sang

PRESIDENTE COMITÉ EVALUACIÓN TÉCNICA KUKKIWON



INTRODUCCIÓN

Distinguido profesor y entrenador de Taekwondo:

El presente documento surge de la necesidad manifiesta de formación académica de los profesores y entrenadores de la disciplina deportiva de Taekwondo (TKD), en este momento histórico, reconociendo que, como pedagogos, nos corresponde agilizar el dominio de los fundamentos de la psicopedagogía y la didáctica en un marco amplio de competencias profesionales que requiere el proceso complejo de enseñanza-aprendizaje del arte marcial y deporte moderno llamado Taekwondo. El libro sin duda aportará al mejoramiento de la calidad en los procesos formativos y deportivos de nuestros estudiantes-deportistas marciales.

El texto pretende a partir de la reflexión, cimentar o fortalecer la autoformación y autoaprendizaje de las ciencias pedagógicas del entrenador deportivo, en el contexto de una educación y gestión inteligente en clubes, gimnasios, centros, academias, asociaciones, federaciones u otras, lo que permitirá el mejoramiento cuali y cuantitativo de los procesos educativos y deportivos, el desarrollo de diferentes actividades académicas de aprendizaje fundamentadas en la ciencia, para promover experiencias, saberes, potencializar las competencias y aprendizajes significativos en los deportistas.

Para que estos retos se cumplan, como profesionales diligentes de su propia preparación académica e intelectual, se ofrece el presente tratado como un documento guía que refiere fundamentos y reflexiones psicopedagógicas y didácticas que pueden implementarse de forma innovadora, creativa en los procesos educativo y deportivo del Taekwondo.

El planteamiento de un constructo teórico pertinente y propositivo, ha sido concebido para orientar, perfeccionar experiencias profesionales y técnicas de los profesores/entrenadores en la práctica del Taekwondo, alineados, para solucionar conflictos en cuanto a la formación integral del docente-entrenador mediante la actualización en áreas de la psicología, pedagogía y didáctica, con enfoque de competencias. Se contrasta, además, diferenciadas posiciones de quien genera procesos de enseñanza tradicional, desde el perfil de instructor, condicionador, reforzador de conductas, con aquel docente, educador-entrenador propiciador de experiencias, instrumentalizador de recursos, facilitador de la construcción de conocimientos, creador de ambientes de aprendizajes o mediador entre el conocimiento y el estudiante/deportista inteligente.

El libro contiene cuatro capítulos a partir de la siguiente estructura:

El **capítulo I** detalla reflexiones psicopedagógicas sobre la práctica del Taekwondo, se exteriorizan concepciones como: la educación, el deporte y el taekwondo en el territorio ecuatoriano, la pedagogía en el deporte, la pedagogía tóxica en la enseñanza del Taekwondo, la importancia de la epistemología en la enseñanza-aprendizaje, el humanismo y el Taekwondo en el desarrollo de valores y actitudes, el enfoque histórico cultural y la pedagogía desarrolladora en la práctica del Taekwondo, la psicología educativa, evolutiva y deportiva en la actividad marcial y el enfoque pedagógico de avanzada en el profesor de Taekwondo.

El **capítulo II** plantea al Taekwondo, como una vía integral para la educación inteligente y el desarrollo de competencias, aborda: los pilares fundamentales de la educación, inteligencias múltiples, relación de las competencias, inteligencias y aprendizajes en el deporte, el saber-saber o saber conocer, saber hacer, saber ser y saber convivir en la práctica educativa y en la práctica deportiva del Taekwondo.

El **capítulo III**, trata sobre la formación integral del profesor/entrenador de Taekwondo, concepciones de la formación integral, competencias profesionales y los componentes éticos, humanistas, científicos, tecnológicos y pedagógicos dentro de la formación integral del entrenador.

El **capítulo IV**, presenta un enfoque que particulariza la implementación de procedimientos eminentemente pedagógico-didácticos relacionados con la planificación, ejecución y evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje del Taekwondo en un marco curricular, más no en procesos de la didáctica aplicada al deporte cuyo enfoque corresponde a otras dimensiones particulares y especializadas, como la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y más ciencias del movimiento.

Apreciados colegas marciales, este libro ofrece orientaciones viables que pueden ser cumplimentadas en las clases o las sesiones de entrenamiento, ello permitirá ampliar, profundizar y perfeccionar su acervo cultural y particularmente valorar el Taekwondo tradicional y favorecer los cambios que demanda un deporte olímpico moderno con todas sus manifestaciones y expresiones competitivas, alineado con el desarrollo personal y profesional que exige la sociedad del conocimiento y la pedagogía contemporánea.

El documento es concebido como un recurso didáctico para profesores y entrenadores de la disciplina de Taekwondo, se constituye en una fuente de consulta que aborda temas ineludibles que necesitan aprenderse para resolver problemas pedagógicos de enseñanza-aprendizaje en el tratamiento de la disciplina en mención, es un manual de referencia continua durante la adquisición de conocimientos a partir de la información que se provee al lector y la motivación de seguir aprendiendo e investigando, plantea la posibilidad de utilizarse de forma interactiva y autónoma.

Apreciados colegas marciales, los cuatro capítulos presentan la siguiente estructura metodológica: título, introducción, diagnóstico o experiencias y conocimientos previos, epítome, objetivos, desarrollo y autoevaluación.

En cada capítulo usted encontrará una organización didáctica, dinámica y novedosa que inicia con el título seguido de la introducción que le permita relacionarse con un determinado conjunto de temas, donde se le presenta un contexto delimitado y la descripción de lo que encontrará a lo largo del capítulo, seguidamente, se le plantea un diagnóstico a través de un conjunto de preguntas que deberá contestar para determinar su nivel inicial de conocimientos respecto a los temas a estudiarse, a continuación se le presenta un epítome o esquema sintético para que asuma una idea global de los contenidos a tratarse, posteriormente usted identificará los objetivos de aprendizaje que se pretende alcanzar en su autoestudio, luego encontrará el desarrollo de contenidos a reflexionarse y finalmente la autoevaluación mediante preguntas que deberá responder para comprobar su nivel de aprendizaje o conocimientos alcanzados a partir del diagnóstico inicial.

Finalmente, si el presente libro logra sensibilizar y motivar a los maestros de Taekwondo para asumir una nueva representación profesional en la dirección efectiva del proceso enseñanza-aprendizaje de la disciplina marcial, se justificaría su publicación. Bienvenidos/as a compartir nuevas experiencias del Taekwondo a partir de la reflexión científica.

El autor

ÍNDICE GENERAL

CAPÍTULO I.

REFLEXIONES PSICOPEDAGÓGICAS EN LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO

1.1. Introducción	15
1.2. Diagnóstico. experiencias y conocimientos previos	16
1.3. Epítome del capítulo	21
1.4. Objetivos	22
1.5. Desarrollo del capítulo	22
1.5.1. La educación, el deporte y el Taekwondo en el Ecuador	22
1.5.2. La pedagogía en el deporte	26
1.5.3. Pedagogía tóxica en la enseñanza del Taekwondo	34
1.5.4. Importancia de la epistemología en la enseñanza-aprendizaje	36
1.5.5. La epistemología de la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo	41
1.5.6. El humanismo: El Taekwondo en el desarrollo de valores y actitudes	43
1.5.7. Enfoque histórico cultural, pedagogía desarrolladora en la práctica del Taekwondo	44
1.5.8. La psicología educativa en el proceso enseñanza aprendizaje	50
1.5.9. La psicología evolutiva en la práctica del Taekwondo	52
1.5.10. La psicología deportiva	54
1.5.11. Enfoque pedagógico de avanzada en el profesor de Taekwondo	57
1.6. Autoevaluación	59

CAPÍTULO II.

EL TAEKWONDO Y SU IMPORTANCIA EN EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS

2.1. Introducción	62
2.2. Diagnóstico. experiencias y conocimientos previos	62
2.3.. Epítome del capítulo	64
2.4. Objetivos	64
2.5. Desarrollo del capítulo	65
2.5.1. Pilares fundamentales de la educación, las competencias - UNESCO	65
2.5.2. Las inteligencias múltiples en el Taekwondo	71
2.5.3. Relación entre competencias, inteligencias y aprendizajes en el deporte	75
2.5.4. El saber-saber, o saber-conocer en Taekwondo	85
2.5.5. El saber hacer en Taekwondo	87
2.5.6. El saber ser y convivir con los demás en Taekwondo	88
2.6. Autoevaluación	90

CAPÍTULO III

LA FORMACIÓN INTEGRAL DEL PROFESOR/ENTRENADOR DE TAEKWONDO

3.1. Introducción	94
3.2. Diagnóstico. experiencias y conocimientos previos	95
3.3. Epítome del capítulo	97
3.4. Objetivos	97
3.5. Desarrollo del capítulo	98
3.5.1 Concepción y derivaciones de la formación integral del entrenador de Taekwondo	98
3.5.2. Competencias profesionales del entrenador deportivo	100
3.5.3. Componentes de la formación integral del entrenador	105
3.6. Autoevaluación	113

CAPÍTULO IV

PLANIFICACIÓN, EJECUCIÓN Y EVALUACIÓN DIDÁCTICA PARA EL TAEKWONDO

4.1. Introducción	116
4.2. Diagnóstico. experiencias y conocimientos previos	117
4.3. Epítome del capítulo	119
4.4. Objetivos	120
4.5. Desarrollo del capítulo	120
4.5.1. Teorías psicopedagógicas que orientan la planificación, ejecución y evaluación didáctica	120
4.5.2. Modelos didácticos en la actividad físico-deportiva	129
4.5.3. Estrategias didácticas para la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo	139
4.5.4. Planificación curricular en Taekwondo	150
4.5.5. Evaluación de aprendizajes en Taekwondo	167
4.6. Autoevaluación	205
Consideraciones finales	208

BIBLIOGRAFÍA	209
---------------------	-----

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Categorías de los modelos pedagógicos	27
Tabla 2. Relación entre las dimensiones del modelo desarrollador con el PEA en el TKD	48
Tabla 3. Estadios de madurez de Jean Piaget	53
Tabla 4. Beneficios de la psicología deportiva	56
Tabla 5. Contribuciones de la educación física y el deporte a las competencias básicas	69
Tabla 6. Listado competencias y correspondientes habilidades a entrenar (según modelo EOR)	77
Tabla 7. Relación de las inteligencias múltiples con el deporte	81
Tabla 8. Competencias profesionales del entrenador deportivo	103
Tabla 9. Elementos que constituyen la formación integral del entrenador deportivo	106
Tabla 10. Principales características de cada modelo didáctico	131
Tabla 11. Relación de los principios del pensamiento complejo con el PEA en el Taekwondo	137
Tabla 12. Técnicas de aprendizaje cooperativo	142
Tabla 13. Estilos cognoscitivos de enseñanza por indagación	143
Tabla 14. Indicadores de la planificación didáctica	151
Tabla 15. Planificación micro curricular para Taekwondo	154
Tabla 16. Planificación micro curricular para Taekwondo	161
Tabla 17. Dimensiones e indicadores en la evaluación	170
Tabla 18. Evaluación según los modelos pedagógicos	171
Tabla 19. Dominios o aprendizajes en la educación y una aproximación al Taekwondo	175
Tabla 20. Diferencias entre los modelos cuanti y cualitativos	180
Tabla 21. Dimensiones e indicadores para la evaluación de un taekwondoín	182
Tabla 22. Contenidos para la evaluación	183
Tabla 23. Técnicas e instrumentos para valorar los dominios cognitivo, procedimental y actitudinal en Taekwondo	184
Tabla 24. Ejemplo de rúbrica para valorar los dominios cognitivo, procedimental y actitudinal en Taekwondo	187

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diagramación del contenido del capítulo I	21
Figura 2. Principales categorías del enfoque histórico cultural	45
Figura 3. Proceso descrito por Vygotsky	46
Figura 4. Diagramación del contenido del capítulo II	64
Figura 5. Adaptación de la Task-oriented construction Wheel a la práctica de Taekwondo	74
Figura 6. Taekwondo como práctica deportiva	86
Figura 7. Diagramación del contenido del capítulo III	97
Figura 8. Diagramación del contenido del capítulo IV	119
Figura 9. Enfoque histórico cultural de Vygotsky	123
Figura 10. Diferencias entre las teorías positivistas y la de la complejidad	136
Figura 11. Estrategias didácticas	140
Figura 12. Proceso de enseñanza-aprendizaje del Taekwondo	144
Figura 13. PEA basada en el ciclo de Kolb y las inteligencias múltiples	153
Figura 14. Taxonomía de Bloom	176



CAPÍTULO
I

**REFLEXIONES PSICOPEDAGÓGICAS
EN LA PRÁCTICA DEL TAEKWONDO**

“El objetivo principal de la educación es crear personas capaces de hacer nuevas cosas y no simplemente repetir lo que otras generaciones hicieron”

Jean Piaget

1.1. INTRODUCCIÓN

En el devenir de la historia de la sociedad y del conocimiento humano, el propósito del hombre generalmente se ha direccionado hacia la consecución de múltiples saberes para lograr niveles de confianza y soporte, que le habilite aproximarse a la realidad o alcanzar niveles de eficiencia y cualificación en su desempeño práctico. Con este propósito, las diferentes áreas y esferas del conocimiento humano han agilizado varias acciones, tales como la deducción lógica, la verificación práctica, la interpretación abstracta entre otras competencias. Es indudable que, en el complejo y amplio movimiento de la ciencia deportiva en la sociedad actual, haya exigencias de determinados conocimientos y competencias para garantizar acciones que ofrezcan altas posibilidades de éxitos y logros.

La educación y las actividades físico-deportivas han sido actividades antiguas de la sociedad, y en los diversos contextos históricos el desarrollo de las generaciones, estuvieron sujetas a tradicionales formas verbales, autoritarias, empíricas y prácticas. En las últimas décadas, los especialistas en estas áreas vienen inquiriendo que estas actividades sociales y benéficas para el individuo, no estén reducidas a la simple práctica empírica, irreflexiva o a la improvisación de quienes cumplen funciones de educadores-entrenadores deportivos. En tal sentido, se viene incorporando la investigación científica a fin de que las prácticas pedagógico-deportivas conciban el rigor de otras ciencias.

La imperiosa e indiscutible exigencia de conceder valor científico a la pedagogía y la psicología en los procesos de enseñanza-aprendizaje y el entrenamiento deportivo, es lo que justifica el tratamiento del presente capítulo. El avance del pensamiento pedagógico y psicológico aún está en construcción, toda vez que, está distante del establecimiento de concepciones, teorías y leyes terminadas e irrefutables que puedan garantizar la eficiencia de la acción didáctica.

Los profesionales de la educación, actividad física y deporte (entrenadores-educadores marciales del Taekwondo), deben demostrar con fundamentos probados a partir de bases científicas su ejercicio en las clases y sesiones; caso contrario, se continuará con prácticas psicopedagógicas decadentes, dominantes, tradicionales, conductistas, pragmáticas o tóxicas que, hasta hoy, se evidencian en las instituciones deportivas y particularmente en centros donde se practica el Taekwondo. Los criterios iniciales sugieren varias interrogantes:

¿En qué modelos pedagógicos se basa la actividad educativa y deportiva de los maestros del Taekwondo?, ¿Qué tipo de hombre o sujeto (estudiante-deportista) se está formando?, ¿Hacia qué fines educativos y deportivos se proyecta a los practicantes?, ¿Con qué bases epistemológicas se promueve la generación de conocimientos y aprendizajes en los estudiantes/deportistas?, ¿Qué conceptos y fenómenos se producen en los procesos de enseñanza-aprendizaje y el entrenamiento del deporte y cuáles son los roles del pedagogo entrenador?.

Asimismo, ¿Cómo se conciben los temas, contenidos y fundamentos técnico-deportivos que se pretende aprendan los deportistas?, ¿Educar para el deporte o el deporte para educar?, ¿Qué tipo de estrategias y

procedimientos de evaluación se aplican, y a qué modelo pedagógico corresponden?, ¿Qué tipo de pedagogía orienta la función del maestro de Taekwondo y cuál es el rol de los estudiantes/deportistas?, ¿En qué teorías de la psicología educativa se gestiona la acción de docente-entrenador?, ¿Se considera las necesidades, intereses y objetivos que orientan las teorías de la psicología evolutiva, y en cuál de ellas se basa para promover el aprendizaje de los deportistas?

Como se puede deducir, no basta las buenas intenciones, iniciativas, saberes pedagógicos intuitivos y coraje de quien pretenda de manera apropiada educar, formar o preparar deportivamente a un grupo de niños/as, adolescentes y jóvenes taekwondoinos. Por el contrario, es importante señalar la necesidad del conocimiento y dominio al menos básico de paradigmas, enfoques, modelos, corrientes, tendencias, teorías e interpretaciones pedagógicas y psicológicas que pueden incorporarse en el proceso didáctico del Taekwondo.

En este sentido el capítulo I, pretende orientar la gestión pedagógica y didáctica del entrenador deportivo e implementar fundamentos teóricos-prácticos en el desempeño del Taekwondo. Por la complejidad de la temática, se aspira motivar al estudio de la diversidad en la literatura, a fin de ampliar y profundizar los conocimientos.

Al concluir el análisis del capítulo, usted estimado/a colega estará en capacidad de sustentar, con explicaciones teóricas válidas, por qué ejecuta una determinada actividad o acción didáctica. Finalmente, le invito cordialmente a dialogar con uno o varios colegas, entrenadores o monitores de Taekwondo, en torno a temas pedagógicos y psicológicos tratados en este capítulo y determinar juntamente con el/ellos, la necesidad de implementar dichos fundamentos teóricos en el entrenamiento con los taekwondoinos.

1.2. DIAGNÓSTICO. EXPERIENCIAS Y CONOCIMIENTOS PREVIOS

Distinguido(a) entrenador(a) de Taekwondo, el presente instrumento pretende conocer aspectos relacionados con las bases y nociones psicopedagógicas que orientan la actividad pedagógica y deportiva del Taekwondo.

En función del capítulo I, según el caso, sírvase seleccionar la respuesta que usted considere correcta o contestar de manera breve cada una de las preguntas que se plantean a continuación:

1. El cuestionario inicial que se propone ha sido diseñado para identificar el perfil pedagógico de los entrenadores de Taekwondo. Para cada una de las afirmaciones indique su grado de **Acuerdo** o **Desacuerdo**.

Responda marcando con una X al frente de los literales correspondientes a su respuesta. La escala propuesta es:

TA	Estoy en Total Acuerdo
A	Estoy de Acuerdo
D	Estoy en Desacuerdo
TD	Estoy en Total Desacuerdo

Nº	AFIRMACIONES	RESPUESTAS			
		TA	A	D	TD
1	Se debe crear un cierto clima de competitividad en el gimnasio, porque ello motiva mejorar a los deportistas.				
2	Creo que el mejor método es el que consigue alcanzar más objetivos en menos tiempo.				
3	En mi opinión, la disciplina en la clase es esencial para mantener una adecuada actividad de enseñanza.				
4	En mis clases, son los deportistas quienes definen y regulan la convivencia democrática.				
5	Creo que el conocimiento que se imparte en los gimnasios implica: relaciones de poder y recursos económicos y de control social.				
6	Mientras explico, incito a que mis deportistas me atiendan en silencio y con interés.				
7	Estoy convencido de que el conocimiento científico siempre es más útil para enseñar.				
8	Procuro que, en mis clases los deportistas estén continuamente activos u ocupados en algo.				
9	Creo que los deportistas son, en definitiva, los principales agentes de su propio aprendizaje.				
10	Con frecuencia suelo pensar que el fracaso deportivo es producto más de las clases sociales que de los métodos de enseñanza y entrenamiento.				
11	Estoy convencido de que, si a los deportistas no se les exige a aprender, ellos, por sí mismos, no aprenden.				
12	Opino que el entrenador debe ser capaz de controlar la enseñanza a través de una planificación técnica.				
13	Creo que la mejor manera, como los deportistas aprenden, es haciendo.				
14	En mis clases siempre selecciono los fundamentos técnicos deportivos y materiales, para trabajar según los objetivos que he propuesto y previa consulta entre todos en la clase.				
15	Creo que mientras existan diferentes clases sociales no puede haber auténtica igualdad de oportunidades en el deporte.				
16	Procuro que todos mis deportistas sigan el ritmo que yo marco para toda la sesión de entrenamiento.				
17	Realizo mis planificaciones primero: enunciando claramente los objetivos y luego, seleccionando contenidos, recursos y la evaluación.				
18	Creo que es necesario integrar la institución deportiva al medio social, solo así podremos preparar a los deportistas para la vida.				
19	Suelo tener en cuenta cuando evalúo, si los aprendizajes alcanzados por los deportistas van evolucionando durante el entrenamiento.				
20	Pienso que el currículo en la institución deportiva, responde y representa la ideología y cultura dominante.				

21	Creo que, si el entrenador sabe mantener la distancia, los deportistas lo respetan más y tendrán menos problemas de disciplina.				
22	Siempre he dicho que, para que una institución o club deportivo funcione de forma efectiva, hay que hacer una planificación sistemática y rigurosa.				
23	En mi opinión los deportistas aprenden mejor a través del ensayo-error.				
24	Suelo comprobar más el proceso de aprendizaje del deportista que los resultados finales.				
25	Pienso que la cultura que transmite la institución o club deportivo aumenta las diferencias sociales.				
26	Soy de la opinión de que la institución o club deportivo debe permanecer al margen de los problemas políticos e ideológicos.				
27	Me parece que la evaluación es el único indicador fiable de la enseñanza.				
28	Estoy convencido de que los deportistas cuando aprenden por experimentación no olvidan nunca.				
29	Mis objetivos deportivos siempre tienen en cuenta los intereses y necesidades expresados por los deportistas.				
30	Soy plenamente consciente de que la enseñanza contribuye a la selección, preservación y transmisión de valores explícitos u ocultos del sistema.				
31	Creo que los deportistas disfrutan más con una explicación y demostración mía que investigando o discutiendo en equipo.				
32	La declaración de objetivos operativos permite conocer con certeza lo que se espera alcanzar con la enseñanza.				
33	Creo que lo más importante de la enseñanza son las actividades que deben ejecutar los deportistas en el gimnasio y fuera de él.				
34	En general, suelo organizar mi enseñanza de manera que los deportistas elaboren su propio aprendizaje o conocimiento.				
35	Estoy convencido de que lo que se enseña en la institución o club deportivo debe oponerse al conocimiento oficial o a la cultura vigente.				

Adaptado a partir de (Villarreal, 2003).

Calificación: las respuestas TA tienen el valor de dos puntos y A un punto. Sume, transfiera esos valores a la tabla de la interpretación y luego sume los valores de cada columna. La columna de puntaje más alta corresponde a su modelo pedagógico.

Interpretación:

1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	

26	
31	

27	
32	

28	
33	

29	
34	

30	
35	

Totales:

TRADICIONAL	PRAGMÁTICO	NATURALISTA	CONSTRUCTIVISTA	CRÍTICO

2. A continuación, de las siguientes corrientes pedagógicas, según su criterio, ¿Cuál o cuáles considera que deben orientar el proceso de enseñanza deportiva del Taekwondo?

Naturalista	
Socio-crítica	
Tradicional	
Constructivista	
Pragmática	
Otra (¿Cuál?).....	

3. ¿Podría describir de manera breve, las características esenciales de la/s corriente/s pedagógicas señaladas en la pregunta anterior?

4. De los siguientes fundamentos epistemológicos, ¿En cuál o cuáles de ellos se sustenta su actividad de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento del Taekwondo?

Empirismo	
Racionalismo	
Existencialismo	
Constructivismo	
Interaccionismo	
Relativismo	
Materialismo dialéctico	
Otro (¿Cuál?).....	

5. Según su opinión, de las siguientes teorías de la psicología educativa, ¿Cuál o cuáles deben orientar la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo?

Cognoscitiva	
Conductista	
Contextual/Ecológica	
Otra (¿Cuál?).....	

6. ¿En cuál de las siguientes teorías de la psicología evolutiva se fundamenta para trabajar con los niños y adolescentes que practican Taekwondo?

Teoría del desarrollo psicosexual	
Teoría del desarrollo cognoscitivo	
Teoría del desarrollo psicosocial	
Teoría del desarrollo moral	
Teoría del desarrollo sociocultural	
Teoría conductista	
Teoría del aprendizaje social	
Teoría educativa de Wallon	
Teoría ecológica	
Otra (¿Cuál?).....	

7. Desde su experticia en la enseñanza del Taekwondo, ¿Cómo define a la pedagogía y a la psicología?

Pedagogía:

Psicología:

8. Partiendo de su conocimiento en el ámbito de la actividad física y el deporte como educador/entrenador, ¿Qué conceptos se relacionan con la pedagogía?

9. Desde su conocimiento y experiencia en el ámbito deportivo y social, ¿Qué conoce U d. de la pedagogía crítica en relación con el deporte y a la actividad física?

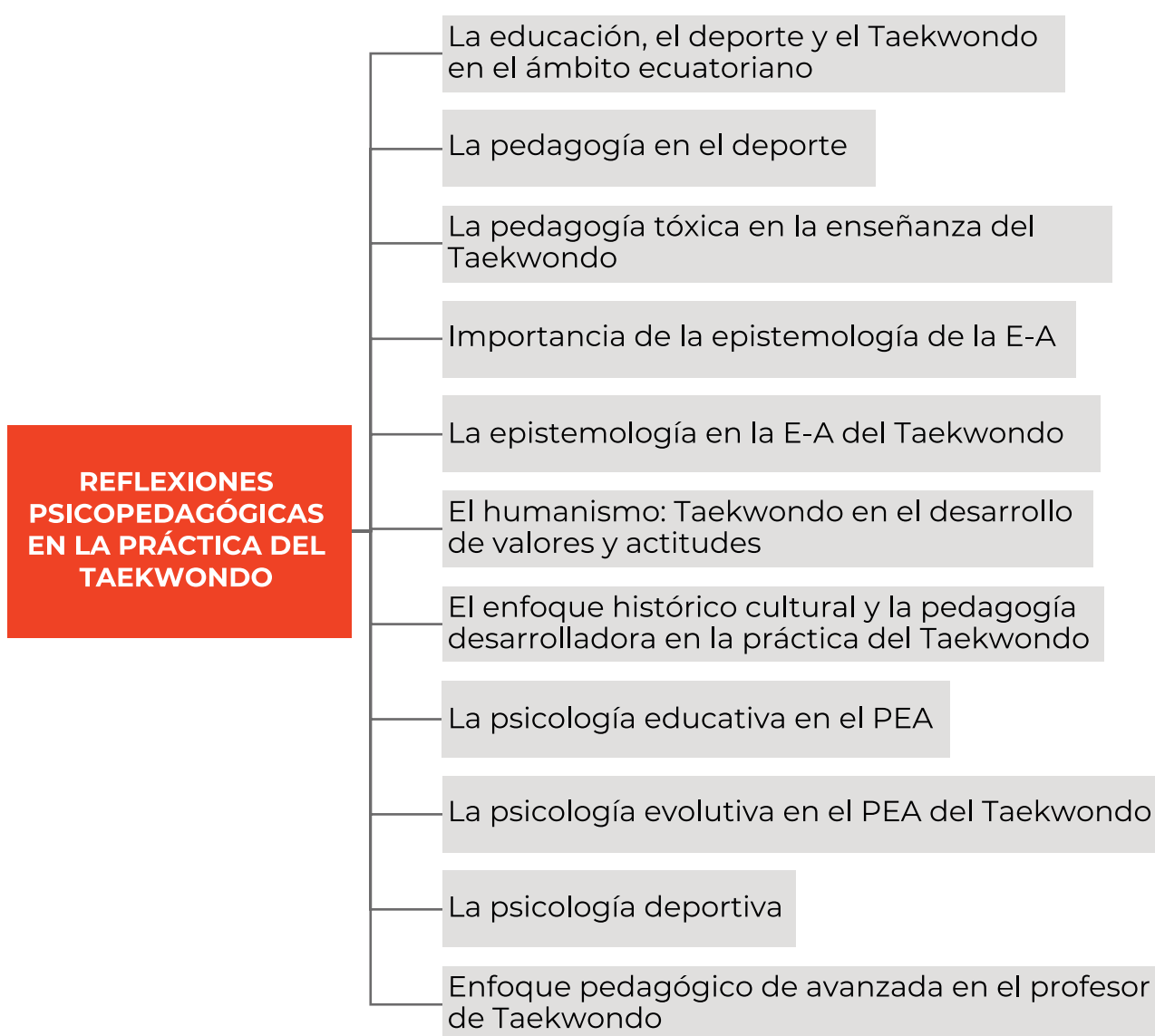
10. ¿Qué diferencias cree usted que existen entre “enseñar” y “transmitir conocimientos”?

11. ¿Cómo concebir al aprendizaje? ¿Cuándo diría usted que un estudiante/deportista ha aprendido algo?

1.3. EPÍTOME DEL CAPÍTULO

Figura 1.

Diagramación del contenido del capítulo I.



1.4. OBJETIVOS

1. Reconocer la importancia de los procesos enseñanza-aprendizaje y entrenamiento deportivo del Taekwondo desde una perspectiva científica, a partir del análisis y la reflexión de los temas de estudio, con el fin de sensibilizar sobre la necesidad de una permanente formación del maestro de la disciplina marcial.
2. Distinguir las concepciones esenciales de las corrientes y teorías pedagógicas y psicológicas a través del estudio teórico de los diferentes tratados, a fin de valorar su implementación en el proceso educativo, deportivo y formativo del Taekwondo.
3. Identificar las acciones didácticas que carecen de sustento científico, a través del autoanálisis o autorreflexión de las insuficiencias practicadas, para admitir el requerimiento de rectificar e implementar acciones psicopedagógicas en concordancia con los sustentos teóricos.
4. Establecer las ventajas de las nociones teóricas de la psicopedagogía, a partir del reconocimiento de su ausencia en el proceso educativo y deportivo para gestionar su implementación apropiada dentro del sistema deportivo del Taekwondo actual.
5. Reconocer las relaciones entre los fundamentos de la pedagogía crítica con el deporte y la actividad física, mediante el análisis del contenido para aportar al pensamiento crítico y reflexivo de los entrenadores de Taekwondo y profesionales de la actividad física.

1.5. DESARROLLO DEL CAPÍTULO

1.5.1. La educación, el deporte y el Taekwondo en el Ecuador

Pausa para la reflexión

¿Por qué asegurar que la educación y el deporte son vías que contribuyen a la formación integral de un individuo?

La educación es el proceso de facilitar el aprendizaje o la adquisición de conocimientos, así como habilidades, valores, creencias y hábitos. El proceso educativo se da a través de la investigación, el debate, la narración de cuentos, la discusión, la enseñanza, el ejemplo y la formación en general. La educación no solo se produce a través de la palabra, está presente en todas nuestras acciones, sentimientos y actitudes. Generalmente, se lleva a cabo bajo la dirección de las figuras de autoridad: los padres, los educadores (entrenadores o maestros) (Dogliotti, 2010).

La educación es un pilar fundamental para el desarrollo de cualquier sociedad actual, dado que un factor primordial en el progreso de un país

es la preparación de sus recursos humanos. En el ámbito ecuatoriano la educación, ha tenido un camino ascendente pero lleno de tropiezos que han ido fortaleciendo el sistema educativo del país. En la actualidad, el Sistema Educativo está expresado en tres documentos legales que son: la Constitución de la República del Ecuador, la Ley Orgánica de Educación Intercultural y la Ley Orgánica de Educación Superior.

El Sistema Educativo Ecuatoriano está dividido en dos grupos generales, los cuales se encuentran regulados por el Ministerio de Educación y por la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (Senescyt), siendo que el Ministerio de Educación se encarga de regular y reglamentar los niveles de educación inicial, básica general y bachillerato general unificado. Dejando a la Senescyt, la rectoría de la educación superior ecuatoriana.

La Constitución de la República del Ecuador vigente (2008), señala que el estado garantizará la gratuidad de la educación en todos los niveles. El mismo cuerpo legal pone de manifiesto que una parte de los ingresos fiscales debe destinarse para la inversión en educación.

Otro concepto fundamental es la educación integral, la cual es una filosofía educacional y forma constructivista basada en la premisa de que toda persona encuentra su identidad, el significado y sentido de su vida a través de nexos con la comunidad, el mundo natural y valores como la compasión y la paz (UNESCO, 2020). Se trata de una educación completa e integradora, que busca despertar una devoción intrínseca por la vida y la pasión por el aprendizaje.

Como se citó en Saneleuterio & López (2019) “La expresión educación integral, aunque puede interpretarse en sentidos muy variados, todos ellos incluyen el concepto de totalidad: la educación del hombre completo, de todas y cada una de sus facultades y dimensiones” (p. 31). Hace referencia a que la educación integral se encuentra básicamente vinculada a la esencia de la persona-sujeto de la educación.

Otros autores afirman que la educación engloba una serie de procesos y procedimientos que culminan en el perfeccionamiento de la persona, siendo que el término integral hace alusión a la idea de totalidad. Así, la educación integral se entendería como el desarrollo perfectivo del ser humano completo, en todas y cada una de sus dimensiones (física, intelectual, social, moral, religiosa).

Por lo tanto, la educación integral es un modelo de enseñanza que tiene como característica la integración de habilidades sociales, intelectuales, profesionales y humanas en el aprendizaje de los estudiantes. A través de este proceso educativo, ellos entran en contacto con un entorno dinámico de aprendizaje grupal, en el cual se promueve la toma de decisiones conscientes, la introspección personal, el autodescubrimiento y el respeto por las diferencias y culturas individuales. Esto se puede aplicar en el ámbito educativo convencional, así como también en los procesos de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento del Taekwondo.

Desde esta perspectiva, la educación es considerada un sistema vivo y en constante progreso y evolución. Los principios holísticos de: interdependencia, diversidad, totalidad, flujo, cambio, unidad, sostenibilidad, etc., están en la base

de este nuevo paradigma educativo, cuyo objetivo es la formación integral del ser humano.

La sociedad debe posibilitar a todas las personas la educación integral basada en el diálogo, uso responsable de la libertad, descubrimiento y desarrollo de las habilidades que tenemos, en la autonomía como capacidad autorreguladora de cada uno de nosotros, empatía hacia las otras personas, en definitiva, convertirnos en ciudadanos con sentimientos equilibrados y con la posibilidad de desarrollar nuestras competencias.

La educación desarrolla el deporte y la actividad física desde las instituciones establecidas para su desempeño por lo que resulta imprescindible desde la literatura manejar algunos conceptos e ideas sobre qué es el deporte.

Según el diccionario de la Real Academia Española (2022), el deporte es una actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas. Antúnez (2020) lo define como una actividad, normalmente de carácter competitivo, que puede mejorar la condición física. Por otra parte, la Carta Europea del Deporte (2021) lo define como: Todas las formas de actividades físicas que mediante una participación organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición de todos los niveles. Sin importar la definición exacta, para los autores, el deporte forma parte de la sociedad actual y genera pasión y euforia tanto en quienes lo practican, enseñan y/o solo los espectan.

Institucionalmente, para que una actividad sea considerada deporte, debe estar evaluada por estructuras administrativas y de control que se encargan de reglamentarlo (las organizaciones deportivas). El hecho de que alguna actividad no esté reconocida institucionalmente como deporte, no impide que pueda estarlo popularmente, como ocurre con el deporte rural o con los deportes alternativos o tradicionales.

La mayoría de las definiciones de deporte lo definen como actividad física, pero existen actividades de bajo o nulo ejercicio físico que son consideradas como deportes por asociaciones como el Comité Olímpico Internacional (COI), por ejemplo: el ajedrez, el tiro deportivo y los deportes electrónicos, por pensarse que la concentración y habilidades mentales necesarias para destacar en ellas, requieren una buena forma física. Por el contrario, existen actividades físicas extenuantes que no son un deporte, como el crossfit y la calistenia, por no cumplir con otros elementos de la definición.

Así mismo, de acuerdo con el COI (2020), la práctica del deporte es un derecho humano, y uno de los principios fundamentales del Olimpismo es que toda persona debe tener la posibilidad de practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y dentro del espíritu olímpico, que exige comprensión mutua, solidaridad y espíritu de amistad y de juego limpio.

La historia del deporte ecuatoriano resalta la decisión de añadir a su cultura el ámbito deportivo. Cuyo sentido excepcional de competencia se ha convertido en un eje muy diverso, incluyendo disciplinas de diferentes orígenes del mundo entero. El historial deportivo da a conocer cada una de las oportunidades, resultados y logros que han tenido los atletas del país.

En la actualidad, el órgano rector y planificador del deporte, educación física y recreación, y que cuenta con autonomía administrativa y financiera

es el Ministerio del Deporte de la República del Ecuador, dejando al COE, la coordinación de las actividades olímpicas en el país.

La estructura del deporte ecuatoriano es la siguiente: Ministerio del Deporte en el primer lugar, luego se ubica en el Consejo Nacional de Deportes y a continuación los siguientes organismos: Comité Olímpico Ecuatoriano, Federación Deportiva Nacional del Ecuador (FEDENADOR), federaciones ecuatorianas por deporte y asociaciones provinciales por deportes, federaciones deportivas provinciales, ligas deportivas cantonales, ligas barriales, ligas parroquiales y clubes deportivos (Ministerio del Deporte, 2022). A pesar de que los clubes están en último lugar jerárquico, estos constituyen la principal organización deportiva, ya que, sin su existencia, ninguna de las demás instancias tendría razón de ser.

En lo que respecta al Taekwondo, el organismo encargado de su regulación es la Federación Ecuatoriana de Taekwondo que trabaja de la mano con las federaciones deportivas provinciales y con los diferentes clubes a nivel nacional.

Del desarrollo evolutivo del Taekwondo en el Ecuador, solo se tiene breve información sobre momentos destacados por ejemplo, Carvajal (2020) menciona que la Federación Mundial de Taekwondo (WTF por sus siglas en inglés), por un tema de masificación en los países americanos en 1982, organizó un campeonato mundial en la ciudad de Guayaquil en la cual los ecuatorianos José Cedeño Barre y Duvan Cangá obtuvieron por primera vez en su historia, las medallas de oro y plata respectivamente, además, el País se ubicó en segundo lugar por equipos.

Dentro de la historia se debe recalcar que las raíces del Taekwondo ecuatoriano han causado impacto en el Taekwondo actual, este ha sido tanto positivo como negativo. En lo positivo se debe destacar, la formación de valores que ha causado un impacto social y en lo negativo se debe mencionar que, actualmente, existe un escaso desarrollo del Taekwondo ecuatoriano en comparación con los años 1970 a 1990 (Guapi, 2021).

Se puede observar falta de políticas de estado con relación al deporte, el escaso apoyo económico por parte de las autoridades deportivas del país ha impactado en el Taekwondo ecuatoriano y ha jugado un papel fundamental en la poca preparación y participación de los deportistas en eventos internacionales. Sin embargo, a pesar del escaso presupuesto se ha podido mantener la actividad deportiva, además, se llevan a cabo diferentes eventos provinciales, nacionales e internacionales, con la posibilidad de que los deportistas de la selección ecuatoriana de Taekwondo pudieran desplazarse a otros países para participar en competencias a nivel bolivariano, sudamericano, panamericano y mundial.

1.5.2. La pedagogía en el deporte

Pausa para la reflexión

¿Por qué la pedagogía es una ciencia tan importante en los procesos de enseñanza-aprendizaje y del entrenamiento de Taekwondo?, ¿Cuál o cuáles modelos pedagógicos deben predominar la práctica del Taekwondo?

La pedagogía deportiva es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del educando-deportista, a través del desarrollo de las capacidades físico-funcionales y cognitivas (intelectuales), además de las habilidades motrices deportivas, influyendo igualmente de manera positiva en la conducta social de éste (Irala, 2018). Sus principales funciones son las siguientes:

- Programar de manera objetiva la metodología del entrenamiento deportivo.
- Estudiar los procesos de enseñanza y formación.
- Influir de manera positiva en la conducta social del individuo acorde a su desarrollo.
- Brindar conocimientos y experiencias y permitir la reflexión crítica positiva.
- Permitir la toma de decisiones que cambian la vida de los deportistas.
- Establecer las bases teóricas para la práctica educativa de las actividades físicas.
- Contribuir al desarrollo de la persona y al enriquecimiento de su vida.
- Orientar el trabajo en función de las características de cada deportista.
- Influir en los educandos para que exista una constante autocrítica.
- Asignar responsabilidades.
- Trabajar la parte emocional/actitud del deportista, impulsándolo a obtener mejores resultados.
- Reforzar la satisfacción por la tarea cumplida.
- La educación a través del reconocimiento y rectificación de los errores.

La pedagogía deportiva presenta de forma autónoma los fundamentos teóricos del trabajo educativo y su forma de vida en la conexión de la cultura física, la manifestación particular del hecho educativo en los procesos de iniciación, formación, desarrollo y rendimiento del deporte. De esta ciencia se derivan disciplinas científicas especializadas como la teoría y metodología de la educación física y el entrenamiento deportivo.

El pedagogo deportivo es el profesional con formación académica y científica en las áreas de las ciencias psicopedagógicas, especializado en una actividad o disciplina deportiva (Rey et al., 2012), cuyo papel se centra en no abandonar las acciones educativas, encauzándolas en el desarrollo, transformación y educación del deportista.

La pedagogía deportiva analiza los modelos pedagógicos como elementos esenciales en el desarrollo de la educación, plantean un conjunto de habilidades idóneas que debe poseer un individuo-atleta en sociedad, se centran en la relación maestro entrenador y deportista, buscan la formación y educación de seres humanos talentosos e integrales (Gómez-Contreras et al., 2019). Los modelos pedagógicos son la representación del conjunto de relaciones que permiten explicar un fenómeno concreto, en este caso el aprendizaje deportivo. Nos permite elaborar una serie de pautas que nos lleven

a educar y potenciar determinados aspectos en función del tipo de modelo elegido.

Un modelo educativo está relacionado con la práctica e implementación educativa en un determinado contexto. Toda actividad científica o social en este caso la práctica educativa (modelo educativo), sigue ciertos parámetros de interpretación y reflexión de la realidad educativa dentro del modelo pedagógico (Sarmiento, 2014).

En definitiva, los modelos pedagógicos son formas de estructurar el proceso de aprendizaje y enseñanza deportiva, respondiendo a unas pautas/dimensiones marcadas, que se centran en potenciar determinados aspectos en los educandos-deportistas. Existen 5 modelos pedagógicos que se basan en diferentes contenidos, formas de evaluar y actividades para potenciar los conocimientos y valores diferentes en estudiantes/deportistas, como se observa en la tabla 1. Tal vez el análisis de dichos modelos esté muy trillado o resulte tedioso, sin embargo, resulta necesario revisar las características de las concepciones con las cuales se está trabajando y cuáles deberían ser las posibles alternativas para innovar los procesos educativos en la enseñanza/entrenamiento deportivo del Taekwondo.

Tabla 1.

Categorías de los modelos pedagógicos.

Categorías	Tradicional	Conductista	Naturalista	Constructivista	Crítico
Concepto de hombre	Ser que trasciende a Dios	Sujeto productor y consumidor	Ser humano es una totalidad: tiende a la auto-realización	Ser activo que incide en su medio	Ser natural, histórico, social que interactúa con la realidad para transformarla
Fin de la educación	Ideologizar al alumno para adaptarlo a la sociedad	Instruir, capacitar, moldear conductas	Educación integral, desarrollo de las potencialidades y autorealización del ser humano	Desarrollo de las capacidades cognitivas para incidir de manera efectiva en los ambientes laborales y sociales	Formación integral de la personalidad para ponerla al servicio
Epistemológico	Empirismo (tabula rasa)	Empirismo	Existencialismo, fenomenología	Constructivismo, interaccionismo, relativismo	Materialismo dialéctico
Aprendizaje	Se aprende por simple repetición	Es producto de los reflejos condicionados	Aprendizaje significativo cuando se involucra a la persona humana en su totalidad y se desenvuelve de manera vivencial y experimental	Proceso de construcción, modificación, ampliación, diversificación de esquemas mentales de conocimiento	Actividad social de producción y reproducción de conocimientos

Contenidos	Conjunto de conocimientos y valores acumulados por las generaciones adultas que se transmiten a los alumnos como verdades absolutas.	Enseñanza de contenidos prácticos, instrumentales útiles para la producción y adaptación a las estructuras vigentes. Destrezas y competencias observables	Surgen de las necesidades evolutivas de los niños y adolescentes. No existen asignaturas	Los contenidos disciplinares son considerados como medios para el desarrollo de capacidades cognitivas	Los contenidos son los problemas de la realidad estudiados
Métodos	Transmisión verbal del conocimiento, memorización y repetición de conocimientos	Expositivo, modelar y condicionar conductas	Experiencias globalizadoras, centros de interés	Experiencias que contribuyan a la construcción del conocimiento	Investigación, proyectos, talleres, que permiten la participación conjunta de profesor-alumno
Evaluación	Reproducción de conocimientos, evaluación de productos, calificación, promociones	Demostración de conductas operativas, repetición de conocimientos	Autoevaluación y autocrítica, toma de conciencia del mejoramiento personal alcanzado	Comprobación de las destrezas cognitivas alcanzadas en base a los contenidos	Evaluación grupal,
Rol docente	Instructor, autoritario, disciplinador, calificador	Instructor, condicionador y reforzador de conductas	Propiciador de experiencias para el autoconocimiento y la autorrealización del educando. Facilitador de las tendencias autoconstructivas del alumno	Facilitador de la construcción del conocimiento y el desarrollo del proceso cognitivos superiores	Creador de ambientes de aprendizaje reflexivo y crítico, mediador entre el conocimiento y el alumno
Rol estudiante	Sujeto pasivo, sumiso, dependiente, memorista	Sujeto pasivo, moldeado por técnicas de enseñanza	Persona libre que participa espontáneamente en las experiencias educativas o cotidianas	Sujeto activo, quien construye su propio conocimiento, de acuerdo con su madurez y el estadio de desarrollo	Sujeto activo que participa de manera reflexiva y responsable en el trabajo investigativo, en proyectos en temas de estudio

1.5.2.1. Modelo tradicional

Este modelo concibe al estudiante como un ser pasivo, receptor pasivo del conocimiento y objeto de la acción del instructor. El conocimiento se considera como algo que ya está dado y determinado por un sabedor exclusivo (Vives, 2016). En su forma más clásica, este modelo enfatiza en el papel de la educación para moldear a los sujetos a través de la voluntad, la virtud, la disciplina y la ética.

El enfoque tradicional de enseñanza en educación física y deportes, por años se ha caracterizado por un modelo conductista, centrando la enseñanza en el profesor, calentamiento dirigido, aplicación de test de rendimiento físico, hasta mal uso de silbato durante toda la clase para mantener la conducta de sus alumnos.

Habitualmente, el deporte ha sido abordado mediante un modelo de enseñanza tradicional que ha desvirtuado el aprendizaje de las habilidades deportivas por medio de situaciones analíticas con predominio técnico, generando deportistas con escaso bagaje motriz, con desconocimiento de las reglas del juego, con poco compromiso y con elevados niveles de desmotivación y en consecuencia, deserción temprana en la práctica deportiva (Burgueño et al., 2017).

En síntesis, las metas educativas que propone el modelo pedagógico tradicional están centradas en un humanismo de tipo religioso que enfatiza la formación del carácter. La relación entrenador-deportistas puede ser calificada como autoritaria-vertical. El método se fundamenta en el transmisionismo de conocimientos de un deporte por medio del ejemplo y la memoria mecánica. El aprendizaje, por lo tanto, es logrado con base en la memorización, la repetición y la ejercitación, fomentando demasiado el formalismo y no tomando en cuenta el desarrollo social, intelectual y emocional del deportista.

1.5.2.2. Modelo pragmático o conductista

Diferentes autores y expertos en el tema definen al paradigma conductista, como un esquema formal de organización en el cual se plantea cómo la conducta de un organismo puede ser explicada a través de diversas causas ambientales, sin tener que tomar en cuenta los procesos mentales internos, estas conductas son observables, medibles y cuantificables (Posso et al., 2020). El autor Burrhus Frederic Skinner define que para el conductismo el objeto de estudio no es la conciencia, sino las relaciones que se forman entre los estímulos y las respuestas que dan origen a nuevas conductas y comportamientos observables. Asimismo, enfatiza que, por ser una rama de la psicología, se basa en la observación de la conducta y el análisis de esta.

En este sentido, el paradigma conductista en la educación y deporte se fundamenta específicamente en llevar un proceso de aprendizaje acompañado de estímulos y refuerzos para así obtener respuestas positivas por parte del deportista, es decir siempre maneja una estructura rígida de aprendizaje para luego ser medible, cuantificada.

Los que tienen una orientación conductual consideran que los determinantes principales de la conducta de un deportista o practicante

de ejercicio físico proceden del entorno. Lo considera un ente pasivo, otorgándole una importancia relativa a los pensamientos y a la personalidad o las percepciones: en lugar de ello, el centro de atención está en la forma en que los factores del ambiente, especialmente el refuerzo y el castigo, influyen en la conducta (Ossorio y Fernández, 2011).

Para Giraldez y Buceta (2005), "la enseñanza de la técnica y de la táctica se ha realizado bajo las pautas conductistas, tanto en los deportes individuales como en los de equipo. Aunque, según se ha demostrado, de modo incorrecto, pues las condiciones de competición de los deportes colectivos son diametralmente distintas a las de otros deportes"(p. 12). De esta manera, se puede asumir que este modelo está desfasado y ya no es eficiente en la actualidad.

1.5.2.3. Modelo naturalista o humanista

Según Jean-Jacques Rousseau (1712-1778), este modelo se fundamenta en las potencialidades que posee internamente el sujeto. Esta fuerza, que emana del interior, es la que le permite al alumno asimilar el conocimiento. Se respeta y se valora el desarrollo espontáneo del alumno a través de sus experiencias vitales y su deseo de aprender; pues de otra forma poco a poco el desarrollo de su inteligencia se irá disminuyendo, igual que la persona a la que todo le hacen, (visten, calzan, alimentan), terminará por perder el uso de sus extremidades, citado por (Garófalo, 2016). La pedagogía naturalista surge del modelo pedagógico romántico, el cual sostiene que el contenido más importante del desarrollo del estudiante es lo que procede de su interior y, por consiguiente, el centro, el eje de la educación es el interior del estudiante.

La educación naturalista tiene como objetivo el desarrollo personal del alumno y un mayor desenvolvimiento en las áreas del conocimiento procurando la aproximación a la perfección por parte de este. Para este modelo pedagógico, los conocimientos impuestos desde el exterior en los planes y programas definidos sin consultar a los estudiantes atentan contra su libertad y su individualidad -dos valores fundamentales para este modelo. Este modelo pedagógico puede resultar especialmente útil por basarse en la experiencia y gustos de los propios estudiantes y por centrarse en una única forma de aprender muy diferente a lo tradicional, y es que aquí no se aprende estudiando, sino haciendo.

En el ámbito deportivo, este modelo se configura como una teoría verdaderamente humanista, aquí no se presentan contradicciones, consolidándose sin lugar a duda, en la síntesis más acabada del discurso humanista de la educación físico-deportiva. Discurso que permanentemente se va reconvirtiendo, lo que le posibilita cierto grado de movilidad y flexibilidad, que a su vez le permite la continua legitimación de sus contenidos y, en consecuencia, la permanente hegemonía en el campo de la enseñanza deportiva (Hours y De Marziani, 2015). De esta manera, el modelo naturalista se reafirma en el deporte a partir de la construcción de una teoría con basamento humanista que posibilita establecer el ideal pedagógico del deporte como vehículo facilitador y estimulante de los valores humanos.

1.5.2.4. Modelo constructivista

En el modelo pedagógico constructivista se señala que un sujeto de aprendizaje pasa de ser inactivo a activo cuando compara conocimientos previos con los nuevos así, lo anterior se da cuando un sujeto-deportista investiga o ejecuta con autonomía una determinada tarea, permitiendo incorporar constructos teóricos y experimentales (Berni y Olivero, 2019).

Esto significa que el constructivismo viabiliza la aprehensión de los saberes por parte del deportista sin necesariamente la presencia de un entrenador, aunque si es acompañado por alguien que sea capaz de mediar el proceso, beneficiaría al sujeto que aprende; sin embargo, muy a pesar de contar con el acompañamiento, la persona es capaz de autogestionar sus propios aprendizajes en cualquier circunstancia y sobre un objeto determinado, siendo esto beneficioso para el deportista, ya que la asimilación no solo incluso se puede generar por los ojos o con la práctica de algo, sino más bien se puede generar por medio de todos los sentidos.

El constructivismo hace evidentes ciertos principios, Henao y Zapata (2001), consideran que: “el papel activo del alumno en la construcción de significados, la importancia de la interacción social en el aprendizaje y la solución de problemas en contextos auténticos o reales” (p. 16). Para la aplicación del constructivismo como modelo pedagógico en los procesos de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento, es imprescindible que el sujeto de aprendizaje evidencie un papel activo en la construcción de su conocimiento, además de ser capaz de resolver problemas reales en su contexto (Ordoñez-Ocampos et al., 2020). Lo que implica que el deportista juega el rol protagónico constituyéndose en el centro del proceso de la acción de educar a través del deporte.

El constructivismo aporta significativamente en el desarrollo del deporte, los principales autores del modelo hacen referencia al proceso cognitivo que se desarrolla y que permite la adquisición de un aprendizaje, ante ello, se proponen y se sustentan acciones teóricas aplicadas a la realidad cotidiana de la actividad deportiva (Macías y Barzaga, 2019). El modelo constructivista ha desarrollado dos variantes:

- El modelo constructivista horizontal: Tiene como principal característica la transferencia de principios similares entre unos deportes y otros, por lo que deportes con una lógica interna similar, pueden asimilar conceptos tácticos comunes (Tatis y Gracia, 2015). Normalmente, en una primera etapa, estos deportes no se deben de presentar de una manera muy compleja, modificando varios aspectos (número de jugadores, dimensión del terreno de juego, entre otros.), para que los deportistas puedan comprenderlos de una manera más sencilla.
- El modelo constructivista vertical: La diferencia de este modelo con el anterior recae en el tratamiento de una sola modalidad deportiva. Podemos decir, que en este modelo el jugador se va especializando en los elementos o medios técnico-tácticos de dicha modalidad deportiva, pero siempre desde un punto de vista constructivo (Tatis y Gracia, 2015).

En pocas palabras, de lo que se trata es de inducir, de manera paralela a la práctica, procesos de percepción, exploración, análisis y reflexión que vayan familiarizando a los deportistas con los aspectos estratégicos de la actividad deportiva planteada y con la búsqueda de soluciones a los problemas que surgen durante la práctica.

1.5.2.5. Modelo sociocrítico

El modelo pedagógico crítico es una propuesta alternativa de solución del problema científico planteado cuya estructura está constituida por los siguientes componentes: postulados, leyes, conceptos didácticos y estrategias de enseñanza aprendizaje, razón por la cual se considera un aporte teórico conceptual y metodológico de utilidad institucional y social (Mendoza, 2014). Se fundamenta en la crítica social con un marcador de carácter autorreflexivo, considera que el aprendizaje se construye por intereses que parten de las necesidades de los grupos, pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano, desde la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social.

De acuerdo con Alvarado y García (2008), el modelo crítico tiene como eje principal la reflexión de los protagonistas del proceso educativo que surgen desde las necesidades, basado en que la sociedad se construye y transforma a sí misma, solo de este modo las sociedades son capaces de emanciparse y auto liberarse. El objetivo de la pedagogía crítica es la emancipación de la opresión a través de la conciencia crítica, idea acuñada en el término portugués “conscientização” (Montagud, 2020). Cuando se consigue este objetivo, la conciencia crítica motiva a los individuos a producir un cambio en su sociedad, a través de la crítica social como acción teórica y la acción política como acción práctica.

La enseñanza crítica del deporte es un proceso que implica desarmar la enseñanza tradicional del deporte, reducida a etapas evolutivas (iniciación-especialización-alto rendimiento), reducida a miradas institucionalizadas (formal-no formal, escolar-territorial, u otras), reducida a la lógica interna (lo que pasa adentro de la cancha). Al tomar al deporte como arena pública en la enseñanza se diluyen las fronteras, y el deporte pasa a ser analizado como un hecho social. Ya no con obturaciones tecnicistas, humanistas, biologicistas o evolucionistas, sino que todo eso se interpreta con una perspectiva crítica de la sociedad y del cuerpo (Quiroga et al., 2019).

Por ende, se construye una nueva agenda para la enseñanza del deporte a partir de la conjunción de un programa social (mediático, político, cultural) y un programa disciplinar tradicional (técnica-táctica y reglamentos), con límites borrosos o, mejor dicho, inexistentes, con la pretensión de edificar nuevas formas de pensar, sentir y hacer enseñanza del deporte.

Descubrimientos científicos en los diferentes campos del saber humano, particularmente en la educación física y el deporte, han posibilitado significativos avances tecnológicos en las diferentes esferas de vida del hombre sobre todo en el siglo XX, el cual marcó un despliegue vertiginoso de la ciencia y la tecnología. Hoy la sociedad del conocimiento y las diversas tendencias de técnicas de información y comunicación, se caracterizan por la ingeniería

genética, telecomunicaciones, cibernética, robótica y nanotecnología las que marcan el nuevo horizonte de consumismo y comercio de diversos requerimientos a todos los niveles que imponen las comunidades científicas hegemónicas.

La pedagogía crítica permite reflexionar de cómo la actividad física y el deporte han evolucionado en el devenir de los tiempos desde el período de las artes, improvisación, empirismo, precientífico, científico, tecnológico, del marketing hasta llegar al profesionalismo y comercialización de todo tipo de conocimiento, técnica y tecnología.

Como en la mayoría de los deportes, el Taekwondo no está exento de este fenómeno, se ha evidenciado la evolución de diversos sistemas de entrenamiento, en laboratorios, con variados, modernos e innovadores insumos tecnológicos de última generación buscan mejorar los resultados y rendimiento deportivo. No obstante, en estos procesos, aunque no se puede generalizar, se busca la maestría deportiva en edades tempranas, las reglas de competición promueven el campeonismo infantil a nivel de eventos mundiales, panamericanos, etc.

Como se puede constatar, mientras se actualizan frecuentemente las reglas de competencia, se observa el sometimiento a la comercialización de los múltiples materiales de competición, esto es en clubes, asociaciones, federaciones nacionales en todos los países donde se practica el Taekwondo. El consumismo de todo tipo de material utilizados en el entrenamiento y competencias oficiales como: Uniforme o dobok para combate y formas, peto electrónico con sensores, monitor, protector de antebrazo, coquilla para hombre y mujer, empeinera, cabezal o casco, guantines, paletas, protector bucal, piso de goma o tatami, manoplas, escudos, bolsos, entre otros.

Como antítesis a esta problemática, se plantea la práctica del Taekwondo con enfoque educativo, de salud y rendimiento para el desarrollo de una sociedad cada vez más exigente de logros y resultados.

La pedagogía crítica permite reflexionar por ejemplo, cómo la “filosofía” de las artes marciales mixtas se ha deformado en comparación a la verdadera filosofía de un arte marcial como el Taekwondo que va más allá de un evento sensacionalista como de la época romana de los gladiadores; en contraste a ello, el Taekwondo busca y contribuye a la formación integral del ser humano, a la adquisición de aprendizajes cognitivos (conocimientos), aprendizajes procedimentales (habilidades y destrezas prácticas) y aprendizajes actitudinales (al cultivo de valores y actitudes).

Por otro lado, por doquier en las redes sociales se interpreta y evidencia cómo niños/as se muestran como verdaderas máquinas de golpear, combatir y destruir; son sometidos a rigurosos procesos de entrenamiento y sobre entrenamiento para pretender lograr la ansiada medalla mundial u olímpica, tan deseada por los mismos padres de familia y entrenadores.

A diferencia de lo expuesto, en esta edad se debe trabajar la lateralidad, orientación espaciotemporal, psicomotricidad fina y gruesa, coordinación, equilibrio, habilidades psicomotrices básicas e inteligencias múltiples para la iniciación deportiva; con esas bases, los niños/as sin duda serán a futuro adolescentes y jóvenes campeones del Taekwondo y de la vida.

En la formación de los taekwondoinos, el profesional de las artes marciales y del Taekwondo, debe respetar los avances de la ciencia, por ejemplo, la psicología, las edades evolutivas donde se trabaje a partir de los intereses, objetivos y necesidades que tienen los niños a determinadas edades. En este periodo también los niños/as aspirarán jugar con sus muñecas y juguetes. Lo más importante a edades tempranas es no formar niños campeones, sino formarlos en todas sus dimensiones cognitivas, psicomotrices, valores y actitudes respetando los fundamentos científicos de las ciencias del deporte (filosóficos, pedagógicos, psicológicos, didácticos, sociológicos, biomecánica, teoría y metodología del entrenamiento deportivo...). Siendo así, al final no solo se formará verdaderos competidores, sino excelentes seres humanos como hijos, estudiantes, deportistas, futuros profesionales, padres y ciudadanos responsables.

1.5.3. Pedagogía tóxica en la enseñanza del Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué afirmar que en el proceso enseñanza-aprendizaje PEA y entrenamiento del TKD se evidencia la pedagogía tradicional y conductista (pedagogía tóxica)? ¿En qué medida el comportamiento pedagógico de los entrenadores es conductista o tóxico?

La pedagogía tóxica es aquella que se basa en los modelos memorísticos de enseñanza y aprendizaje. Se produce cuando el profesorado trata de enseñar al alumnado un tema determinado sin posibilidad de réplica. Lo que dice el profesor es la verdad absoluta, y eso debe ser memorizado y plasmado en las tareas y exámenes (Quicios, 2018). Los educadores Robinson (2006) y Acaso (2009) describieron a este tipo de pedagogía y la caracterizaron de la siguiente forma:

- Profesores depositan respuestas “datos” en los cerebros de estudiantes.
- Estudiantes importan el conocimiento, incapaces de generar conocimiento propio.
- Estudiantes se alimentan con un festín de datos que deben memorizar.
- Estudiantes entrenados para reproducir conocimiento.
- Débil formación, motivación, creatividad, reflexión, autonomía.
- Muerte de pensamiento, estudiantes desmotivados.
- Cultura dominante, domesticadora, pacificadora.

Este modelo de enseñanza puede trasladarse al ambiente deportivo en el que los entrenadores son la máxima autoridad y no permiten la participación de los deportistas, utilizan modelos tradicionales que evitan la formación integral.

Antecedentes teóricos e investigativos de los deportes de combate en la fase de iniciación, demuestran que el proceso enseñanza aprendizaje se fundamenta básicamente sobre concepciones tradicionales que desvirtúan los enfoques contemporáneos, se atribuye a una fuerte resistencia al cambio o al desconocimiento de nuevas y novedosas alternativas que permiten reformular el predominio de la directividad en la enseñanza, la limitada contextualización

y el rol preponderante y enciclopedista del entrenador (Guillen-Pereira et al., 2018).

El autor Copello (2013) señala que la actuación de los profesores en este grupo de deportes excede los modelos teóricos vigentes, destaca que, al cambiar la base teórica metodológica, como resultado del vertiginoso desarrollo que muestra el deporte mediante la implementación de nuevos y novedosos instrumentos a favor del entorno del espectáculo, se genera la necesidad de actualizar las metodologías y el soporte que las sustentan.

Desde esta perspectiva el modo actual de dirección del entrenamiento en los deportes de combate, propicia un gran compromiso de los atletas con el resultado y una elevada disposición hacia la competencia, pero muy baja cultura para utilizar convenientemente los recursos disponibles, lo que conduce contradictoriamente a un uso exagerado de la condición física y una alta dependencia de las orientaciones del entrenador, aparejada a la incapacidad para tomar las decisiones necesarias en las diferentes situaciones.

Un estudio del año 2020 determinó las falencias de los entrenadores de Taekwondo en el proceso de enseñanza aprendizaje, partiendo de las observaciones realizadas, la revisión de documentos y experiencia de los autores de la investigación (Briñones et al., 2021). Esto permitió constatar las siguientes limitaciones:

- El análisis e interpretación de la información dada por los entrenadores a los deportistas, no está en correspondencia con los problemas de ajustes técnicos.
- La integración y transferencia de una postura a otra no se diferencian para resolver problemas en la conducta motriz de las mismas.
- La solución en las correcciones de los entrenadores desde sus posiciones reflexivas no es argumentada.
- Los entrenadores le dan más importancia al resultado de la habilidad técnica que al proceso.
- En el desarrollo de las clases, no se logra una demostración clara y convincente de los elementos técnicos a desarrollar teniendo en cuenta el cuándo, cómo, por qué y para qué de la ejecución de la técnica.
- No se emplea una metodología sustentada en indicaciones e indicadores que permitan la adecuada enseñanza y perfeccionamiento de la técnica.
- Las clases planificadas no poseen variaciones didácticas que activen el proceso de enseñanza de las técnicas básicas.

El estudio de estos elementos evidencia la existencia de dificultades pedagógico-didácticas que limitan el proceso deportivo, siendo un problema para resolver. De igual forma, los entrenadores carecen de sustentos científicos, capaces de respaldar desde una perspectiva didáctica el tratamiento metodológico para la enseñanza y la utilidad de los elementos técnicos en las diferentes categorías, por lo que se puede asegurar que los entrenadores no cuentan con el material teórico metodológico necesario para el perfeccionamiento de la planificación del proceso entrenamiento (Martínez et al., 2021).

A pesar de las limitaciones que los entrenadores presentan en el proceso de enseñanza aprendizaje, varios autores han propuesto nuevas metodologías de enseñanza de este deporte, que terminen con los modelos tradicionales y

puedan dejar de lado el concepto de pedagogía tóxica en sus entrenamientos, entre ellas se pueden citar:

- La caracterización técnico-táctica de la competición de combate de alto nivel en Taekwondo de González (2011).
- Ejercicios específicos para la enseñanza de las técnicas de piernas en el deporte Taekwondo Alvarado (2010).
- Metodología para favorecer la enseñanza aprendizaje de la técnica de pateo mondolyo dwit furio chagui en los taekwondoinos de la categoría 9-10 años de Rodríguez et al. (2020).
- Consideraciones metodológicas relacionadas con la enseñanza y perfeccionamiento de la técnica. Dollyo de González et al. (2020).
- Metodología para la enseñanza de la técnica yop chagui en niños que inician la práctica del Taekwondo de Briñones y Benítez (2013).
- La gestión del aprendizaje y el desempeño técnico-táctico del taekwondoin escolar de Morales (2014).
- Metodología para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de los elementos técnicos-tácticos en los deportes de combate de Guillén et al. (2018) entre otras.

Estas temáticas centran fundamentalmente aspectos relacionados con el perfeccionamiento de la técnica y la aplicación de ejercicios especiales, para la enseñanza del Taekwondo, no obstante, han servido de basamento teórico para la detección de algunas debilidades en el tratamiento metodológico de esta disciplina.

Los autores consideran que el entrenador debe transformar el entorno del aprendizaje en una fuerza motriz para su potenciación en función de orientar una buena enseñanza y guiar al practicante a aprender (Martínez et al., 2021). Los modelos didácticos alternativos propuestos por los autores antes mencionados pretenden facilitar información valiosa y actualizada al entrenador, así como desarrollar habilidades técnicas y tácticas.

El entrenador innovador/creativo, por su naturaleza, apunta hacia la dinámica del proceso que pueden contribuir a solucionar el problema planteado y que se concreta en los conocimientos didácticos, metodológicos, habilidades y capacidades para emplear métodos, procedimientos, formas organizativas y sesiones activas, en función del diseño didáctico para la planificación.

1.5.4. Importancia de la epistemología en la enseñanza-aprendizaje

Pausa para la reflexión

¿Por qué es necesario que los profesores/entrenadores de TKD comprendan cómo se produce el conocimiento y aprendizaje en los estudiantes/deportistas?

La epistemología en la educación juega un papel muy importante, se constituye “como la rama de la filosofía que estudia la definición del saber y la producción de conocimiento” (Castañeda, 2008, p. 36). Analiza el conocimiento que será entregado a los educandos. No es un conocimiento

sin errores, como concebía antiguamente la ciencia, sino que se trata de un conocimiento sujeto a críticas, cambios e innovaciones. Es allí donde intervienen entonces los procesos, la escuela y los educadores, que en su conjunto deben formar personas íntegras, reflexivas y críticas. La epistemología permite compenetrarnos a través del estudio y del aprendizaje, no sólo de las experiencias pasadas, sino que desarrolla la capacidad y aporta el conocimiento para poder hacerle frente a un futuro siempre incierto en cualquier sociedad.

En el proceso de enseñanza aprendizaje, la epistemología se encarga de la educación, de la organización del currículum escolar, de la conexión entre las disciplinas, de cómo se transmite el saber, de la relación entre el sujeto cognoscente y el objeto a conocer, de la formación del docente, del contexto escolar, del sentido social del hecho educativo, de la calidad educativa, entre otras cosas (Fingermann, 2011). Está en constante evolución, al ser su objeto de estudio un fenómeno social, y, por lo tanto, cambiante y susceptible de ser afectado por múltiples factores individuales y comunitarios.

Con respecto a la concepción epistemológica, es decir, lo que el docente-entrenador piensa acerca de cómo se origina el conocimiento, se sostiene que es importante el valor de ésta al momento de decidir qué enseñar, cómo hacerlo, con cuáles medios y cómo evaluar el aprendizaje (García y de Rojas, 2013). Es muy importante conocer los modelos epistemológicos y su relación con los modelos pedagógicos descritos anteriormente.

1.5.4.1. Empirismo

Es un modelo epistemológico según el cual todo conocimiento procede de la experiencia, es decir que el conocimiento es producto de la percepción y la experiencia (doxa). El empirismo no acepta el principio de autoridad, la intuición o el pensamiento abstracto o sistemático como fuente de creencias fiables, ya que estima que son los experimentos y las observaciones la mejor fuente del conocimiento (Marín, 2021). Esta doctrina afirma la superioridad de las vivencias sensoriales, pues sólo acepta la experiencia derivada de los sentidos.

Del empirismo se pueden extraer unas características generales:

- El método inductivo como estrategia de investigación.
- El conocimiento es subjetivo, no existen unas ideas innatas, sino que el ser humano a través de la experiencia va adquiriendo conocimientos.
- La capacidad de obtener conocimiento por parte del ser humano es limitada.
- La verdad no es absoluta, debido a lo dicho en el punto anterior.

Conociendo esto, es fácil relacionar al empirismo con los modelos pedagógicos tradicional y conductista, puesto que el estudiante se comporta como receptor pasivo del conocimiento y necesita de estímulos y respuestas.

En el caso del modelo tradicional, el empirismo es más radical ya que propone que cada individuo nace con la mente “vacía”, es decir, sin cualidades innatas, de modo que todos los conocimientos y habilidades de cada ser humano provienen exclusivamente del aprendizaje, a través de sus experiencias y sus percepciones sensoriales, lo que se conoce como una

tabula rasa o pizarra en blanco.

1.5.4.2. Existencialismo

El existencialismo es un término que tomó fuerza en los años 40 y 50 de la mano de filósofos como Jean-Paul Sartre (1945) y Henri Lefebvre (1954), quienes lo definieron como una corriente filosófica y posteriormente, una vanguardia literaria, orientada alrededor de la propia existencia humana a través del análisis de la condición humana, la libertad, la responsabilidad individual, las emociones, así como el significado de la vida (Amiguet, 2020). Sostiene que la existencia precede a la esencia y que la realidad es anterior al pensamiento y la voluntad a la inteligencia.

Plantea que el punto de partida del pensamiento filosófico debe ser el individuo y las experiencias subjetivas fenomenológicas, así como la angustia existencial que genera la aparente absurdidad del mundo. Sobre esta base, los existencialistas sostienen que la combinación del pensamiento moral y el pensamiento científico son insuficientes para entender la existencia humana, por lo tanto, es necesario un conjunto adicional de categorías, gobernadas por la norma de autenticidad (Crowell, 2020).

El existencialismo busca una ética que supere a los moralismos y prejuicios; esto, al observador neófito puede resultar contradictorio, ya que la ética buscada por el existencialismo es una ética universal y válida para todos los seres humanos, que muchas veces no coincide con los postulados de las diversas morales particulares de cada una de las culturas preexistentes.

La pedagogía existencialista se basa en el aprendizaje de la existencia. Sus técnicas deben tener en cuenta el factor de diferenciación que cada ser humano presenta, por lo que deberá tener flexibilidad y elasticidad necesaria para la singularidad de cada ser en su desarrollo existencial. Está basada en la presencia, como relación real, entre entrenador y deportista (Oliverio, 2022). Toda pedagogía existencialista no debe temer al cambio pues él forma parte de la realidad humana. En este contexto, el existencialismo es parte fundamental de la epistemología del modelo humanista, haciendo que se garantice el desarrollo personal del deportista.

Es un método de análisis de la vida consciente de las personas para clarificar los procesos por los que se constituyen como producto de los sentidos y de qué forma aparecen en el mundo de vida (Montagud, 2019), que se encarga de la búsqueda de un conocimiento que apela exclusivamente a la experiencia evidente, carente de hipotetización y modelos conceptuales del mundo.

1.5.4.3. Constructivismo

La epistemología constructivista sostiene que el conocimiento científico es construido por la comunidad científica, que busca medir y construir modelos del mundo natural. Por lo tanto, la ciencia natural consiste en construcciones mentales que tienen como objetivo explicar la experiencia sensorial y las mediciones (Berni y Olivero, 2019).

Según los constructivistas, el mundo es independiente de las mentes

humanas, pero el conocimiento del mundo es siempre una construcción humana y social. El constructivismo se opone a la filosofía del objetivismo, abrazando la creencia de que un humano puede llegar a conocer la verdad sobre el mundo natural no mediado por aproximaciones científicas con diferentes grados de validez y precisión.

El autor Joe L. Kincheloe (2008) hace referencia al constructivismo epistemológico en la educación como una versión que pone énfasis en la influencia exagerada del poder político y cultural en la construcción del conocimiento, la conciencia, y visiones de la realidad. Kincheloe sostiene que, en la era electrónica mediada contemporánea, los modos dominantes de poder nunca han ejercido tanta influencia en los asuntos humanos.

Desde una perspectiva pedagógica crítica, Kincheloe argumenta que comprender una epistemología constructivista crítica es fundamental para convertirse en una persona educada y para la institución de un cambio social justo.

1.5.4.4. Interaccionismo simbólico

El interaccionismo simbólico es una corriente de pensamiento desarrollada dentro de la psicología social y la sociología donde el individuo es a la vez sujeto y objeto de la comunicación, en tanto que la personalidad se forma en el proceso de socialización por la acción recíproca de elementos objetivos y subjetivos en la comunicación (Núñez, 2018). Postula que no existe una única realidad social, sino que ésta es interpretada de una forma diferente por cada individuo. Según este enfoque las personas no se comportan ante los estímulos sociales por lo que son, sino por el significado particular que para ellas tienen. Según el filósofo George Ritzer (1993), los principios básicos del interaccionismo simbólico:

- Los seres humanos a diferencia de los animales están dotados de capacidad de pensamiento la cual está modelada por la interacción social.
- Los significados y los símbolos permiten a las personas actuar e interactuar de manera distintivamente humana.
- Las personas son capaces de modificar o alterar los significados y los símbolos que usan en la acción y la interacción sobre la base de su interpretación de la situación.
- Las pautas entrelazadas de acción e interacción constituyen los grupos y las sociedades.

En la pedagogía y educación, el interaccionismo simbólico tiene como perspectiva metodológica encontrar el rigor investigativo en el tratamiento de la información, la multiplicidad de las interacciones, la confrontación teórica en cada una de las etapas del proceso y el examen directo del mundo social empírico desentrañado y evidenciado de forma rigurosa (Piñeros, 2021). Para cumplir con este objetivo acude entre otros diseños metodológicos, a la teoría fundamentada, como una oportunidad de sistematizar de forma ordenada los principales hallazgos en el proceso investigativo.

1.5.4.5. Relativismo

El relativismo es una doctrina filosófica basada en que la verdad y el conocimiento no son absolutos, sino que ambos son relativos. Es decir, dependen tanto del contexto en el que lo estudiemos como de las percepciones personales que tenga el investigador (Marín, 2021). Para el relativismo no existen verdades absolutas, debido a que el investigador o la persona que opina sobre algo están influenciada por una serie de variables. Variables entre las que destacan los valores culturales, la religión, los principios éticos, la ideología o sus tradiciones o costumbres.

En otras palabras, el estudiante-deportista está influenciado por su forma de vivir la vida y percibir los acontecimientos. No depende solamente de factores internos, sino que también lo hace del contexto, que es lo que le diferencia del subjetivismo. En resumen, el relativista está influenciado por factores internos del propio individuo, y por externos, que sería el contexto.

El relativismo no sólo constituye una crítica a la concepción fundacionista en epistemología y, en particular, con respecto al conocimiento científico; también pretende ofrecer una interpretación de los aspectos sincrónicos y diacrónicos de la ciencia (Hernández, 2021). Por lo tanto, el relativismo se fundamenta en que diversos factores y elementos interactúan e integran un conocimiento cualquiera y le da transitoriedad, es decir, que al cambiar uno varían todos los demás y desencadena que la verdad no es absoluta.

Tanto el constructivismo, el interaccionismo y el relativismo forman parte del modelo pedagógico constructivista, debido a que priorizan la participación de los deportistas en todo el proceso de enseñanza aprendizaje del deporte.

1.5.4.6. Materialismo dialéctico

El materialismo dialéctico es una corriente filosófica que define la materia como la base de la realidad, independientemente de si esta es concreta o abstracta. De esta forma, elimina el factor que concede una superioridad de la materia frente a la conciencia, declarando la concepción del mundo por su naturaleza material, aplicando la dialéctica para interpretar, en este sentido, dicho mundo (Coll, 2020). El materialismo dialéctico establece lo que se conoce como la cuestión básica de la filosofía. Es decir, una cuestión que trata de establecer la relación existente entre lo material y lo espiritual. En este sentido, tratando de establecer cómo se conforma la aparición de la conciencia, en base a la materia.

Una de las cuestiones básicas que establece el materialismo dialéctico es la esencia del mundo, así como la base de este. Estableciendo que únicamente se puede desarrollar la ciencia mediante la percepción de lo material, y no la presunción de lo espiritual (Henaó, 2017). Sabiendo esto, este modelo epistemológico es fundamental dentro del modelo pedagógico crítico, en el cual se trata de desmitificar el “idealismo educativo” y el “realismo político”, por cuanto el primero idealiza y romantiza exageradamente la dimensión educativa al identificarla inmediatamente con la dimensión política, mientras que el segundo mantiene una barrera inquebrantable

entre ambos fenómenos. La importancia política de la educación está condicionada por su especificidad como acto educativo.

1.5.5. La epistemología de la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué es trascendente la epistemología en el proceso enseñanza-aprendizaje motor o deportivo del Taekwondo?

La importancia de la epistemología se abordó en párrafos anteriores desde un punto de vista pedagógico general, esto no quiere decir que las concepciones epistemológicas de un docente o entrenador deportivo no tengan importancia en la enseñanza específica de una materia o actividad deportiva.

Con respecto a la concepción epistemológica, es decir, lo que el docente/entrenador piensa acerca de cómo se origina el conocimiento, sostiene que es importante el valor de ésta al momento de decidir qué enseñar, cómo hacerlo, con cuáles medios y cómo evaluar el aprendizaje. Varios autores han mostrado cómo diversas estrategias de enseñanza y aprendizaje se sustentan en diversas teorías epistemológicas, (empirista, racionalista, relativista) (Ramírez, 2021). Esto conlleva a una presencia mixturada en la enseñanza de los deportes con enfoques epistemológicos provenientes de las ciencias sociales, las que se entretajan con concepciones acerca de la relación entre la teoría y la práctica.

En la enseñanza de los deportes subyace un entretelado de relaciones epistemológicas provenientes del pensamiento racionalista y técnico, reconceptualista y ocasionalmente crítico radical, los que se mixturán con el enfoque biológico o deportivista, como así también con el enfoque pedagógico humanista (Ramírez, 2021). Estas líneas de pensamientos se manifiestan en las ideas de sujeto, cuerpo, enseñanza, aprendizaje, en los objetivos perseguidos, en los contenidos enseñados, en la evaluación y el discurso de los diferentes casos.

En concordancia la metodología actuante en cada uno de los deportes reclama una continua actualización en el orden teórico, metodológico y práctico. En el redimensionamiento de su enfoque epistemológico se consolidan los resultados que apuntan a la adquisición de los hábitos, habilidades y a la formación de un atleta inteligente, analítico, creativo, que conteste a las expectativas actuales de los deportes (Guillen et al., 2018). Todo ello se ve desvirtuado con la prevalencia de concepciones tradicionales y el desconocimiento de los modos de articular elementos esenciales que perfeccionan la labor pedagógica que aluden a la individualización, interactividad y atención a la diversidad.

Varios autores coinciden en que los deportes de combate se develan hoy como las disciplinas que presentan mayores deficiencias metodológicas, debido al antagonismo que algunos especialistas constatan entre concepciones tradicionales y modernas, como resultado de la resistencia al cambio. Además, concuerdan en múltiples criterios sobre el tema de la génesis de las limitaciones e insuficiencias que se presentan en el orden

teórico, metodológico y práctico en los deportes de combate en relación con el proceso de enseñanza aprendizaje (Guillen et al., 2018). Por tanto, la epistemología juega un papel importante en el proceso de enseñanza aprendizaje, ya que marca un punto de partida hacia el modelo pedagógico que adopte el entrenador deportivo.

Las brechas epistémicas detectadas en el proceso de preparación técnica del Taekwondo y su incidencia en los elementos básicos son motivos que permitieron dirigir el esbozo de los criterios manifestados en el entrenamiento de esta disciplina deportiva, por tanto, su importancia estuvo dada en la contribución a la didáctica especial, al imprimirle un carácter formativo, contextualizado y lógico secuencial sobre la base de un enfoque integral (Rodríguez y Tejada, 2021). Desde la renovación teórica, se puede concebir un proceso de manera dialéctica y global que permite adquirir recursos como conocimientos, habilidades y actitudes.

El Taekwondo es un deporte de adversario con interacción directa de dos competidores, en un espacio compartido y con objetivos opuestos. En los combates tiene lugar un intercambio de golpes, donde las técnicas (sobre todo de pierna) se ejecutan con mucha fluidez, velocidad y explosividad. Su complejidad reside en que deben combinarse armoniosamente varios factores para conseguir el éxito deportivo. El Taekwondo se inserta en el avance del desarrollo de la preparación técnica, siempre en función de la táctica.

Por tanto, es uno de los deportes que requieren del avance de investigaciones científicas, con adecuados enfoques metodológicos y de aplicación práctica, que satisfagan las exigencias del entrenamiento moderno y las competiciones actuales. Varios especialistas consideran que el aspecto técnico en función de la táctica es clave para el desempeño exitoso de los taekwondoinos durante los combates (Cedeño, 2020). El mantener un gesto competitivo más cercano al patrón, sin duda es uno de los elementos que contribuye al logro del objetivo buscado por el taekwondoin, incorporado a la individualización táctica según las características del competidor.

El entrenador de Taekwondo enriquece su función docente, a partir de la continuidad de su proceso profesional, por tanto, el docente no solo comprende a partir de la teoría, sino que se apoya en la praxis para reforzar dichos conocimientos, dando a sus deportistas herramientas para la fundamentación de dichas funciones (Cruz, 2020). Esto permite que los entrenadores evalúen diferentes metodologías pedagógicas, que les permitan obtener mejores resultados.

Desde un punto de vista epistemológico, el proceso de enseñanza aprendizaje del Taekwondo como sistema, se conforma por componentes cuya interrelación armónica conducen, por un lado, a la formación integral de los sujetos del aprendizaje, por otro lado, al logro de determinados resultados competitivos. Esto se alcanza desde la aplicación de fundamentos epistemológicos, entre ellos: la didáctica, la cual adquiere matices particulares en el contexto de la formación deportiva (Moya-Bell et al., 2021).

Estas consideraciones toman en cuenta, la necesidad de desplegar un proceso de formación deportiva en los taekwondoinos que articule la apropiación de los conocimientos y habilidades, el desarrollo psicológico en

el orden afectivo y volitivo, el mejoramiento de las capacidades motrices y funcional, así como los valores necesarios en la interacción social en cualquier contexto, que garantice de manera trascendental, la formación integral.

1.5.6. El humanismo: El Taekwondo en el desarrollo de valores y actitudes

Pausa para la reflexión

En la sociedad, ¿por qué es importante y vigente que mediante la práctica habitual del Taekwondo se promueva el cultivo de principios, valores y actitudes en sus cultores?

Como se explicó en apartados anteriores, el humanismo tiene como objetivo el progreso personal del estudiante/deportista, teniendo como pilares fundamentales el desarrollo de valores y actitudes que permitan potencializar el aprendizaje; estos presentan mayor interés en la actividad que estén aprendiendo (académica o deportiva), al conocer como esta repercute en su formación personal y humanística.

La relación deporte-educación en valores no es espontánea, es necesario plantear acciones específicas que promuevan el desarrollo de actitudes positivas relacionadas con la amistad, igualdad, integración y cooperación. Los planteamientos formativos en la práctica deportiva deberían estar vinculados a cualquier contexto. En este sentido, sería deseable que el deporte federado pudiera adoptar ideas y criterios transferidos desde modelos educativos.

Leal (2005) manifestó que, es importante explorar cómo los docentes trabajan los valores, además de cambiar la forma cómo los estudiantes relacionan y moldean los valores. Riveros (2011) afirmó que es importante potenciar espacios que contribuyan al desarrollo de la autoconfianza y el respeto por los demás. Sintetizando que es posible hacerlo desde las actividades propias del Taekwondo, a fin de conocer los conflictos, emociones, conductas de los estudiantes y cómo manejarlas. Chávez (2011) señaló, que es importante capacitar a los entrenadores sobre conocimientos y beneficios de la práctica del Taekwondo, el cual posee una filosofía basada en principios: cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable que fomentan una sana convivencia.

Los valores permiten formar una cultura de paz; sin embargo, éstos sufren una crisis en su desarrollo, perjudicando la buena convivencia y los aprendizajes de los deportistas, haciéndose necesario proyectos con estrategias que integren a los miembros de la sociedad, puede ser a través del área de educación física porque ésta facilita espacios adecuados por medio de los cuales se obtendrán los objetivos de la educación (Vargas y Orozco, 2011), y específicamente con la práctica de Taekwondo, por su contenido filosófico y la práctica de técnicas poderosas que garantizan la superación personal, equilibrio emocional y una condición física saludable. Alrededor del mundo se han realizado estudios estos comprueban, que el Taekwondo permite desarrollar valores y actitudes en sus practicantes, tanto a quienes se están iniciando en la práctica deportiva como aquellos que ya llevan años practicándolo.

Espinoza y Moreno (2020) afirman que un modelo educativo basado en

El Taekwondo (combate imaginario contra una o más personas, ejecutadas en un orden específico), mejora significativamente el desarrollo de valores como: respeto, responsabilidad, justicia, solidaridad y tolerancia. Petrovic (2017) demostró que el entrenamiento de Taekwondo reduce los niveles de estrés en estudiantes universitarios, quienes están sometidos a fuertes niveles de presión en su vida estudiantil, teniendo como resultado la disminución en los niveles de estrés gracias al mejoramiento en su estado de salud y en el bienestar en cuerpo, mente y espíritu. Cho et al. (2018) demostraron que la formación en Taekwondo puede contribuir a mejorar el aprendizaje y la actividad académica, inspirar la sociabilidad necesaria para la vida escolar y promover la cooperación, la unidad y el cariño escolar necesarios para la vida organizacional. La adaptación a la vida escolar se facilita por inspiración de confianza, cooperación, espíritu de servicio y sociabilidad; además, los adolescentes podrán participar en experiencias como el placer, la purificación emocional y un sentido de logro a través de su participación voluntaria.

Para resumir, la práctica de Taekwondo no solo mejora la condición física y el estado de salud de sus practicantes, sino que también, aporta en la formación de valores y en la reducción de problemas psicológicos como el estrés. Todo esto gracias a su filosofía de cooperativismo, bienestar emocional y estabilidad cuerpo-mente. Es recomendable incluir el entrenamiento de Taekwondo en edades tempranas, pero no significa que su filosofía aporte valores esenciales en personas jóvenes y adultas.

1.5.7. Enfoque histórico cultural y pedagogía desarrolladora en la práctica del Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿La implementación del enfoque histórico cultural y la pedagogía desarrolladora en la práctica del Taekwondo actual, constituyen una utopía?

El enfoque histórico cultural reconoce el desarrollo integral de la personalidad de los estudiantes, como producto de su actividad y comunicación en el proceso educativo, en el que actúan como dos contrarios dialécticos lo biológico y lo social. Se considera el iniciador de esta propuesta a Lev Semionovich Vygotsky (1896-1934). Hoy muchos constructivistas asumen dentro de su concepción, planteamientos de Vygotsky (Zilberstein, 2021).

Varios autores han determinado que este enfoque reconoce y sistematiza un conjunto de categorías didácticas (objetivo, contenido, método, formas de organización, medios y evaluación) que se rigen por esos principios y condicionan el tipo de aprendizaje a lograr en los estudiantes, a partir del fin de la educación para cada país o nación.

En esta propuesta se niega dialécticamente el enfoque tradicionalista de la enseñanza, y se asume que el docente es un educador que incentiva, potencia, promueve el desarrollo de la actividad independiente en la búsqueda de nuevos conocimientos, favorece el surgimiento de nuevas y variadas motivaciones e intereses personales, la formación de valores, de

sentimientos, que en sentido general promueva la formación de la cultura. Este enfoque se lo relaciona con el modelo pedagógico socio crítico. La Figura 2 resume los elementos esenciales del enfoque histórico cultural partiendo de una sistematización teórica.

Figura 2.

Principales categorías del enfoque histórico cultural.



Citando las palabras de Vygotsky, este enfoque asume que “sólo es buena aquella enseñanza que se adelante al desarrollo”, lo que revoluciona lo asumido con anterioridad por otras tendencias, para lo cual reconoce partir del diagnóstico del estado real, lo que permitirá propiciar nuevos estadios en el desarrollo. El conocimiento del proceso de enseñanza aprendizaje, no puede hacerse sólo teniendo en cuenta el interior del sujeto, sino también debe considerar la actividad, la comunicación y la socialización.

Estimular las potencialidades de los grupos a que pertenecen los individuos que aprenden, potencia a su vez la individualidad de sus miembros, siempre y cuando esto se propicie, pero a su vez hace que los grupos adquieran compromisos comunes, se propongan metas que les permitan llegar a nuevos estadios en el trabajo grupal (Zilberstein, 2021). Por lo tanto, se reconoce que una enseñanza y un aprendizaje desarrollador, deben considerar la unidad entre la instrucción, la educación y el desarrollo. La escuela debe ser una institución formadora de cultura, que a su vez la irradie a la comunidad y la sociedad en general. En resumen, el enfoque histórico cultural busca desarrollar competencias (conocimientos, habilidades, destrezas, valores y actitudes) en base a las siguientes características:

- El estudiante goza de protagonismo desde una posición activa y reflexiva.
- Intervienen procesos inter e intrapsicológicos.
- Son primordiales la actividad y comunicación.
- Se debe presentar un ambiente favorable a pesar de las actividades in-

tensas de comprensión.

- Existe un desarrollo de potencialidades cognitivas, procedimentales y actitudinales.
- La evaluación tiene que ser dinámica y participativa.
- Se prevé una relación dialógica de empatía estudiantes-tutor.
- Las tareas docentes se abordan desde una perspectiva de tutor, mediador o facilitador.

Otro concepto fundamental que caracteriza a este enfoque es la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), la cual según palabras de Vygotsky es “La distancia entre el nivel de desarrollo real determinado por la resolución independiente de problemas y el nivel de desarrollo potencial determinado mediante la resolución de problemas bajo la guía de adultos o en colaboración con otros más capaces.” Es decir, es una zona intermedia entre lo que el aprendiz conoce en primera instancia (Zona Potencial de Desarrollo) y lo que puede llegar a conocer después de la intervención del proceso de enseñanza aprendizaje (Nivel de Desarrollo Operativo), tal y como se muestra en la siguiente figura.

Figura 3.

Proceso descrito por Vygotsky.



Vygotsky planteaba que el aprendizaje despierta una serie de procesos evolutivos que operan sólo cuando el estudiante está en interacción con las personas de su entorno y en cooperación con algún semejante más experimentado o capaz, el autor acuñó el término Zona de Desarrollo Próximo, para describir a este tipo de interacciones de aprendizaje; principio que se constituye en un elemento básico y común en el análisis y explicación de los procesos psicológicos individuales y por ende, de la adquisición de conductas culturalmente adecuadas concebidas como un proceso de interacción entre estudiante y los guías (docente, compañeros) (Gómez y Covarrubias, 2020).

Vygotsky señala que no todos los procesos de aprendizaje generan desarrollo, sino solo aquellos que se sitúan en la Zona de Desarrollo Próximo. De ahí podemos entender que no todo lo que enseña un guía, padre o maestro, el aprendiz lo aprenderá. La ZDP permite determinar los futuros pasos del aprendiz y la dinámica de su desarrollo, y examinar no solo lo que ya ha producido el desarrollo, sino lo que producirá en el proceso de aprendizaje.

En lo que respecta al deporte, López et al. (2021) analizaron la presencia del enfoque histórico cultural como parte de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan a dos proyectos deportivos enfocados en la práctica grupal del deporte. Los resultados obtenidos determinan que se realizan acciones conscientemente organizadas desde los preceptos teóricos y metodológicos del enfoque histórico cultural y de una didáctica

desarrolladora que comprende la formación, el aprendizaje y el desarrollo humano.

El concepto de ZDP ha sido aplicado sobre todo en procesos de enseñanza aprendizaje académicos, sin embargo, permite estimular todo tipo de adquisiciones y logros personales en niños, niñas y adolescentes para que puedan interactuar, con la ayuda de otros, con los problemas de su entorno, que la mayoría de las veces no poseen los recursos para resolver por sí solos (López et al., 2021). En este sentido, la ZDP es fundamental en la iniciación deportiva y en su práctica avanzada, permitiendo conocer las capacidades innatas de los deportistas para potencializarlas gracias a la guía de los entrenadores.

Por otro lado, el enfoque histórico cultural permitió el surgimiento de la pedagogía y didáctica desarrolladora, que garantiza en el individuo la apropiación activa y creadora de la cultura, propiciando el desarrollo de su auto perfeccionamiento, de su autonomía y autodeterminación en íntima conexión con los necesarios procesos de socialización, compromiso y responsabilidad social (Zilberstein y Olmedo, 2014). Es decir, los tipos de mediación ayudan al desarrollo del estudiante, con la ayuda del profesor, este se apropia de los medios culturales, como es el lenguaje y las estrategias de aprendizaje (herramientas intelectuales).

En la didáctica desarrolladora, el concepto de ZDP adquiere especial relevancia durante el proceso de enseñanza aprendizaje al constituir el punto de articulación entre la mediación (ayuda del otro) y el desarrollo cultural (Zilberstein y Olmedo, 2014). Este salto cualitativo lo garantiza una enseñanza bien estructurada, al operar no sólo sobre las zonas o funciones ya maduras, sino sobre aquéllas que se encuentran en proceso de maduración. En el trabajo de López et al. (2021) la didáctica desarrolladora tiene un papel principal dentro de los programas deportivos, que se demuestra de manera general en que:

- Las relaciones entre la enseñanza, el aprendizaje y el desarrollo responden a expectativas sociales y necesidades educativas.
- El proceso de aprendizaje en los programas deportivos tiene un enfoque dialéctico y humanista.
- Se otorga un papel esencial a la actividad y la comunicación.
- Tiene un carácter activo, consciente, orientado hacia los objetivos y las tareas en la actividad de los aprendices.
- Se potencia el carácter progresivo de la autonomía y la independencia de los futuros deportistas.
- Se adjudica gran importancia a la actividad conjunta, a la relación de cooperación entre los participantes y entre estos y el equipo coordinador.
- Se propicia la orientación y guía de los participantes con el fin de potenciar sus posibilidades y convertir en realidad las potencialidades de su ZDP.
- Se genera un clima emocional favorable muy eficaz para el aprendizaje.

Por otro lado, desde el 2004 se vienen tratando las dimensiones e indicadores que orientan al modelo de enseñanza aprendizaje desarrollador, gracias a las autoras Pilar Rico, Edith Santos y Virginia Martín, en donde se hace aproximaciones a un modelo de enseñanza más exigente. La Tabla 2 muestra la relación entre estas dimensiones e indicadores en el proceso en-

enseñanza-aprendizaje del Taekwondo.

Tabla 2.

Relación entre las dimensiones e indicadores del modelo desarrollador con el PEA en el Taekwondo.

DIMENSIÓN	INDICADORES	RELACIÓN PEA TAEKWONDO
<p>1. Dominio de objetivos de carrera, asignatura y de los momentos del desarrollo que orientan la planificación de la clase y del sistema de clases.</p>	<p>El maestro conoce los objetivos de la unidad y de la clase y comunica con claridad a los estudiantes.</p> <p>Los objetivos se corresponden con las exigencias del curso, asignaturas y momentos del desarrollo.</p> <p>Las actividades de aprendizaje se corresponden con los objetivos, las competencias y parámetros de evaluación.</p> <p>Propicia que los estudiantes comprendan el valor del nuevo conocimiento.</p>	<p>En este caso, el entrenador debe planificar cada clase de Taekwondo formulando objetivos acordes a la situación actual de cada deportista o categoría y comunicarlos al inicio de cada entrenamiento.</p> <p>Los objetivos deben enfocarse en el futuro inmediato, ya sea que se aproxime un torneo o sean entrenamientos orientados en el mejoramiento de la técnica, táctica, rendimiento deportivo o capacidades físicas.</p>
<p>2. Dominio científico del contenido instructivo y educativo y de los vínculos entre asignaturas, de la clase que imparte y del sistema de clases concebido.</p>	<p>Realiza un tratamiento correcto y contextualizado de los conceptos.</p> <p>Propicia el vínculo interdisciplinario para integrar el conocimiento.</p> <p>Aprovecha todas las posibilidades que el contenido científico ofrece para educar a los estudiantes.</p> <p>Trabaja para lograr la nivelación de los estudiantes, a partir del diagnóstico.</p>	<p>El entrenador deportivo debe estar debidamente preparado en las bases científicas que rigen el entrenamiento del Taekwondo.</p> <p>En los entrenamientos se deben relacionar las actividades deportivas con ciencias como la anatomía, física, matemática, biología, psicología, entre otras.</p> <p>Diagnosticar los problemas que presenten los deportistas en un entrenamiento y mejorar a base de la nivelación.</p>
<p>3. Métodos y procedimientos que emplea en la dirección del proceso.</p>	<p>Utiliza métodos y procedimientos metodológicos innovadores y alternativos que orientan y activan al estudiante hacia la búsqueda independiente del conocimiento, hasta llegar a la esencia del concepto y su aplicación.</p> <p>Utiliza niveles de ayuda que permiten al estudiante reflexionar sobre su error y rectificarlo.</p>	<p>Los entrenadores deportivos deben mantenerse actualizados conforme a los nuevos modelos pedagógicos que propician un PEA innovador, en los cuales se fomenta la formación integral del deportista y no solo se prioriza el entrenamiento conductista.</p> <p>El entrenador propone modelos de entrenamiento autosustentables para que los deportistas puedan rectificar sus errores lo más rápido y fácil posible.</p>
<p>4. Utilización de los medios didácticos y recursos tecnológicos de enseñanza.</p>	<p>Emplea gran variedad de medios de enseñanza para favorecer el aprendizaje.</p> <p>Explora las potencialidades del medio natural.</p>	<p>En los entrenamientos de Taekwondo se deben emplear todo tipo de recursos que sean llamativos para los deportistas y permitan un desarrollo de capacidades motrices, psicológicas e intelectuales (neuro entrenamiento).</p>

<p>5. Clima psicológico del aula.</p>	<p>Favorece un clima agradable hacia el aprendizaje, donde con respeto y afecto, superación de conflictos, los estudiantes expresan sentimientos, argumentos y se plantean proyectos propios.</p> <p>Las actividades que se realizan contribuyen al desarrollo de las posibilidades comunicativas de los estudiantes.</p> <p>Contribuye con su ejemplo y con el uso adecuado de estrategias de trabajo a la correcta formación de hábitos.</p> <p>Utiliza métodos y estrategias metodológicas para contribuir a la formación de valores y actitudes..</p>	<p>En esta dimensión, se debe poner en práctica todo lo relacionado al humanismo, ya que este permite el desarrollo de valores y actitudes que potencian el aprendizaje de cualquier deporte.</p> <p>El entrenador ayuda en el desarrollo personal y comunicativo de los estudiantes, demostrando su preparación moral y ética deportiva.</p>
<p>6. Motivación y orientación que realiza en los diferentes momentos de la clase.</p>	<p>Motivación durante la clase, y el grado de implicación que logra en el estudiante, de modo que el proceso tenga significado y sentido para él en los diferentes momentos de la actividad.</p>	<p>Los entrenadores deben mantener motivados a sus deportistas, utilizando un sistema de recompensas, valorando cada una de sus actividades, orientando la corrección de sus errores de manera afectiva, entre otros.</p>
<p>7. Orientación que realiza del proceso de aprendizaje dentro de la clase.</p>	<p>Propicia que el estudiante establezca nexos entre lo conocido y lo nuevo por conocer.</p> <p>Orienta qué, cómo, por qué, para qué y en qué condiciones el estudiante ha de aprender (orientación hacia el objetivo y las competencias a lograr).</p>	<p>Cada entrenamiento debe ser escalonado, para que el deportista utilice lo aprendido con anterioridad en el mejoramiento o aprendizaje de nuevas técnicas.</p> <p>El deportista conoce los objetivos de clase y sabe relacionarlos hacia una habilidad o competencia que está por aprender</p>
<p>8. Posibilidades que ofrece el maestro para favorecer las acciones ejecutoras en los estudiantes en el proceso de la clase</p>	<p>Propicia la ejecución de tareas individuales.</p> <p>Propicia la ejecución de tareas por parejas, equipos o grupos, favoreciendo los procesos de socialización.</p> <p>Atiende diferenciadamente las necesidades y potencialidades individuales de los estudiantes y del grupo, a partir del diagnóstico, para desde la utilización de niveles de ayuda, lograr el máximo desarrollo de cada estudiante en el alcance de los objetivos y las competencias.</p>	<p>El entrenador debe conocer las capacidades y niveles de aprendizaje de cada deportista, de esta manera puede establecer actividades individuales personalizadas, además de actividades grupales que tengan o estén a un nivel equiparado.</p> <p>La división por cinturones ayuda a establecer los niveles de aprendizaje de cada deportista, pero dentro de cada categoría se deben realizar diagnósticos continuos que permitan conocer las falencias de cada individuo. Y así diseñar programas de entrenamiento capaces de mejorar las capacidades de cada deportista.</p>
<p>9. Acciones de control y autocontrol que se realizan en la clase</p>	<p>Utiliza diferentes formas de control durante la clase.</p> <p>Propicia que los estudiantes autocontroles y auto valoren sus tareas y logros alcanzados por parejas y grupos.</p>	<p>Los entrenamientos deben llevarse de diferentes formas, evitando el desinterés de los deportistas y dándoles responsabilidades que les permitan evaluar sus propias capacidades y las de sus compañeros.</p>

1.5.8. La psicología educativa en el proceso enseñanza aprendizaje

Pausa para la reflexión

¿Por qué en la actividad educativa y deportiva es trascendente entender los procesos de enseñanza-aprendizaje?

En primer lugar, es importante conocer la definición de psicología educativa. Para el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (2017), la psicología educativa es la disciplina que estudia los procesos de enseñanza y aprendizaje con el fin de comprenderlos y mejorarlos. Se encarga de analizar y profundizar en el aprendizaje con el objetivo de diseñar y establecer los métodos idóneos para que los estudiantes puedan desarrollar sus habilidades cognitivas. A raíz del estudio psicológico de los problemas cotidianos de la educación, se enuncian principios, teorías y procedimientos para la investigación y aplicación de técnicas que ayuden a mejorar estos procesos.

En este sentido, la UNIR (2020) manifiesta que la psicología educativa es la rama de la psicología que se encarga de estudiar el aprendizaje y el desarrollo humano en el ámbito de la educación. Sus investigaciones, siempre bajo un marco científico, buscan optimizar los aprendizajes y el rendimiento de los estudiantes. Estos estudios se traducen en nuevos planteamientos sobre las estrategias educativas eficaces y los programas de intervención más novedosos.

Por otro lado, Montes (2017) psicología educativa se centra en el individuo y en su capacidad para pensar, para aprender, para realizar acciones, estudia los procesos mentales y todas las posibles variables para poder establecer una relación adecuada entre docente y alumno. Para poder darse se estudia también dentro de la psicología educativa el comportamiento cognoscitivo, el comportamiento del conocimiento humano y el carácter significativo y la comprensión del proceso de aprendizaje. Por tanto, tiene como objeto de estudio: el proceso de aprendizaje y los fenómenos que lo constituyen, las características del sujeto como determinantes para el aprendizaje, la interacción entre educador y educando, los diferentes tipos de aprendizaje que se dan en los alumnos y también los procesos de instrucción necesarios.

Por su parte, Garzón et al. (2019) manifiestan que la psicología educativa es el estudio científico de la conducta para el proceso formativo de la persona, de cómo los seres humanos sienten, piensan, aprenden y conocen para adaptarse al medio que les rodea, es el estudio de la conducta en un nivel de integración específicamente humano. Hoy en día la psicología moderna se ha dedicado a estudiar hechos sobre el comportamiento y el contexto, y a organizarlos sistemáticamente, elaborando teorías que los expliquen. La psicología en la educación se ha enfocado en resolver los problemas de aprendizaje que tiene el ser humano desde su niñez.

Conociendo esto, es imperativo denotar las funciones o roles que cumple la psicología educativa en el proceso de enseñanza aprendizaje, teniendo como principal objetivo optimizar el rendimiento, para lo cual actúa en una serie de ámbitos:

1.5.8.1. Intervención ante las necesidades educativas

Los profesionales de esta disciplina se encargan de analizar las diferentes características de cada estudiante de forma individual con el objetivo de potenciar el desarrollo y el aprendizaje de cada estudiante, centrándose, entre otros aspectos, en la inteligencia, la creatividad, la motivación y las habilidades sociales y comunicativas (CuídatePlus, 2017).

El psicólogo de la educación analiza los procesos de aprendizaje y desarrollo desde las primeras etapas de la vida para diagnosticar y prevenir posibles dificultades de adaptación y discapacidades funcionales, psíquicas y sociales. Para ello, evalúa las capacidades personales y sociales de los individuos, grupos o instituciones, y sus procesos de aprendizaje, y establece, si es necesario, una serie de pautas y estrategias para mejorar y resolver las dificultades que se hayan podido detectar.

1.5.8.2. Formación y asesoramiento de educadores

El psicólogo presta apoyo al educador, tanto en su actividad general (métodos de enseñanza y aprendizaje, aplicación de programas psico-educativos, etcétera) como en el caso de alumnos con necesidades especiales (programas individuales, procedimientos de atención a la diversidad, entre otros).

También puede desarrollar un papel importante a la hora de establecer una estructura organizativa en los centros de enseñanza, es decir, ayuda a coordinar las actividades, los roles de cada profesor y personas involucradas y el funcionamiento de las instituciones a través de varios métodos, como instrucción en nuevas tecnologías de la enseñanza, desarrollo de proyectos educativos del centro o apoyo en la coordinación (CuídatePlus, 2017).

1.5.8.3. Optimización de procesos educativos

El psicólogo educativo promueve la implementación de la orientación educativa para padres y docentes en los centros de enseñanza. Los estudiantes también forman parte de esta orientación, pero de manera especial. Asimismo, está involucrado en temas de disciplina y en proyectos educativos que permitan la innovación para la calidad educativa (Universidad Continental, 2020).

1.5.8.4. Formación y asesoramiento familiar

Los especialistas de la psicología educativa también se encargan de formar e informar a padres y madres sobre el desarrollo psicológico de los alumnos. Además, puede intervenir a la hora de ayudar a establecer una estructura familiar adecuada para mejorar el aprendizaje (CuídatePlus, 2017). Insisten en la importancia de que las familias se involucren e interactúen con los centros educativos para determinar una misma línea y pautas de actuación y ayudar a prevenir posibles trastornos del aprendizaje.

1.5.8.5. Investigación

La psicología educacional investiga los métodos y planes de estudio que permitan mejorar el modelo educativo y la gestión de los centros. Con esto busca comprender a profundidad y elaborar teorías sobre los elementos y características que intervienen en el aprendizaje durante la infancia, adolescencia, adultez y vejez. (Universidad Continental, 2020).

Todas las funciones de la psicología dentro del campo educativo generan un impacto positivo y mejoran en sobremanera el proceso enseñanza aprendizaje. Las leyes de aprendizaje, por ejemplo, consideran que el estudiante debe tener un ambiente propicio para aprender ya sea en su hogar o en la institución, él puede explotar de manera positiva su proceso cognitivo, reflejado en una buena conducta, en un excelente aprovechamiento y una gran interrelación entre su entorno educativo (Garzón-González et al., 2019).

Un entrenador antes de impartir clases debe aprender las diferentes teorías de aprendizajes, conocer y armonizar cada uno de los paradigmas, llevar un equilibrio, no enfocarse en un solo estilo de enseñanza. En el aula o en el área de entrenamiento deberá buscar la estrategia más adecuada para el aprendizaje, aplicar la mejor técnica educativa, comprender al deportista, del porqué de su actuar, y lograr un aprendizaje óptimo que conlleve a mejorar la calidad de la educación (Garzón-González et al., 2019).

La educación y el deporte en líneas generales se encuentran afectados por un sin número de dificultades y factores, que devienen en resultados poco gratificantes; es necesario, mirar con lentes holísticos la formación universitaria y profesional del futuro entrenador. Deben estar preparados para identificar comportamientos, actitudes, aptitudes de los deportistas; la psicología ayuda a buscar la metodología adecuada para obtener un óptimo aprendizaje, toma en cuenta la planificación de sus clases, identifica los diferentes estilos, ritmos y tipos de aprendizaje; son guías que ayudan al deportista a tener un pensamiento crítico.

1.5.9. La psicología evolutiva en la práctica del Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Es necesario el desarrollo de la actividad educativa y deportiva que realiza el entrenador de TKD, que se sustente en orientaciones de la psicología evolutiva, a partir de la identificación de características, intereses, objetivos y necesidades de niños, adolescentes y jóvenes?

La psicología evolutiva estudia la forma en la que los seres humanos cambian a lo largo de su vida, comprende el estudio del ciclo vital, observa de qué manera cambian continuamente las acciones de un individuo y cómo este reacciona a un ambiente que también está en constante cambio (Cantero, 2010). Está interesada en explicar los cambios que tienen lugar en las personas con el paso del tiempo, es decir, con la edad.

Jean Piaget padre de la psicología evolutiva, fue la primera persona

que estudió con detalle el desarrollo psicológico humano a lo largo de la vida. Definió cuatro etapas del desarrollo cognitivo de los niños, centradas en el desarrollo del pensamiento. Así, los estadios de Piaget (Garzón et al., 2018) los describen en la Tabla 3:

Tabla 3.
Estadios de madurez de Jean Piaget.

Estadios	Edad aproximada	Características
Sensoriomotor	De 0 a 2 años	Estadio prelingüístico en el que la inteligencia se apoya fundamentalmente en las acciones, el juego característico es el funcional y son acciones que los niños realizan sobre su cuerpo o sobre los objetos. Se registra una evolución que va desde los reflejos simples, hasta conductas más complejas, que abarcan la coordinación de la percepción.
Preoperacional	De 2 a 6 años	Esta etapa se caracteriza por el juego simbólico, el egocentrismo y el aprendizaje del lenguaje. También está presente el concepto de irreversibilidad.
De las operaciones concretas	De 7 a 12 años	En esta etapa, el niño ya utiliza operaciones lógicas para resolver problemas. Es capaz de colocar cosas y sucesos en un orden determinado y advierte claramente la relación parte-todo, comprende la noción de conservación de sustancia, peso, volumen, distancia, etc. No obstante, todo su pensamiento se circunscribe a los aspectos y características concretas del mundo que lo rodea.
De las operaciones formales	A partir de los 12 años	En esta etapa, el niño adquiere la capacidad de usar funciones cognitivas abstractas y de resolver problemas considerando diversas variables. Su pensamiento no se limita ya exclusivamente a la situación presente. Accede al raciocinio hipotético-deductivo.

Conociendo esto, la enseñanza y práctica del Taekwondo desde edades tempranas debe tomar una visión integral asociada a la psicología evolutiva, que permita un desarrollo óptimo de la inteligencia motriz.

Cuando un instructor o entrenador de Taekwondo empieza a idear su plan de entrenamiento, debe empezar por conocer a fondo quienes serán sus destinatarios. Programar la enseñanza a niños de 4 años no debe ser lo mismo que a sujetos de 12 años.

Esta clara diferenciación se presenta como un aspecto relevante en el momento de elegir los saberes a transmitir. En el Taekwondo tradicional se reconoce muy poco las características del sujeto, ya que todos pasarían a ser iguales, desde una mirada homogénea (Akilian, 2020).

La psicología evolutiva o del desarrollo permite conocer las conductas esperadas por edades en los aprendices de Taekwondo, de esta manera se

puede determinar los momentos propicios para enseñar ciertos contenidos y esperar el momento para enseñar otros.

Al igual que Piaget, otro de los embajadores de la psicología evolutiva es Vygotsky, el cual aseveraba que por medio de las actividades sociales el niño aprende a incorporar a su pensamiento herramientas culturales como el lenguaje, los sistemas de conteo, la escritura, el arte y otras invenciones sociales. El desarrollo cognoscitivo se lleva a cabo a medida que internaliza los resultados de sus interacciones sociales, De acuerdo con Vygotsky, tanto la historia de la cultura del niño como la de su experiencia personal son importantes para comprender el desarrollo cognoscitivo (CCADIP, 2019). Vygotsky considera cinco conceptos fundamentales:

- **Funciones mentales inferiores y las superiores.** Las funciones mentales inferiores son aquellas con las que nacemos, son las funciones naturales y están determinadas genéticamente. Las funciones mentales superiores se adquieren y se desarrollan a través de la interacción social.
- **Habilidades psicológicas.** Las funciones mentales superiores se desarrollan y aparecen en dos momentos, en un primer momento las habilidades psicológicas o funciones mentales superiores se manifiestan en el ámbito social y, en un segundo momento, en el ámbito individual.
- **Herramientas del pensamiento.** En forma parecida a Piaget, Vygotsky definió el desarrollo cognoscitivo en función de los cambios cualitativos de los procesos del pensamiento. Sólo que los describió a partir de las herramientas técnicas y psicológicas que emplean los niños para interpretar su mundo.
- **Lenguaje y desarrollo.** El lenguaje es la herramienta psicológica que más influye en el desarrollo cognoscitivo. Distingue tres etapas en el uso del lenguaje: la del habla social, donde el niño se sirve del lenguaje para comunicarse fundamentalmente; la del habla egocéntrica, cuando utiliza el lenguaje para regular su conducta y su pensamiento; la del habla interna, para reflexionar sobre la solución de problemas en su cabeza.
- **Zona de desarrollo próximo.** Incluye las funciones que están en proceso de desarrollo pero que todavía no se desarrollan plenamente. En la práctica la zona desarrollo proximal representa la brecha entre lo que el niño puede hacer sólo y lo que logra con ayuda.

1.5.10. La psicología deportiva

Pausa para la reflexión

¿Por qué resulta pertinente conocer cómo influyen los procesos psicológicos de los estudiantes/deportistas en el rendimiento y resultados?

También conocida como psicología del deporte es la rama de la psicología que estudia bajo un prisma científico los procesos cognitivos, emocionales y conductuales de las personas en el contexto deportivo. Por un lado, investiga cómo estas variables afectan el rendimiento físico, y por otro, cuáles son los beneficios del ejercicio físico en nuestro bienestar mental y físico (UNIR, 2020). En sus investigaciones se contemplan también los factores ambientales y fisiológicos que influyen en la actividad física.

En el aspecto más pragmático, Ramírez (2017) explica que los psicólogos

del deporte ayudan a los deportistas a manejar y controlar las variables psicológicas que intervienen en la práctica de sus respectivas disciplinas y que pueden afectar a su rendimiento y sus resultados.

Según Partida (2020), la psicología deportiva ha pasado en los últimos años de tener un papel casi de espectador a formar parte de la titularidad en todas las disciplinas. Su desarrollo se produce en un contexto en el que los deportistas tienen cada vez más conocimientos y mayor conciencia de que necesitan potenciar todas sus capacidades para alcanzar sus objetivos, y de cómo un equipo multidisciplinar de profesionales puede llevar su rendimiento a otro nivel, incluso cuando ya no parece posible.

La función de un psicólogo deportivo está en conocer los fenómenos psicológicos que pueden experimentar los deportistas para potenciar su motivación y rendimiento a través de sus mentes. De esta manera, se empieza por estudiar al deportista y preparar ejercicios y técnicas con el fin de optimizar el rendimiento deportivo y psicológico (Centro de Estudios de Psicología, 2022). En este caso, el psicólogo tiene que estar preparado para asumir los retos que le lleguen a plantear sus pacientes. Pues seguramente tendrá que tratar problemáticas como el estrés, la inseguridad, la persistencia, entre otros.

A través de la psicología deportiva se conoce mejor las circunstancias y necesidades psicológicas de los deportistas, de esta forma se puede llegar a intervenir con técnicas y procedimientos de la psicología aplicada al deporte a fin de potenciar el rendimiento, mejorar y optimizar los resultados.

En muchas ocasiones el entrenador es quien tiene la responsabilidad de preparar psicológicamente a los deportistas y ellos también pueden formarse en este campo. Por lo tanto, es importante determinar las funciones que tiene la psicología deportiva.

1.5.10.1. Funciones de la psicología deportiva

Las funciones dependerán siempre del contexto en el cual se encuentra laborando el psicólogo deportivo. Dependiendo de cuál sea el área de trabajo se planificará una intervención, ya que las necesidades de un deportista de alto rendimiento, a uno de iniciación temprana, o bienestar y salud no serán las mismas, sin embargo, hay habilidades que se trabajan de manera genérica en todos los campos de esta área como: evaluar, asesorar, planificar, prevenir. Ruiz (2020) ha determinado los ámbitos o campos de actuación más relevantes de la psicología deportiva, los cuales son los siguientes:

- **Formación y entrenamiento de los procesos psicológicos.**

Desde este ámbito se trabaja todo lo relacionado al autocontrol y estrategias de visualización; entrenamiento en atención y concentración desde aspectos como lo cognitivo, motivacional y emocional, y se realizan programas de visualización para controlar el estrés competitivo y la toma de decisiones, entre otros.

- **Planificación de entrenamientos psicológicos.**

A través de este campo se crean estudios de aspectos psicológicos claves

en la competición y entrenamiento, además de programas psicológicos adaptados a los distintos deportes y circunstancias psicológicas concretas del deportista.

- Estudios longitudinales observacionales y de campo.

Este ámbito busca crear investigaciones sobre detección de talentos deportivos y sobre predicción del éxito deportivo.

1.5.10.2. Beneficios de la psicología deportiva

Cuando se aplica la psicología en el deporte, se empiezan a ver resultados en el entrenamiento, en la competición y en las relaciones entre compañeros (en el caso de tratarse de equipos). Autores han sintetizado estos beneficios y se muestran en la Tabla 4.

Tabla 4.
Beneficios de la psicología deportiva.

BENEFICIOS	DESCRIPCIÓN
Mejora el rendimiento y la concentración	Utilizando una serie de técnicas se ayuda al deportista a controlar su rendimiento en las actividades sin perder la concentración.
Determina el estado de ánimo	Si el deportista está motivado, podrá realizar la actividad que se plantea de forma activa y con el esfuerzo adecuado.
Aumenta la seguridad	Parte del rendimiento depende de la seguridad que tenga el deportista en sí mismo. La psicología ayuda a que los deportistas creen que son totalmente capaces de conseguir lo que se proponen y motiva para que puedan alcanzarlas.
Fortalece la personalidad	Esto genera mayor seguridad y confianza en el deportista, que sabrá afrontar los retos y competiciones bajo presión.
Aumenta el sentimiento de equipo	Si los miembros del equipo trabajan de forma coordinada, hay buen ambiente entre ellos, el sentimiento de unidad y equipo se refuerza y los resultados mejoran.
Control del estrés y la ansiedad	A través de diferentes métodos, permite controlar y dominar la ansiedad y el estrés de cualquier deportista. Las ventajas que trae este control son muy notables en los resultados.
Mejora la motivación	Es fundamental para que los deportistas rindan de forma óptima. En este caso, el psicólogo sirve de apoyo para afrontar cualquier fase negativa por la que pueda pasar el deportista.
Ayuda en la preparación de competiciones	El soporte por parte de un psicólogo es una ayuda fundamental para el deportista cuando debe afrontar la etapa competitiva en la que dominan los nervios y el estrés.
El refuerzo	Reforzar a los jugadores en momentos oportunos es realmente importante para la mejora de su autoestima y es uno de los principios básicos del aprendizaje, ya sea psicológico, técnico o táctico.

Apoyo en la recuperación de lesiones	Lesionarse es uno de los momentos más duros en la vida de un deportista. El apoyo psicológico puede ser útil para aceptar una lesión y superar los malos momentos. El psicólogo puede aportar herramientas para volver de forma gradual al entrenamiento y mantener la motivación durante la rehabilitación.
---	--

1.5.11. Enfoque pedagógico de avanzada en el profesor de Taekwondo

Pausa para la reflexión

En la actualidad, ¿Por qué el enfoque pedagógico de avanzada constituye un reto o desafío para el profesor/entrenador de Taekwondo?

Según el Centro Internacional de Estudios Avanzados Sypal (2022), la educación avanzada comprende un conjunto de actividades orientadas al desarrollo, actualización y profundización de conocimientos y destrezas, dirigidas a egresados universitarios y a profesionales de cualquier área del conocimiento, que desean incorporarse a una dinámica de innovación permanente, en un contexto de transdisciplinariedad y desde una comprensión integradora.

Dentro de la educación avanzada se incluyen los programas, los cursos, los talleres, los seminarios, y cualquier otra actividad que permita a los participantes actualizarse y tener acceso a ideas de vanguardia.

Todas estas actividades incorporan conceptos, reflexiones, trabajo cooperativo y ejercicios de aplicación, entre otras cosas. Sin embargo, aunque la comprensión es integral (intelecto, voluntad, relación, valores), cada tipo de actividad tiene cierto énfasis en algunos aspectos más que en otros. Este énfasis depende del tipo de temática a tratar y de los objetivos de la actividad.

Los sistemas educativos han puesto su mirada en la búsqueda de un perfeccionamiento en la calidad de la educación, y en tal sentido, han privilegiado los estudios en torno al desempeño profesional de maestros, profesores y otros profesionales, como vía para lograr el salto cualitativo que demanda este propósito (Puente et al., 2018).

La Dra. C. Grey (2014) valora la pertinencia de esta teoría educativa, pues brinda los sustentos teóricos, metodológicos y procedimentales necesarios para abordar la temática del mejoramiento del desempeño docente, reconociendo así a la Educación Avanzada como referente teórico necesario para el estudio y sistematización del proceso de mejoramiento de los seres humanos, con el fin de proporcionar nuevos conocimientos, habilidades, hábitos, sentimientos, actitudes, conducta y calidad de vida, facultándolos para la transformación y producción de conocimientos, con el objetivo de transformar la realidad y de esta forma contribuir a elevar la profesionalidad, la conducta ética y el mejoramiento de su desempeño.

De esta manera, el enfoque pedagógico de avanzada busca mejorar el desempeño de cualquier profesional en su área determinada, mediante la constante actualización de conocimientos y el acceso a cursos de

especialización, que le permitan desarrollar metodologías de enseñanza acordes a la situación de su entorno. Los profesionales de Taekwondo necesitan mantenerse a la vanguardia del conocimiento del deporte y de las prácticas pedagógicas actuales, dejando atrás modelos tradicionales y conductistas. Es necesario conocer los principios de la educación de avanzada que plantea (Añorga-Morales, 2014)

■ **Relación entre pertinencia social, objetivos, motivación profesional y comunicación.**

Este principio puntualiza dentro del encargo social del entrenador en la formación deportiva, la necesidad de comprender su misión desde su atención personalizada y su contribución a la solución de los problemas motivacionales, afectivos y cognitivos generados en el proceso de enseñanza aprendizaje. El trabajo del entrenador incluye el desarrollo en el deportista y para sí de hábitos sociales, comportamiento profesional y actitud humanística, contribuir a lograr en el deportista la formación de competencias comunicacionales que le permitan obtener un desempeño integral que responda a las exigencias que la sociedad le impone.

■ **Relación entre teoría, práctica y formación ciudadana.**

En la dialéctica de la teoría con la práctica, este principio revela la necesidad de llegar a la modelación del proceso de entrenamiento pedagógico y cómo desde su propia concepción debe integrar actividades de aprendizaje que promuevan la adquisición de habilidades, actitudes y valores. Se reclama un desempeño del entrenador en correspondencia con las exigencias actuales del deporte en general y el Taekwondo en particular.

■ **Relación entre racionalidad, creatividad y calidad de los resultados.**

Debido a la elevada responsabilidad que adquiere el entrenador en la formación de los deportistas, se le exige que se distinga su desempeño por una actitud innovadora ante los retos y desafíos actuales. La experiencia profesional en el campo pedagógico que debe poseer el entrenador debe caracterizarse por la integralidad, coherencia y sistematización creadora, para potenciar en sus deportistas el desarrollo de la independencia cognoscitiva.

■ **Relación entre el carácter científico, la investigación, la independencia cognoscitiva y la producción de nuevos conocimientos.**

Este principio se enfoca directamente en el profesional de Taekwondo y su preparación académica, la cual le permite desarrollar habilidades investigativas que se relacionen con el mejoramiento de sus prácticas metodológicas en el proceso de enseñanza aprendizaje del Taekwondo. Además, la búsqueda de conocimientos y de nuevos aportes del saber debe estar respaldada por el empleo correcto de las tecnologías de la información y la comunicación.

■ **Condicionales entre pregrado y formación básica especializada.**

Este principio garantiza la satisfacción de las necesidades de acuerdo con el punto de partida del entrenador a cualquier nivel y las nuevas responsabilidades sociales asignadas; por consiguiente, los nuevos

conocimientos y habilidades que debe adquirir de forma progresiva y que están establecidos en una formación básica y la formación especializada.

■ **Relación entre formas, tecnologías y acreditación.**

Este principio surge para dar respuesta a las insuficiencias en la formación básica y especializada del entrenador, organizándola mediante actividades donde las formas a utilizar sean muy variadas, flexibles, ligeras y que éstas lleven obligatoriamente a la conformación de tecnologías (que agrupen diversas formas, métodos y técnicas), siendo todo esto debidamente acreditado.

Por esto los entrenadores de Taekwondo deben ser profesionales de la pedagogía y mediante la educación avanzada transformar la calidad del trabajo para un máximo desarrollo de las habilidades y potencialidades de cada uno de los deportistas, es indispensable la continua preparación y en especial aquella que esté relacionada con un perfil pedagógico.

1.6. AUTOEVALUACIÓN

1. A partir del análisis del contenido del capítulo, ¿Cuál es su nivel de comprensión alcanzado?

Excelente	
Muy bueno	
Bueno	
Regular	
Deficiente	

2. Según su criterio, considera que los objetivos planteados en el presente capítulo, se cumplieron:

En gran medida	
En mediana medida	
En baja medida	

3. ¿Con qué conceptos se relaciona la pedagogía en el ámbito de la educación y el deporte?

4. De manera breve, usted está en condiciones de conceptualizar y describir los modelos pedagógicos:

Naturalista: _____

Sociocrítico: _____

Tradicional: _____

Constructivista: _____

Pragmático: _____

5. ¿Con cuál o cuáles teorías de la psicología educativa, debemos orientar la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo?

6. ¿Cuál es la relación de la pedagogía y la psicología?

7. ¿Con cuál de los fundamentos epistemológicos debemos orientar la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo en nuestro país?, ¿Por qué?

8. ¿Qué teoría de la psicología evolutiva debería orientar la práctica del Taekwondo?

9. ¿Por qué es necesario que el entrenador de Taekwondo tenga nociones claras de la problemática del deporte a través de la pedagogía crítica?

10. ¿Cómo concibe al enfoque histórico cultural?

11. ¿Cómo conceptualiza a la enseñanza-aprendizaje, desarrolladora o pedagogía desarrolladora?

12. Finalmente, ¿Cómo concibe el contenido científico del presente capítulo?

Muy actualizado	
Muy profundo	
Muy necesario	
Muy pertinente	
Muy útil	

Actualizado	
Profundo	
Necesario	
Pertinente	
Útil	

Poco actualizado	
Poco profundo	
Poco necesario	
Poco pertinente	
Poco útil	

A woman in a white Taekwondo uniform is captured in a high kick pose against a solid red background. She is wearing a white gi with a black belt and black gloves. Her right leg is extended upwards, and her left hand is near her chest. The text is overlaid on the image.

CAPÍTULO II

EL TAEKWONDO Y SU IMPORTANCIA EN EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS

“El aprendizaje es más que la adquisición de la capacidad de pensar. Es la adquisición de muchas capacidades especializadas, que permiten pensar en una variedad de cosas.”

Lev Vygotsky.

2.1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad se vive en un mundo complejo lleno de conflictos, retos e incertidumbres de toda índole, el ámbito educativo y deportivo no están exentos de esta situación, por tanto, corresponde a los profesionales responsables de estas áreas, preparar con pertinencia y responsabilidad a niños, adolescentes y jóvenes a fin de promover y desarrollar capacidades y potencialidades que les permita afrontar y resolver problemas de aprendizaje con inteligencia.

La gestión docente presupone un trabajo orientado a la adquisición de diversos saberes o dominios, en este sentido valdría preguntarse de forma particular ¿En qué medida los entrenadores de Taekwondo desarrollan competencias en sus estudiantes/deportistas? ¿Qué tipo de competencias o saberes e inteligencias múltiples son promocionadoras de desarrollo en el ámbito de la enseñanza-aprendizaje y el entrenamiento del Taekwondo? ¿Qué competencias requiere la práctica eficaz del Taekwondo?

Sin pretender generalizar la práctica del Taekwondo se ha sostenido mediante un tratamiento práctico con la consecución de saberes eminentemente procedimentales. La demanda a profesores/entrenadores es desarrollar aspectos cognitivos y actitudinales, propiciar el desarrollo de inteligencias no solamente la kinestésica sino, la lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, naturalista, intrapersonal e interpersonal, para configurar una integralidad en la formación de los estudiantes/deportistas.

Es preciso destacar la trascendencia del profesor/entrenador de Taekwondo como un profesional reflexivo, crítico de sus ejecutorias didácticas y alternativas prácticas en la diversidad individual. Él es responsable de buscar la excelencia deportiva, es el encargado de impulsar un tipo de práctica que le permita desarrollar al máximo las diversas competencias, inteligencias y aprendizajes en sus discípulos. Se plantea un modelo de enseñanza aprendizaje del Taekwondo con un enfoque por competencias, este tiene que ver y entender la formación del deportista como un proceso educativo.

2.2. DIAGNÓSTICO. EXPERIENCIAS Y CONOCIMIENTOS PREVIOS.

Estimado/a colega profesor/entrenador de Taekwondo, a partir del presente capítulo, según el caso, sírvase contestar de manera breve o seleccione la respuesta que usted considere correcta en cada una de las cuestiones que se plantean a continuación:

1. Según su conocimiento y experiencia como educador y formador de deportistas, ¿Cuáles son los pilares fundamentales en que se basa la educación?

2. Actualmente en el ámbito educativo y deportivo, se hablan de competencias que deben alcanzar los estudiantes/deportistas, ¿Cómo las definiría?

3. En la actividad educativa y deportiva usualmente se hace elocución a las inteligencias múltiples, ¿Cómo las concibe usted?

4. De las siguientes inteligencias, ¿cuál o cuáles promueve frecuentemente usted en las actividades de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento del Taekwondo?, ¿Podría describirlas brevemente?

Inteligencias		Descripción
Lingüística o verbal		
Lógico-matemático		
Kinestésica		
Espacial		
Musical		
Naturalista		
Intra personal		
Inter personal		

5. ¿Qué competencias o saberes desarrolla usted en las diversas actividades de enseñanza-aprendizaje o entrenamiento del Taekwondo?

6. Cuándo se habla del saber o saber conocer, ¿A qué nos referimos?

7. ¿Qué se relaciona cuando hablamos del saber hacer?

8. ¿Con qué se relaciona el saber ser?

9. ¿A qué nos referimos cuando hablamos de saber convivir con los demás?

2.3. EPÍTOME DEL CAPÍTULO

Figura 4.

Diagramación del contenido del capítulo II.



2.4. OBJETIVOS

1. Justificar la importancia del Taekwondo como vía para el desarrollo de competencias o saberes e inteligencias múltiples de sus practicantes, mediante el estudio de contenidos, para concientizar a profesores/entrenadores y mejorar los procesos educativos y deportivos.
2. Caracterizar las competencias e inteligencias múltiples, a través de su análisis, a fin de reconocer el papel protagónico del entrenador para promover su desarrollo en el proceso enseñanza-aprendizaje y entrenamiento del Taekwondo.
3. Diferenciar y relacionar las competencias e inteligencias múltiples con el fin de concebir como unidad integral los saberes, capacidades, habilidades, destrezas, valores y actitudes a ser desarrollados en los estudiantes/deportistas de Taekwondo.
4. Reconocer los desafíos entorno al dominio de competencias e inteligencias a fin de concientizar la necesidad de auto preparación profesional para garantizar su eficiencia en la gestión educativa y el deporte.

2.5. DESARROLLO DEL CAPÍTULO

2.5.1. Pilares fundamentales de la educación, las competencias – UNESCO

Pausa para la reflexión

¿Por qué en la sociedad actual, conflictiva y llena de incertidumbres es necesario el desarrollo de competencias en los individuos?

La noción de competencia referida inicialmente al contexto laboral ha enriquecido su significado en el campo educativo en donde es entendida como un saber hacer en situaciones concretas que requieren la aplicación creativa, flexible y responsable de conocimientos, habilidades y actitudes. Países como Ecuador, Argentina, Chile, Uruguay, Cuba, España, entre otros, implementaron un sistema educativo basado en competencias, avalado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco).

Investigaciones pedagógicas y didácticas desarrolladas por (Mertens, 1996; Le Boterf, 2000; Perrenoud, 2004; Villa, 2007; Jonnaert et al., 2008; Tobón, 2008; Jaik & Barraza, 2011), llegaron a la conclusión de que el concepto de competencia es multidimensional e incluye distintos niveles como: saber (datos, conceptos, conocimientos), saber hacer (habilidades, destrezas, métodos de actuación), saber ser (actitudes y valores que guían el comportamiento) y saber estar que se refiere a las capacidades relacionada con la comunicación interpersonal y el trabajo cooperativo (Pavié, 2011; Rodríguez et al., 2018). En otras palabras, la competencia es la capacidad de un buen desempeño en contextos complejos y auténticos. Se basa en la integración y activación de conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores.

La UNESCO define una competencia educativa como: el conjunto de comportamientos socioafectivos y habilidades cognoscitivas, psicológicas, sensoriales y motoras que permiten llevar a cabo de forma adecuada un desempeño, una función, una actividad o una tarea. De igual forma la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), define como: la capacidad para responder a las exigencias individuales o sociales para realizar una actividad (Pimentel-Jaimes et al., 2019). Cada competencia reposa sobre una combinación de habilidades prácticas y cognitivas interrelacionadas, conocimientos, motivación, valores actitudes, emociones y otros elementos sociales y comportamentales que pueden ser movilizados para actuar de manera eficaz.

Tanto organizaciones como investigadores y profesionales de la educación; han desarrollado numerosas definiciones para el concepto de competencia, es común identificar en las conceptualizaciones ciertos elementos que son característicos: en primer término confluyen los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los valores; otros solo definen con respecto a su aplicación en un desempeño, un tercer punto enmarca la relación con la experiencia, que es importante como medio de constatación y evaluación, y finalmente el contexto, el que define en cierto modo la eficacia del desempeño; ello explica que una competencia puede ser evidenciada dependiendo del contexto en que se aplica.

Es por esto, que el desarrollo de las habilidades conceptuales, procedimentales, actitudinales permite a los docentes y estudiantes

interactuar en los procesos del conocimiento, comprensión y resolución de problemas, mejorando el proceso de enseñanza aprendizaje y la calidad de la educación (Rivadeneira, 2017). Se asume una concepción sobre la formación basada en competencias y la integralidad del ser humano, coherente con sus necesidades y buscando soluciones pertinentes. Se establece que la formación por competencias estará dentro del marco conceptual de las competencias profesionales pedagógicas y que no solo se tenga dominio de contenidos, sino también de habilidades en la práctica pedagógica, la didáctica, los procedimientos en valores, la ética y los sentimientos que deben caracterizarlas adicionalmente.

En el caso de la educación física como ciencia, disciplina y profesión contempla exigencias de una formación amplia y sistematizada que se lleva a cabo en los contextos disciplinar, competitivo, ético y laboral. Los procesos formativos en esta área tienen como ejes centrales el desarrollo de habilidades procedimentales en el área de simulación y la adquisición de diversas competencias a través de la experiencia deportiva.

Conociendo todo esto, la UNESCO planteó las competencias básicas que se deben implementar en los sistemas educativos y de formación. Autores como (Gámez, 2010; Mateo, 2010; Barrera, 2010; Rodríguez, 2020), las definen y describen de la siguiente manera:

1. **Competencia en comunicación lingüística.** Esta competencia se refiere a la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, de representación, interpretación y comprensión de la realidad, de construcción y comunicación del conocimiento y de organización y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta.
2. **Competencia matemática.** Consiste en la habilidad para utilizar y relacionar los números, sus operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión y razonamiento matemático, tanto para producir e interpretar distintos tipos de información, como para ampliar el conocimiento sobre aspectos cuantitativos y espaciales de la realidad, y para resolver problemas relacionados con la vida cotidiana y los del mundo laboral. Forma parte de la competencia matemática la habilidad para interpretar y expresar con claridad y precisión informaciones y datos.
3. **Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.** Es la habilidad para interactuar con el mundo físico, tanto en sus aspectos naturales como en los generados por la acción humana. En definitiva, incorpora habilidades para desenvolverse adecuadamente, con autonomía e iniciativa personales en ámbitos de la vida y del conocimiento. Así, forma parte de esta competencia la adecuada percepción del espacio físico en el que se desarrollan la vida y la actividad humana.

4. **Tratamiento de la información y competencia digital.** Esta competencia consiste en disponer de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento. Incorpora diferentes habilidades, que van desde el acceso a la información hasta su transmisión en distintos soportes una vez tratada, incluyendo la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como elemento esencial para informarse, aprender y comunicarse.
5. **Competencia social y ciudadana.** Esta competencia hace posible comprender la realidad social en que se vive, cooperar, convivir y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad plural, así como comprometerse a contribuir a su mejora. En ella están integrados conocimientos diversos y habilidades complejas que permiten participar, tomar decisiones, elegir cómo comportarse en determinadas situaciones y responsabilizarse de las elecciones y decisiones adoptadas.
6. **Competencia cultural y artística.** Esta competencia supone conocer, comprender, apreciar y valorar críticamente diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento, disfrute y considerarlas como parte del patrimonio de los pueblos.
7. **Competencia para aprender a aprender.** Aprender a aprender supone disponer de habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera cada vez más eficaz y autónoma de acuerdo con los propios objetivos y necesidades. Esta competencia tiene dos dimensiones fundamentales. Por un lado, la adquisición de la conciencia de las propias capacidades (intelectuales, emocionales, físicas), del proceso y las estrategias necesarias para desarrollarlas, así como de lo que se puede hacer por uno mismo y de lo que se puede hacer con ayuda de otras personas o recursos. Por otro lado, disponer de un sentimiento de competencia personal, que redunde en la motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender. Significa ser consciente de lo que se sabe y de lo que es necesario aprender.
8. **Autonomía e iniciativa personales.** Esta competencia se refiere, por una parte, a la adquisición de la conciencia y aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas, como la responsabilidad, la perseverancia, el conocimiento de sí mismo y

la autoestima, la creatividad, la autocrítica, el control emocional, la capacidad de elegir, de calcular riesgos y de afrontar los problemas, así como la capacidad de demorar la necesidad de satisfacción inmediata, de aprender de los errores y de asumir riesgos.

Las competencias básicas son comunes a toda la enseñanza y constituyen, de hecho, el hilo conductor que permite considerarla como una unidad. Estas ponen de manifiesto los niveles de consecución de las capacidades propias de cada una de las etapas. De esta manera, deben cumplir con ciertos requerimientos que garanticen un aprendizaje eficiente. Mateo (2010) describe las principales características de las competencias básicas:

- Promueven el desarrollo de capacidades más que la asimilación de contenidos, aunque estos siempre están presentes a la hora de concretarse los aprendizajes.
- Son multifuncionales (pueden ser utilizadas para conseguir múltiples objetivos).
- Tienen en cuenta el carácter aplicativo de los aprendizajes, ya que se entiende que una persona “competente” es aquella capaz de resolver los problemas propios de su ámbito de actuación. Proporcionan la capacidad de saber hacer, es decir, de aplicar los conocimientos a los problemas de la vida profesional y personal. Incluyen una combinación de saberes, habilidades y actitudes.
- Se fundamentan en su carácter dinámico, ya que se desarrollan de manera progresiva y pueden ser adquiridas en situaciones e instituciones formativas diferentes. Pueden ser adquiridas en todo tipo de contextos: escuela, en casa, y en ámbitos extraescolares.
- Tienen un carácter interdisciplinar y transversal, ya que integran aprendizajes procedentes de diversas disciplinas académicas. Tienen un carácter integrador, aunando los conocimientos, los procedimientos y las actitudes (saber, ser, saber hacer). Permiten integrar y relacionar los aprendizajes con distintos tipos de contenidos, utilizarlos de manera efectiva y aplicarlos en diferentes situaciones y contextos (aplicabilidad y transferencia).
- Son un punto de encuentro entre la calidad y la equidad. Por una parte, con ellas se intenta garantizar una educación que dé respuesta a las necesidades reales de la época en la que vivimos (calidad). Por otra parte, se pretende que sean asumidas por todo el alumnado, de manera que sirvan de base común a todos los ciudadanos (equidad).
- Se debe aprender, renovar y mantener a lo largo de toda la vida.
- Constituyen la base de los aprendizajes básicos posteriores.

En el ámbito de la educación física y el deporte, las competencias básicas son alcanzadas por los deportistas de manera sistemática y muy similar al campo educativo general, así lo plantea el autor Barrena (2010) en su estudio de las contribuciones de esta área del conocimiento a la adquisición de las competencias básicas que se resume en la Tabla 5.

Tabla 5.
Contribuciones de la educación física y el deporte a las competencias básicas.

Competencias Básicas	Cómo contribuye la educación física y el deporte
Competencia en comunicación lingüística	Ofrece una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico que aporta.
Competencia matemática	A través del uso de las habilidades numéricas y de medida aplicadas al control del espacio y el tiempo, el control de la intensidad del ejercicio mediante la toma de la frecuencia cardíaca, criterios de éxito y porcentajes en las estadísticas realizadas, y en los porcentajes de ingestas de una dieta equilibrada, cálculo del metabolismo basal y calorías ingeridas.
Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico	Proporciona conocimientos y destrezas sobre determinados hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la etapa obligatoria. Además, aporta criterios para el mantenimiento y mejora de la condición física, sobre todo de aquellas cualidades físicas asociadas a la salud: resistencia cardiovascular, fuerza-resistencia y flexibilidad.
Tratamiento de la información y competencia digital	Se pueden desarrollar habilidades para buscar, obtener, procesar, y comunicar información y para transformarla en conocimiento, así como fomentar el uso habitual, responsable y crítico de los recursos tecnológicos: muestra de ello son los diferentes trabajos y sesiones que se plantean utilizando las nuevas tecnologías como herramienta de trabajo.
Competencia social y ciudadana	Las actividades físicas son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades deportivas colectivas exigen la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades.
Competencia cultural y artística	Apreciación y comprensión del hecho cultural mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como parte del patrimonio cultural de los pueblos.
Competencia para aprender a aprender	Recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Todo ello permite que los deportistas sean capaces de regular su propio aprendizaje y práctica de la actividad física en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades deportivas y expresivas colectivas y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos que son generalizables para varias actividades deportivas.

Autonomía e iniciativa personales	Protagonismo en aspectos de organización individual y colectiva de jornadas y actividades físicas y deportivas o de ritmo, y en aspectos de planificación de actividades para la mejora de su condición física.
--	---

Además, en la educación física y el deporte se debe tomar en cuenta otra competencia básica como lo es el aprendizaje motriz, el cual es orientado a estimular en los deportistas las competencias motrices básicas centradas en sus capacidades potenciales de aprendizaje, de manera general la competencia motriz hace referencia al conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que realiza en su medio y con los demás, y que permiten que los estudiantes/deportistas superen los diferentes problemas motrices planteados, tanto en las sesiones de educación física, actividades deportivas como en su vida cotidiana (Pérez, 2013).

En términos de competencias, los deportistas requieren saber con claridad por ejemplo, qué es el calentamiento y para qué sirve, qué consecuencias podría traer para el organismo si no se hace correctamente antes de iniciar una competencia o una práctica deportiva (conceptos, conocimientos o el saber clave), también requiere aprender a realizar los ejercicios y actividades físicas que se deben realizar para un buen calentamiento, estos son, los ejercicios articulares, una activación dinámica general, desplazamientos y los ejercicios de estiramiento y flexibilidad básicos, estos los debe realizar de manera correcta y con la intensidad y duración necesaria para que ocasione el efecto requerido en el organismo (el saber hacer, las habilidades o los procedimientos) además de ello, los deportistas deben estar dispuestos para su realización, ser conscientes de esta acción, tener cierta motivación para la práctica, y manifestar un interés en aprender, atender y trabajar en equipo, entre otros comportamientos favorables (el ser, las actitudes, los valores).

En consecuencia, si un deportista aprende conceptos básicos sobre el calentamiento, sabe realizar correctamente los ejercicios, realiza de manera autónoma y voluntaria antes de cualquier práctica de actividad física o deportiva, entonces puede decirse que el deportista está adquiriendo una competencia motriz básica.

Otro aspecto para considerar y en analogía en los párrafos anteriores es el de la filosofía del Taekwondo, debido a que en la mayoría de las ocasiones los estudiantes/deportistas se decantan por una u otra arte marcial dependiendo de la filosofía que esta les propone en la vida fuera de la sala de entrenamiento. En el caso del Taekwondo, se propone cinco principios: cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable, los cuales pueden ser desarrollados en mayor medida con la aplicación de técnicas pedagógicas en las sesiones de entrenamiento.

2.5.2. Las inteligencias múltiples en el Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué es pertinente que en la práctica del Taekwondo se desarrollen las diversas inteligencias múltiples?

El estudio de la Teoría de las Inteligencias Múltiples (IM) de Gardner es de suma importancia ya que estas de manera individual y en conjunto, contribuyen en el correcto desarrollo de la inteligencia deportiva, la cual es la clave en la práctica de cualquier deporte, ya sea individual o colectivo. La teoría IM ha sido adaptada para fines de la educación deportiva, así como para estudios académicos. Entrenadores y deportistas deben extrapolar el conocimiento y habilidades marciales del Taekwondo y aplicarlos en el cotidiano.

Es un marco ideal para enseñar la filosofía del Taekwondo (conocimiento intelectual), que generalmente se deriva del entrenamiento físico (adquisición de habilidades) (Mayen et al., 2015). Por lo tanto, la enseñanza del Taekwondo debería superar las meras habilidades pugilísticas y proporcionar métodos para mejorar la vida de sus practicantes.

El conocimiento de prácticas pedagógicas y teorías como las IM podría facilitar las habilidades de los entrenadores de Taekwondo para enseñar y proporcionar oportunidades para que los deportistas deriven filosofías personales a partir del entrenamiento. Los planes de entrenamiento de artes marciales deben diseñarse para satisfacer las necesidades únicas de las etapas individuales de desarrollo mental y físico de los estudiantes (Johnson, 2017). Al comprender las necesidades y expectativas individuales de los estudiantes de una clase, así como lo que los motiva a estar allí, los instructores pueden adaptar sus métodos de entrenamiento para maximizar la efectividad de una sesión.

La teoría de inteligencias múltiples puede facilitar la adquisición de la filosofía del Taekwondo mediante la incorporación y adaptación del proceso de cuestionamiento mayéutico de dos pasos de Mayen et al. (2015). En ese proceso, los instructores primero enseñan un aspecto físico, luego, incitan a los deportistas a reflexionar sobre, cómo esa lección se puede aplicar a sus vidas diarias. La incorporación de IM puede elevar las metodologías de los instructores de Taekwondo al mismo nivel que los maestros de aula, lo que debería ser un objetivo para todos los instructores de artes marciales. Con estos antecedentes, se puede aplicar la teoría de IM en los entrenamientos de Taekwondo de la siguiente manera (Johnson, 2017):

- Un diagrama de Venn se puede integrar en una sesión de entrenamiento de Taekwondo para reforzar el entrenamiento físico del arte y, posteriormente, para proporcionar una oportunidad para la autorreflexión. Por ejemplo: un entrenador puede proporcionar a los estudiantes trozos de papel con diagramas de Venn en ellos y pedir a los estudiantes que escriban el nombre de un objetivo en la sección superpuesta, como el pecho o la cabeza. Luego se debe instruir a los deportistas para que enumeren tantas técnicas de puños y patadas como sea posible que se puedan usar para golpear ese objetivo en particular.

Una vez que los estudiantes pueden representar la relación entre la herramienta de ataque y el objetivo gráficamente, la idea se vuelve corporal. Por lo tanto, el diagrama de Venn hace que el conocimiento teórico se vuelva visual y verificable para los estudiantes, mejorando considerablemente su inteligencia visual-espacial y lógico-matemática.

- Los entrenadores pueden enfatizar la necesidad de desarrollar el principio de Taekwondo de espíritu indomable durante una sesión de sparring. Al no dar a los estudiantes un descanso durante una sesión intensa de sparring, los entrenadores los empujan hacia casi el agotamiento. El entrenador puede después, dar una breve conferencia, sobre cómo cada estudiante acaba de demostrar un espíritu indomable. El análisis casi instantáneo de la sesión de sparring ocurriría mientras los estudiantes todavía sienten algo del estrés físico en sus cuerpos. Por lo tanto, el objetivo de la conferencia no es describir lo que sucedió, sino permitir que los estudiantes sientan en sus cuerpos el concepto esotérico de espíritu indomable inmediatamente después de demostrarlo. Los entrenadores deben declarar que los deportistas acaban de demostrar que ya han encarnado ese principio, por lo que ahora pueden superar otros desafíos menos peligrosos en su vida diaria. Los deportistas jóvenes pueden internalizar esa lección para superar las presiones de los compañeros o la intimidación, mientras que los deportistas mayores pueden verla como una lección de autodescubrimiento y fortaleza interior recién descubierta. En cualquier caso, este tipo de entrenamiento de Taekwondo ha fortalecido indirectamente el desarrollo de la inteligencia corporal-kinestésica, la inteligencia interpersonal y la inteligencia verbal-lingüística.
- Debido a que el entrenamiento de Taekwondo es un viaje muy personal, los deportistas con inteligencia intrapersonal deberían poder incorporar fácilmente la filosofía del arte en sus vidas. Un método histórico para transmitir la cultura y el conocimiento de las artes marciales es la narración. Los instructores pueden contar historias antes, durante o después del entrenamiento, en cenas, viajes a torneos, o cualquier otro momento oportuno. Al escuchar estas historias, lo más probable es que los deportistas empaticen con la historia y encuentren paralelismos con sus propias vidas y las historias personales de sus entrenadores sobre, cómo el Taekwondo mejoró sus vidas más allá de la aptitud física y, como tal, se les puede alentar a encontrar sus propios significados a partir de sus experiencias personales con el Taekwondo. De esta manera, y dependiendo de las historias que se narren, no solo se desarrolla la inteligencia intrapersonal, sino que también pueden aparecer correlaciones con la inteligencia musical-rítmica (incluyendo canciones en la historia) y la inteligencia naturalista.

La teoría de IM ayuda a los entrenadores de Taekwondo a identificar los estilos de aprendizaje individuales de los estudiantes y cómo aprovecharlos al máximo. Los estilos de aprendizaje no deben confundirse con IM: las inteligencias múltiples es un modelo que se ocupa principalmente del contenido o el “qué” del aprendizaje, (mientras que los estilos de aprendizaje) se centran en el “cómo” del aprendizaje. Por lo tanto, IM no solo es un medio

efectivo para la enseñanza, sino que los entrenadores pueden diversificar sus prácticas de enseñanza para crear una atmósfera de aprendizaje dinámica beneficiosa para todos los estudiantes (Johnson, 2017). Cabe señalar que la retroalimentación es imperativa para este proceso. Los estudiantes necesitan saber de un instructor experimentado si están usando la filosofía del Taekwondo de manera adecuada y efectiva.

El entrenamiento de Taekwondo basado en IM puede crear experiencias de aprendizaje dinámicas y personalizadas, cualidades que probablemente se sumarán al disfrute del entrenamiento y lo harán significativo. Sin embargo, no deben reemplazar completamente los estilos de entrenamiento sino ser un complemento de los métodos de instrucción de cada entrenador.

Una posible aproximación que permita adaptar la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner en los entrenamientos de Taekwondo, es la utilización de la rueda de construcción orientada a tareas (Task-oriented construction Wheel) desarrollada en 2004 por el Centro para la Excelencia Docente de la St. Edward's University a partir de la taxonomía de Bloom, en la que se diseñan actividades a partir de verbos que corresponden a cada una de las habilidades de pensamiento (recordar, comprender, aplicar, analizar, evaluar y sintetizar).

Esto permite que los entrenadores diseñen tareas específicas en cada sesión de entrenamiento con el objetivo de mejorar las destrezas y habilidades de los deportistas. Para lo cual parten de cada proceso cognitivo y utilizan los verbos establecidos por Benjamín Bloom en el diseño de estas actividades. En la Figura 5 se muestra un ejemplo de la rueda de construcción orientada a tareas adaptada al entrenamiento del Taekwondo.

Figura 5. Adaptación de la Task-oriented construction Wheel a la práctica de Taekwondo.



2.5.3. Relación entre competencias, inteligencias y aprendizajes en el deporte

Pausa para la reflexión

¿Por qué concebir a las competencias e inteligencias como unidad integral que coadyuva al desempeño cotidiano de los deportistas y los seres humanos?

Para establecer una relación entre competencias e inteligencias en el deporte, es necesario definir cada apartado para conocer sus características y como estas influyen en el proceso enseñanza aprendizaje del deporte.

En primer lugar, competencias en el deporte son un conjunto de habilidades y destrezas a nivel motor, social y personal que posibilitan que el ser humano tenga la capacidad de desenvolverse como una unidad integral de manera libre, armónica y autónoma, desarrolladas en gran medida dentro de un contexto educativo (Arango-Cardona et al., 2017). Es decir, a través de las experiencias cotidianas los seres humanos adquieren una serie de destrezas que les permiten desenvolverse en diferentes contextos.

Dichas competencias han sido argumentadas por las orientaciones pedagógicas para la educación física, la recreación y el deporte con el fin de ser reconocidas, comprendidas y puestas en ejecución por entrenadores, docentes y todo aquel que esté interesado en trabajar el cuerpo como el centro de las facultades humanas, ya que es a través del cuerpo y de las experiencias vividas que se adquieren las bases necesarias para la vida.

Como se citó en Arango (2017), Jean Piaget (1956) plantea que “todos los contenidos cognitivos se fundan en la motricidad”. Asimismo, Lapierre & Aucurterier (1977) plantean que “todas las adquisiciones primitivas y fundamentales nacen de la actividad perceptivo-motriz que genera la adquisición de conocimientos, en especial de los procesos intelectuales, y que permiten la organización del pensamiento lógico”. Por lo tanto, las facultades motrices de los individuos generan la adquisición de competencias que proporcionan organización y mejor desarrollo del pensamiento.

Una las competencias más importantes dentro de la educación física y el deporte es la competencia motriz, la cual permite la construcción de una corporeidad, dicha corporeidad es entendida como la experiencia corporal, la vivencia del hacer, sentir, pensar y querer y de la integralidad donde se relaciona con otros y con el mundo que le rodea (Arango-Cardona et al., 2017). A través de la corporeidad se establecen vínculos emocionales mediante el cuerpo, dichos vínculos emocionales permiten que los seres humanos interactúen con los demás, logrando así establecer relaciones con su entorno mediante su cuerpo, esto da origen a la comunicación y a la primera relación humana propia que le da sentido al desarrollo de habilidades motrices, físicas y técnicas de movimiento.

La habilidad motriz definida como la capacidad adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas (Piquer, 2020). Esto quiere decir que son las destrezas logradas por el aprendizaje motor, entendiendo el desarrollo de esta habilidad como

base para posteriores acciones motrices complejas como; saltos, equilibrio, lanzamientos, entre otros.

Otra de las competencias deportivas es la expresiva corporal que se comprende como la exteriorización y comunicación de emociones, sensaciones o ideas a través de actitudes y gestos (Arango-Cardona et al., 2017). Es la asociación de conocimientos acerca de sí, tales como los sentimientos y las emociones, así mismo de métodos y estrategias que permitan regular los mismos, como poseer una disposición corporal y comunicativa a través de sus expresiones corporales, la cual es anterior a la expresión verbal, es decir primero viene la expresión corporal manifestada de manera espontánea o elaborada, dado que toda expresión humana esta mediada por el cuerpo que a su vez está asociada a la comunicación por gestos, movimientos y acciones controladas y posteriormente se integra la palabra y el sonido.

Por tanto, la expresión corporal debe potenciarse desde la actividad física y el deporte buscando que la persona social, necesita relacionarse, requiere de la implementación de diferentes instrumentos tales como, sonidos, palabras, gestos, movimientos.

La competencia expresiva corporal busca desarrollar una inteligencia emocional que le permita al niño controlar sus impulsos emocionales y adquirir las habilidades para expresar sus ideas, sentimientos y pensamientos a través del lenguaje corporal, siendo esta expresión de forma tal que le dé paso a la solución de conflictos de forma pacífica buscando el bien común.

En el deporte también se presenta la competencia axiológica corporal, vislumbrada como el acervo de valores vitales dentro de una cultura, así como también de conocimientos y métodos logrados por medio de actividades físicas, lúdicas y deportivas, que permiten la conservación de un estilo de vida que esté enfocado hacia la adquisición y promoción de valores sociales y el respeto por su entorno, refiriéndose a los principios éticos y normas morales (Arango-Cardona et al., 2017).

Cabe resaltar que a través de los valores sociales que se potencian en el deporte se evidencian experiencias más significativas en los deportistas dentro de su etapa de desarrollo, asimismo, la competencia axiológica corporal está fundamentada en el reconocimiento y valor que cada ser humano le otorga al cuerpo y en su manifestación personal y relacional. La competencia axiológica corporal se puede ver manifestada en la vida cotidiana, puesto que lo axiológico cuando se relaciona con el deporte fomenta la intelectualidad, la moralidad y el estado físico de un individuo.

Por lo tanto, las competencias deportivas permiten que los individuos desarrollen sistemáticamente sus habilidades, mejoren sus niveles de desarrollo físico y su expresión corporal, adquieran conocimientos, hábitos y actitudes para el fomento de la salud y se desenvuelvan en el campo intelectual, así como en los campos afectivos y de socialización, para alcanzar una formación integral que contribuya a elevar su nivel de vida (Barajas-Cruz, 2011). Las nuevas tendencias educativas hacia el deporte buscan un desarrollo integral de sus practicantes teniendo como objetivo que los deportistas:

- Desarrollen sus capacidades para expresarse y comunicarse.
- Sepan adquirir y utilizar información.
- Desarrollen el pensamiento y las habilidades para resolver problemas.

- Se sientan seguros y competentes en el plano motriz.
- Desarrollen las capacidades que le permitan enfrentar desafíos y fortalezcan su creatividad, autoestima y motivación.
- Que puedan apreciarse y respetarse a sí mismo y a los otros.

Desde un punto de vista más competitivo y profesional se pueden destacar competencias y habilidades más específicas que los deportistas y entrenadores necesitan desarrollar. Palmi y Riera (2017) proponen el modelo de estado óptimo de rendimiento (EOR), en el cual se especifican las competencias deportivas con sus respectivas habilidades:

Tabla 6.
Listado competencias y correspondientes habilidades a entrenar (según modelo EOR).

Competencias	Habilidades
Control de Activación	Reconocer el nivel óptimo de activación. Detectar los factores que descompensan. Aumentar o disminuir la activación. Ajustar eficazmente la activación a la situación.
Control Atencional	Reconocer las señales relevantes de cada situación. Detectar los factores de distorsión atencional. Ajustar la amplitud y el enfoque (interno/ externo). Ajustar la atención y cumplir una rutina competitiva.
Control de Pensamientos	Reconocer pensamientos funcionales para cada situación. Detectar creencias y pensamientos negativos. Reconvertir creencias y pensamientos negativos en funcionales. Utilizar eficazmente el auto diálogo y palabras clave.
Control de Imágenes Mentales (IM)	Reconocer IM óptimas para cada situación. Detectar IM negativas. Reconvertir IM negativas en IM de maestría. Utilizar eficazmente las IM.
Control de Objetivos	Reconocer el objetivo óptimo para cada situación. Detectar situaciones que provocan objetivos inadecuados. Reconvertir objetivos inadecuados en adecuados. Ajustar objetivos óptimos en función del estado personal y del contexto.
Control Conductual	Reconocer el comportamiento óptimo. Detectar situaciones que provocan desajustes conductuales. Comunicar y escuchar de forma óptima. Comportarse y gestionar adversidades eficazmente.
Control de Emociones	Reconocer el estado emocional óptimo para cada situación. Detectar situaciones desencadenantes de estados emocionales negativos. Reconvertir un estado emocional negativo a funcional. Ajustar eficazmente el estado emocional a la demanda.

Al hablar de inteligencias en el deporte, es esencial empezar por la más importante de todas y la que engloba a las demás inteligencias que los seres humanos desarrollamos. Esta es la inteligencia deportiva que es la capacidad que muestra una persona en el entorno deportivo a la hora de comprender qué está sucediendo en lo referente a las reglas del deporte en cuestión, cómo interpreta las situaciones de juego o cómo lleva a cabo la toma de decisiones en acciones concretas (Pérez, 2021).

Cuando se desarrolla una actividad deportiva, especialmente una competición, entran en juego multitud de factores que pueden determinar el éxito o fracaso. No se trata únicamente de un aspecto físico, sino que los aspectos intelectuales, emocionales y cognitivos también son esenciales en esta materia. Esto es lo que se conoce como inteligencia deportiva: la capacidad de comprender lo que está sucediendo en el contexto deportivo y la toma de decisiones en consecuencia. La inteligencia deportiva puede ser desarrollada por cualquier persona que practique un deporte, ya sea aficionado o profesional.

Al ser una inteligencia que se desarrolla con la práctica, el constante entrenamiento y en ella se inmiscuyen factores sociales, emocionales e intelectuales, es necesario comprender que para poder potenciarla debemos utilizar la teoría de las inteligencias múltiples, ya que estas abarcan todos los factores necesarios para desarrollar nuestra inteligencia deportiva y aplicarla de la mejor manera posible.

Para comprender la teoría de las inteligencias múltiples (IM), se debe remontar al año 1983 cuando su creador Howard Gardner estableció que el ser humano presenta 7 diferentes áreas de inteligencia, añadiendo una más posteriormente, que funcionan separadas entre sí, pero se complementan. En el año 2006, Gardner y Moran definieron a la inteligencia como “como un potencial biopsicológico para procesar información que puede activarse en un entorno cultural para resolver problemas o crear productos que son valiosos en una cultura” (pp. 33-34). Esta definición se basa en una visión diferente de la inteligencia según la cual todos los humanos poseen al menos ocho inteligencias: verbal-lingüística, lógico-matemática, visual-espacial, corporal, musical-rítmica, interpersonal, intrapersonal y naturalista.

En la actualidad existen diferentes herramientas que se pueden introducir en el aula y pueden ayudar al desarrollo de las IM como las pedagogías y las didácticas activas y experienciales. El deporte y el desarrollo de la actividad motora en la educación física es una de ellas (Jiménez, 2021). Teniendo esto en cuenta, es necesario establecer una relación entre la teoría de las IM y la educación deportiva.

Esta relación supone una alternativa para la enseñanza del deporte en el cual el estudiante/deportista desempeña un papel activo mediante la asunción de diversos roles y responsabilidades. Educación física, enseñanza o educación deportiva son términos que refieren a la enseñanza y aprendizaje de ejercicios físicos cuyo objetivo principal es la educación y la salud. Tanto la teoría como el contenido del modelo se centran en el éxito de los estudiantes basándose en el supuesto de que todos tienen talentos y habilidades únicos. En segundo lugar, a pesar de que los estudiantes tienen talentos intelectuales particulares en los que se destacan, las siete inteligencias se

pueden desarrollar en los diversos roles y actividades de educación deportiva (Jiménez, 2021). Además, cada inteligencia no es una entidad distinta. Más bien, cuando los estudiantes participan en una actividad, a menudo desarrollan más de una inteligencia. Por ejemplo: Cuando un niño juega con una pelota necesita inteligencia corporal-kinestésica (para correr, patear y atrapar), inteligencia espacial (para orientarse al campo de juego y anticipar las trayectorias del balón), e inteligencias lingüísticas e interpersonales (para argumentar con éxito un punto durante una disputa en un juego).

Además, el tiempo dedicado a practicar y aprender sobre un deporte en particular permite a los estudiantes adquirir dominios en más de un rol, lo que con suerte conduce a mayores niveles de disfrute. Una menor dependencia de la instrucción directa permite a los entrenadores actuar como facilitadores del aprendizaje. Entonces pueden satisfacer las necesidades individuales de los estudiantes al comprender “qué los hace funcionar” y presentar oportunidades para que los estudiantes mejoren todas sus inteligencias. La teoría de las inteligencias múltiples, establecidas por Gardner y que se han ido investigando a lo largo de los años, han permitido su comprensión y se las define así:

2.5.3.1. Inteligencia corporal-kinestésica

Es la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas, y para expresar ideas y sentimientos. Es la inteligencia de los deportistas y bailarines, los artesanos, los cirujanos, y en definitiva de cualquier profesional que utilice su cuerpo para realizar actividades o labores que implican utilizar el cuerpo con precisión, coordinación y habilidad (Zaleta, 2018).

La conjunción del cuerpo y la mente, para lograr la excelencia en el desempeño físico, comienza en el control de los movimientos, voluntarios o automáticos, hasta el manejo preciso y competente de determinadas habilidades o destrezas. La incidencia de este tipo de inteligencia se refleja, en el manejo y desempeño eficaz de movimientos corporales de alta especialización, como, por ejemplo, actividades atléticas que requieren la coordinación de amplios y variados grupos musculares.

2.5.3.2. Inteligencia verbal –lingüística

Es la capacidad de usar las palabras de manera efectiva en forma oral, escrita o descriptiva. La poseen personas que saben expresarse de manera eficaz (Ubago-Jiménez et al., 2018). Las personas dotadas de inteligencia lingüística tienen una habilidad especial para comunicarse mediante lenguaje oral, escrito o mediante signos. Por tanto, no debemos caer en el error de pensar que una persona muda carece de inteligencia lingüística (Malas-Tolsá et al., 2019).

2.5.3.3. Inteligencia lógico–matemática

Confiere a las personas una habilidad especial para el cálculo, la resolución de problemas, el razonamiento inductivo y deductivo, y en general aquellas habilidades necesarias para el desarrollo de métodos científicos (Fernández, 2015). Se corresponde con el modo de pensamiento del hemisferio lógico y con lo que nuestra cultura ha considerado siempre como la única inteligencia.

2.5.3.4. Inteligencia visual–espacial

Se dice que las personas con inteligencia visual y espacial ven en imágenes, perciben colores y/o formas con más detalle y precisión que otras personas a través de la visión (o del tacto en el caso de personas ciegas) y capacitan a las personas para el cálculo espacial, la interpretación de mapas y artes visuales en general (Malas-Tolsá et al., 2019). Consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones.

2.5.3.5. Inteligencia musical–rítmica

Esta inteligencia capacita a las personas de una habilidad computacional que permite el aprendizaje de la notación musical, y posteriormente capacita para escuchar, cantar y/o tocar instrumentos (Fernández, 2015). Para evaluar esta inteligencia, se propone la actividad del canto que pretende evaluar las habilidades de sensibilidad al tono, al ritmo y la capacidad musical.

2.5.3.6. Inteligencia interpersonal

Se la denomina también como inteligencia social, y permite al individuo interpretar y diferenciar los estados emocionales de quienes lo rodean. Las personas con elevado índice de inteligencia interpersonal se hallan especialmente capacitadas para el trato con la gente y el trabajo en equipo (Malas-Tolsá et al., 2019). Es decir, que esta inteligencia nos permite entender a las demás personas.

2.5.3.7. Inteligencia intrapersonal

También conocida como inteligencia emocional, está ligada a la personalidad y posibilita a quienes la poseen, comprender sus emociones y crear un modelo viable y eficaz de sí mismos, lo cual permite al individuo interpretar y orientar su conducta del modo más eficaz en el planteamiento y consecución de las metas del día a día (Zaleta, 2018). Por lo tanto, permite a los individuos entenderse a sí mismos.

2.5.3.8. Inteligencia naturalista

Capacidad de percibir las relaciones existentes entre varias especies o grupos de objetos y personas, así como reconocer y establecer si existen diferencias y similitudes entre ellos. Estos alumnos se caracterizan por la interacción con el entorno por observar, clasificar, experimentar o crear hipótesis (Ubago-Jiménez et al., 2018). Las personas que poseen una inteligencia naturalista elevada tienen una gran habilidad para cultivar, para comunicarse con los animales, entre otros.

Se puede aseverar que el maestro que se adentre en las IM debe acomodar diversas estrategias que propicien la estimulación de las ocho inteligencias. Impartiendo sus clases con énfasis rítmico (inteligencia musical), realizar gestos dramáticos mientras habla (inteligencia corporal), dibujar ideas ya sea en la pizarra u otra superficie (inteligencia visual-espacial), hacer pausas para dar tiempo a que el alumnado reflexione (inteligencia intrapersonal), saber formular preguntas y promover situaciones que inviten a la interacción (inteligencia interpersonal), e incluir siempre comparaciones y experiencias con la naturaleza (Ubago-Jiménez et al., 2018). Todo esto se puede transponer a un ambiente deportivo, en el que el entrenador utilice todas sus capacidades pedagógicas y didácticas para influenciar en sus deportistas el desarrollo de las 8 IM. Varios estudios han determinado la influencia de las actividades físico-deportivas en la psicología y en el perfeccionamiento de las IM, lo cual se encuentra sistematizado en la siguiente tabla.

Tabla 7.
Relación de las inteligencias múltiples con el deporte.

IM	Relación con el deporte
Inteligencia corporal-kinestésica	Se presenta una relación positiva significativa entre esta inteligencia y las orientaciones de motivación deportiva. Se desarrolla de manera dominante en el desarrollo de los elementos físicos, y técnicos ofensivos y defensivos del Taekwondo.
Inteligencia verbal-lingüística	Se utiliza para transmitir las instrucciones y orientaciones de trabajo, para discutir las estrategias de juego/combate, etc., y tener óptima comunicación entre el entrenador y los deportistas.
Inteligencia lógica-matemática	Comprensión de puntuaciones a favor o en contra y del tiempo reglamentario del combate. Un buen nivel de esta inteligencia hará que sean hábiles a la hora de llevar la exploración y toma de decisiones en el combate en cuanto a elementos técnicos y tácticos (procesos mentales), controlar el tiempo de cada round, o medir el número de pulsaciones por minuto una vez finalizado el entrenamiento.
Inteligencia visual-espacial	Las explicaciones tácticas de los entrenadores deportivos influyen positivamente en el desarrollo de esta inteligencia. Deportes que orienten a los practicantes a localizar e identificar lugares, objetos, apreciar tamaños, formas y colores, hacerse una imagen mental del movimiento o hacer actividades que impliquen seguir un croquis o mapa, a orientarse en el espacio de entrenamiento o competencia.
Inteligencia musical-rítmica	Se utiliza para la ejecución de ejercicios que impliquen ritmo, intensidad y/o fuerza. Destacarán en ejercicios con música, como la danza y el baile, gimnasia aeróbica con fundamentos del Taekwondo, o en juegos o marchas a los que se acople una canción que marque el ritmo.
Inteligencia interpersonal	Genera alto impacto en los entrenadores deportivos quienes logran formar relaciones positivas con sus deportistas. Los deportistas desarrollan fuertes lazos emocionales entre sí durante los entrenamientos. Deportes colectivos ayudan en mayor medida al desarrollo de la inteligencia social en las interacciones y comunicación grupal.

Inteligencia intrapersonal	Los deportistas incrementan la comprensión de sus emociones y de su cuerpo con el entrenamiento. La práctica de deportes individuales como el Taekwondo facilita el desarrollo de esta inteligencia.
Inteligencia naturalista	Actividades como la natación, la escalada y los deportes de aventura en general, que acerquen a los deportistas a la naturaleza, no obstante, todo deportista tendrá actitud de organización, respeto y orden con la infraestructura, medios y recursos didácticos dentro y fuera de las instalaciones deportivas.

En líneas generales podemos afirmar que el aprendizaje deportivo es un caso particular del aprendizaje motor. Definiéndolo como un proceso interno e individual que debe suponer un cambio con relativa frecuencia, estable, en la conducta o comportamiento motriz del sujeto que aprende y que no se atribuye al desarrollo, sino a la práctica y experiencia (Jiménez, 2018). El aprendizaje deportivo integra en la conducta motora del aprendiz habilidades específicas deportivas, que le permiten alcanzar los objetivos propios de cada deporte con un máximo de éxito y un mínimo gasto energético.

Las teorías conductistas suponen que el aprendizaje es un proceso de asociación de estímulos y respuestas observables, es decir, en el análisis de la conducta del alumno. No interesa lo que ocurre dentro del individuo que aprende. Los aprendizajes complejos son el encadenamiento de aprendizajes simples (Sánchez-Rivas et al., 2015). Autores como Thorndike o Skinner desarrollan este tipo de teorías que en la práctica dan importancia a la repetición de movimiento, gestos o acciones, para automatizarlos, y al uso de refuerzos positivos y negativos para favorecer el aprendizaje. Y se señala que para que exista transferencia positiva en el aprendizaje de otras tareas, ambas deben presentar “elementos idénticos”.

Las teorías cognitivas tienen en cuenta los procesos internos del sujeto que aprende: percepción, memoria, motivación o esquemas cognitivos previos. Se pretende un aprendizaje por comprensión, razonando, no por repetición automática. Dentro de éstas encontramos a autores como Piaget o Lewin citado por (Jiménez, 2018). La transferencia aquí supone encontrar “principios generales” comunes a diferentes tareas. Así la asimilación de estos principios facilitaría el aprendizaje de diferentes deportes. En la práctica se pretende exponer al aprendiz a una gran variedad de situaciones, no repetir sistemáticamente una tarea.

Las teorías constructivistas van un paso más allá de las teorías globales. En los dos tipos de teorías anteriores, todos los sujetos aprendían de igual forma. Este enfoque supone que cada sujeto asimila, modifica y reelabora lo que aprende, es creativo, no sólo receptivo. Autores que sustentan este enfoque son Vygotsky o Ausubel citados por (Jiménez, 2018). Singer habla de tres aspectos del sujeto a tener en cuenta para el aprendizaje, que podemos identificar con alguna de las características del aprendizaje significativo: la maduración, los aprendizajes previos y la motivación.

Por lo tanto, el aprendizaje de un deporte es esencialmente, el aprendizaje de unas habilidades específicas. Es decir, el sujeto lo que hace es desarrollar una habilidad concreta para resolver un problema específico. Es por esto por lo que el aprendizaje deportivo esta englobado dentro del

aprendizaje motor.

2.5.3.9. Características del aprendizaje deportivo

Busca contribuir al desarrollo de las diferentes capacidades del deportista. Además, no debe ser selectivo, sino que debe promover la participación de todos y fomentar conductas cooperativas. Se destaca la importancia de que este tipo de aprendizaje proporcione recursos al deportista para ocupar su tiempo libre de forma saludable y constructiva (Jiménez, 2021). De esta manera, se pueden describir diferentes características que presenta el aprendizaje deportivo:

- **Aprendizajes previos:** Se debe partir del nivel de desarrollo evolutivo de los deportistas y de sus aprendizajes previos. Para ello, se debe tener en cuenta su nivel de desarrollo de las habilidades motrices básicas, de su condición física y de su nivel cognitivo. Es necesario el desarrollo amplio y variado de habilidades motrices básicas para construir, a partir de ellas, las habilidades motrices específicas deportivas, que son el refinamiento de las anteriores.
- **Aprendizajes significativos:** Por otro lado, se deben fomentar los aprendizajes significativos, no memorísticos, integrando nuevos aprendizajes en lo que ya se sabía. Supone una actividad mental, comprensiva, sabiendo la razón de lo que se hace.
- **Aprendizaje comprensivo:** Se debe favorecer un aprendizaje global, contextualizado y comprensivo. Implica transmitir primeramente la táctica, partiendo del juego y situaciones globales para posteriormente abordar los aspectos más técnicos, y no realizar una enseñanza técnica descontextualizada.
- **Utilizar distintas técnicas de enseñanza:** Otro aspecto metodológico característico del proceso de enseñanza aprendizaje deportivo es la utilización de diferentes técnicas y estilos de enseñanza, desde la reproducción de modelos hasta la enseñanza mediante la búsqueda, que no son excluyentes. Si se quiere incidir en los mecanismos de percepción y toma de decisiones, se acude a la enseñanza mediante la búsqueda e investigación. Pero si se quiere buscar una mejor ejecución, se utiliza la reproducción de modelos.
- **Transferencia:** También, cabe destacar que, para favorecer la comprensión de principios comunes y el aprendizaje del mayor número de deportes, se deben buscar “habilidades clave” transferibles entre diferentes deportes, como la ocupación de espacios libres, los apoyos, o la visión periférica.
- **Evitar especialización temprana:** La orientación debe ser una formación múltiple, evitando la especialización temprana y la búsqueda de rendimiento. Se debe contemplar situaciones y contextos de aprendizaje variados desde, los que únicamente se trate de controlar los movimientos propios y conocer mejor las posibilidades personales, hasta otros en los que las acciones deben responder a estímulos externos y variados y coordinarse con las actuaciones de compañeros o adversarios, y en las que las características del medio pueden ser cambiantes.
- **Autonomía:** También se debe fomentar una progresiva autonomía del deportista. Y facilitar que el deportista progresivamente pueda auto

observarse, autocontrolarse, autoevaluarse y corregirse paulatinamente. Además de aprender cómo organizar y dirigir sus propias prácticas.

- **Clima adecuado:** Igualmente, se debe crear un clima favorable a la participación y a la interacción, y al desarrollo de actitudes positivas como el respeto, la aceptación y el apoyo práctico. Para ello se disminuye la competición, se incrementa la comprensión y se favorece el trabajo en equipo.

Por otro lado, se tiene las fases del aprendizaje motor, establecidas por Scnabel (1988) y que han ido evolucionando y actualizándose a lo largo del tiempo. Jiménez (2017) hace una reconstrucción de estas fases:

- **Fase cognoscitiva:** Consiste en adquirir una idea clara del objetivo a alcanzar. El sujeto trata de identificar la información relativa a las exigencias de la situación, para elaborar un primer plan que contemple la puesta en escena de las operaciones motrices implicadas. La duración de esta etapa suele ser corta, pero depende de la complejidad de la tarea a aprender y de las experiencias previas. Además, existe gran importancia de los factores verbales como ayuda en la organización del plan de acción y para la memorización de los datos relativos al entorno. El sujeto debe comprender que es lo que debe aprender y construir una imagen del movimiento a realizar, aunque sus movimientos muestren cierta incompetencia.

Esta etapa permite la selección de un repertorio inicial de subrutinas de entre las que se desarrollaron en experiencias anteriores. Se prestará atención a aspectos que posteriormente pasarán desapercibidos, atendiendo a los aspectos importantes de la habilidad. Se ha comprobado que en las primeras etapas del aprendizaje prevalece el uso de la información visual en detrimento de la kinestésica, más apropiada para un correcto control motor. Una de las características de la ejecución motora en esta fase es la existencia de un elevado tono muscular.

- **Fase asociativa:** Abarca desde el final de la anterior hasta que se ejecuta casi sin errores en circunstancias estables. El resultado de esta fase es una ejecución coordinada y constante, pero se presentan dificultades al aplicarla en entornos diferentes a los habituales. Deben eliminarse hábitos perniciosos, que puedan tener su origen en experiencias anteriores. La coordinación fina se aprecia en que disminuye el uso desproporcionado de fuerza y tensión muscular. Además, la fluidez de la ejecución aumenta al sincronizar los diferentes elementos de la habilidad. Y la amplitud y la velocidad de ejecución se acercan a las deseadas. La mejora de la ejecución motriz se produce porque aumenta la capacidad de percepción y procesamiento de la información, debido a que la ejecución absorbe un menor grado de atención que puede destinarse a otras finalidades. Y predomina la información kinestésica, en vez de la visual.

- **Fase autónoma:** Transcurre desde la aparición de la coordinación fina hasta la aplicación de la habilidad en situaciones diferenciadas, difíciles y desacostumbradas. El resultado de esta fase es la disponibilidad del movimiento, que puede ser adaptado a múltiples situaciones. Lógicamente esta fase no concluye nunca, ya que nunca se puede afirmar que un sujeto haya llegado a la perfección de su ejecución motora, ya que siempre podrá mejorarse en uno o más aspectos. La estabilización en la ejecución favorece

la adaptación de la habilidad a diferentes situaciones y entornos. También se mejora en los mecanismos de percepción y tratamiento de la información, lo que facilita la ejecución de la habilidad en entornos cambiantes. Además, se da un gran predominio del analizador kinestésico, combinado con otras fuentes de información sensorial. Y mejoran todos los mecanismos implicados en la ejecución motriz.

Como se puede apreciar, el aprendizaje motor va ligado al desarrollo de las IM, ya que las diferentes fases de aprendizaje deportivo influyen directa o indirectamente en la mejora de cada una de las IM y estas a su vez generan competencias y habilidades tanto en los deportistas como en los entrenadores.

Es por esto, la importancia de relacionar estos tres campos durante todo el proceso de enseñanza aprendizaje de cualquier actividad físico-deportiva, ya sea en un marco educativo (escuela, colegio, universidad) o en un ámbito meramente deportivo (clubes, escuelas deportivas, equipos profesionales).

2.5.4. El saber-saber, o saber-conocer en Taekwondo

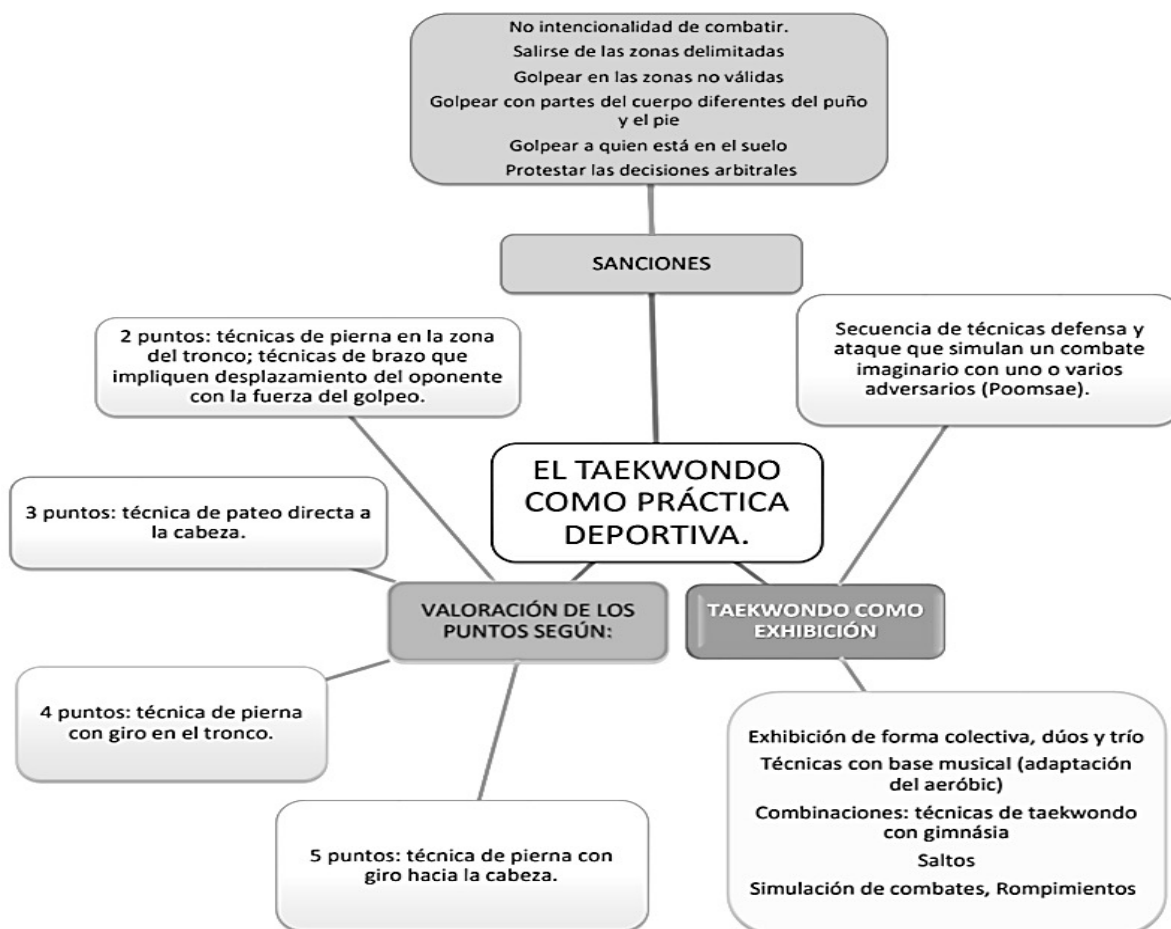
Pausa para la reflexión

¿Cuán significativos y necesarios constituyen los saberes cognitivos en la preparación de los taekwondoinos?, ¿Por qué es básico el saber cognitivo o conceptual en el aprendizaje motor o deportivo del Taekwondo?

El saber-saber o saber-conocer es competencia fundamental en los ámbitos educativo y deportivo, es el conjunto de conocimientos teóricos y prácticos que los entrenadores adquieren antes y durante el desarrollo de sus actividades. Debe nutrirse y mejorarse de forma constante en el desempeño de sus competencias educativas, laborales, deportivas, en el marco de la actualización de la tecnología en el mundo, obliga a la renovación en el saber de las personas (Bustamante et al., 2017).

En pocas palabras, es la parte cognitiva encargada de los conocimientos que el deportista/estudiante adquiere en toda su formación, en la figura 6 se presenta un enfoque del Taekwondo como práctica deportiva.

Figura 6.
Taekwondo como práctica deportiva.



El Taekwondo como arte marcial y deporte olímpico, además de entrenar y disciplinar la mente y el cuerpo, tiene como objetivo principal utilizar técnicas de puño y patada para golpear al rival en las zonas permitidas por el reglamento, pudiendo vencer el combate por puntos o a través del knock out - K.O. (Ruiz et al., 2021). Al tratarse de un deporte de fuerte contacto físico, su práctica suele ser rechazada por instituciones educativas o padres de familia. En ocasiones se debe al desconocimiento de su filosofía o a la poca formación y experiencia de los entrenadores deportivos.

No obstante, Ruiz et al. (2021) y varios autores destacan los beneficios a nivel cognitivo con la práctica de este deporte, destacando su contribución al proceso de enseñanza aprendizaje con un nuevo enfoque en la práctica de capacidades y habilidades cognitivas, control de la agresividad, liberación del estrés, respeto por las normas y a los compañeros, así como, la responsabilidad, el trabajo en valores, trabajo memorístico (repaso de las variadas técnicas y su ejecución), trabajo en la percepción por medio de los estímulos (anticipación y percepción espaciotemporal).

Ruiz et al. (2021), demostraron que al aplicar técnicas pedagógicas y didácticas dentro de los entrenamientos de Taekwondo, los deportistas/estudiantes mejoran considerablemente sus conocimientos teórico-prácticos

del deporte, las creencias y actitudes hacia la modalidad y las habilidades específicas del Taekwondo, lo que les permite perfeccionar sus habilidades y destrezas percibiéndose capacitados para arbitrar un torneo en la clase. Lo que permite aseverar que una correcta intervención didáctica en los entrenamientos deportivos permite mejorar la competencia específica del saber conocer en los deportistas.

Es pertinente que los entrenadores deportivos adquieran habilidades docentes, como un canal de acercamiento entre entrenador y deportistas, es una comunicación bidireccional y una sinapsis entre el aprendizaje y la enseñanza; cuando se habla de competencias docentes necesarias en el entrenador de Taekwondo, se puede mencionar técnicas, dinámicas y estrategias, que se deben distribuir de manera apropiada y sistematizada a lo largo de las etapas de la sesión del entrenamiento (Mendoza, 2017). También es necesario proceder con un pensamiento cuantitativo y objetivo, dejando a un lado el pensamiento subjetivo y cualitativo.

2.5.5. El saber hacer en Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Cuán necesaria es la intervención pedagógica en los entrenamientos de Taekwondo para mejorar la competencia del saber hacer en los deportistas?,

Esta competencia tiene como objetivo fundamental perfeccionar las habilidades, destrezas y aptitudes de los deportistas, guiándolos en las buenas prácticas y métodos de trabajo que reflejen una calidad en el hacer de cada deportista. Con ello se logra incrementar la posibilidad de alinear conocimientos y técnicas para un buen desempeño, así como orientar las experiencias. El saber hacer implica tener una conciencia real del desempeño en las funciones productivas y del conocimiento previo de las circunstancias en las que se desarrolla, esta función es básica para el saber (Bustamante et al., 2017). Es la parte de la aplicación, encargada de la práctica que el estudiante/deportista realiza una vez tenga lo cognitivo (saber).

El entrenamiento del Taekwondo es un arte marcial formativo y un deporte de alto rendimiento al mismo tiempo, por lo tanto, su enseñanza requiere en todo momento el empleo de una filosofía crítica y reflexiva por parte del entrenador; además, de una comprensión activa y determinante del acto docente; los conocimientos que éste transmite requieren generar un despertar en su estudiante, que posea una clara idea de lo que debe hacer, así como una necesaria reflexión de cada acción realizada (Mendoza, 2017). Es claro entonces que la tarea que realiza el entrenador no es fácil, pero sí muy valiosa y sobre todo satisfactoria.

Las características del Taekwondo contemporáneo evidencian la necesidad de una formación del taekwondoin que lo capacite para desplegar un saber hacer complejo como resultado de la movilización, integración y adecuación de conocimientos, habilidades y actitudes, entre otros recursos, utilizados eficazmente en diferentes situaciones competitivas caracterizadas por la complejidad y la incertidumbre, esto es, formar el deportista que

requiere el futuro “más inteligente, creativo e independiente” (Morales, 2014), en correspondencia con los diversos cambios y transformaciones contemporáneos, la lógica del desarrollo del deporte y los rendimientos atléticos.

Se considera que en el entrenamiento de Taekwondo se debe cumplir con el principio de idoneidad, pues los taekwondoines y entrenadores que reúnan aptitud y competencia, tienen mejores oportunidades de participar en el alto rendimiento deportivo, perfeccionando el saber hacer en el proceso, esto permite al taekwondoin competente actuar de manera eficaz en situaciones reales de entrenamiento y competición.

Se entiende que un taekwondoin competente posee un repertorio de capacidades (mentales, motivacionales, sociales, éticas, físico-motrices y personales) que le posibilitan movilizar y aplicar de manera integrada, estratégica, reflexiva los diversos saberes o recursos que posee para dar solución efectiva a los problemas, situaciones y tareas complejas, que surgen en una variedad de contextos y situaciones de entrenamiento y competición (Morales, 2014). El taekwondoin competente domina todo un repertorio de respuestas motrices pertinentes para situaciones que, en una elevada frecuencia, son nuevas e imprevistas, posee la capacidad de ajustar los patrones de movimientos a las circunstancias cambiantes del medio. Es competente en el orden técnico-táctico cuando saber qué hacer, cómo, cuándo, dónde y por qué actuar (deportista competitivo-competidor), en las distintas instancias y eventos.

Por otro lado, el autor Johnson (2017) demuestra que la intervención pedagógica en los entrenamientos de Taekwondo mejora considerablemente la competencia del saber hacer en los deportistas, debido a que sus capacidades físicas y mentales se han desarrollado correctamente permitiéndoles ejecutar las técnicas del Taekwondo de manera correcta y eficaz, tanto en entrenamientos como en competencias.

2.5.6. El saber ser y convivir con los demás en Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué en la sociedad actual y en la formación de individuos es imperativo cultivar los valores y actitudes?. ¿En qué medida el Taekwondo es una vía para promover dichos valores y actitudes?

El contexto que incluye esta competencia es tan extenso que no encuadra una definición precisa de las capacidades emocionales de las personas en el desempeño de sus funciones productivas que debe aprender durante su formación (Bustamante et al., 2017). El saber ser hace referencia a las condiciones humanas que son intrínsecas a la persona y que deberían ser fundamentales, pues se refiere a aptitudes y comportamientos en función de las reglas de la ética y de la humanidad, también se refiere al sentido de responsabilidad y la formación de valores.

Es necesario analizar las aportaciones del Taekwondo en relación con

competencias cognitivas (saber conocer) y procedimentales (saber hacer), y como estas influyen en las competencias actitudinales (saber ser). Según Arrieta et al. (2019) el entrenamiento de Taekwondo permite un mejor control de impulsos, menor ansiedad, en sus practicantes; además, se mostraron más respetuosos, con buenos modales y desarrollo de habilidades como líderes positivos con alta autoestima. Otro dato importante es que el desarrollo de estas características se acrecentaba en la medida que los deportistas aumentaban el tiempo de práctica, por otro lado, mientras mayor fuera quien entrena, mayor se mostró su aumento en estas características.

Otro estudio realizado sobre los efectos positivos de la práctica del Taekwondo como arte marcial, Petrovic (2017) hace referencia a los beneficios para la salud mental. Destaca que los niveles de agresividad de una persona que practica artes marciales tienden a disminuir conforme aumenta su tiempo de práctica. Los deportistas aprendieron a usar el entrenamiento de Taekwondo para superar el estrés, mejorando y manteniendo la salud y el bienestar en cuerpo, mente y espíritu.

Con el entrenamiento del Taekwondo, se inculca el respeto y la cortesía, lo que hace que el niño o niña sea más comprensivo con los demás. Se vuelven más seguros y con mayor confianza, lo que los ayudará en situaciones difíciles en su vida cotidiana. El practicante de Taekwondo se vuelve más seguro de sus capacidades, en cada sesión se dan cuenta que son capaces de dominar su cuerpo y esto les eleva su autoestima (Coppiano, 2016). Las actividades individuales y en grupos, contribuyen a reforzar los lazos entre estudiantes/deportistas, la comunicación, el refuerzo y mejoramiento de su control corporal y a su vez la autoestima.

En el ámbito educativo, la práctica de Taekwondo aporta al desarrollo integral de los adolescentes, contribuye a un mayor control de la agresividad, la liberación del estrés, la mejora de la condición física y las habilidades motrices básicas, y el desarrollo de las relaciones sociales e inclusive, de la integración en las aulas (Ruiz et al., 2021). Además, trabajan el respeto por las normas y a los compañeros, así como, la responsabilidad y el trabajo en valores, sin despreciar el hecho de que son deportes que interesan y motivan al alumnado.

Existen muchos casos de niños y jóvenes que, al practicar este deporte, han mostrado cambios positivos en su conducta, tanto en casa, la escuela y en el medio en que habitualmente se desarrollan (Alcántara-Espinoza, 2019). Esto se debe a que el Taekwondo contempla la formación del carácter de los practicantes; forma su personalidad de tal manera que para aquellos que son muy agresivos, los vuelve tranquilos y conscientes de que deben respetar al prójimo; por otro lado, para los niños y jóvenes introvertidos y tímidos, la filosofía de esta disciplina deportiva les proporciona mayor confianza en sí mismos, iniciativa para la creatividad y los motiva a aprender a valorarse por sí solos.

En síntesis, dentro de este deporte existen elementos que llevan a la realización del ser humano en todos los sentidos. Los principios en que este arte marcial se basa lo hacen una disciplina fascinante y muy benéfica que está al alcance de todos, sin importar su edad o sexo. El Taekwondo aplicado como proceso formativo de la persona, contribuye a mejorar su calidad de

vida, por lo que, día con día, adultos, jóvenes y niños lo practican dando como resultado personas con buena condición física, seguras de sí mismas, auto disciplinadas y con elevada autoestima. Con la práctica del Taekwondo se fomentan valores como la honradez, lealtad, respeto, humildad y amor al prójimo.

2.6. AUTOEVALUACIÓN

1. A partir del análisis del contenido del capítulo, ¿Cuál es su nivel de comprensión alcanzado?

Excelente	<input type="checkbox"/>
Muy bueno	<input type="checkbox"/>
Bueno	<input type="checkbox"/>
Regular	<input type="checkbox"/>
+Deficiente	<input type="checkbox"/>

2. Considera que los objetivos planteados en el presente capítulo se cumplieron:

En gran medida	<input type="checkbox"/>
En mediana medida	<input type="checkbox"/>
En baja medida	<input type="checkbox"/>

3. ¿En qué consiste cada una de las siguientes inteligencias?, ¿Puede hacer descripciones aproximadas al Taekwondo?

Lingüística o verbal: _____

Lógico-matemático: _____

Kinestésica: _____

Espacial: _____

Musical: _____

Naturalista: _____

Intra personal: _____

Inter personal: _____

4. Escriba tres razones concretas por las cuales es necesario desarrollar todas las inteligencias en los estudiantes/deportistas de Taekwondo.

5. ¿Mediante qué actividades educativas y deportivas del Taekwondo se podrían desarrollar las diferentes inteligencias múltiples?

6. ¿Mediante qué actividades o experiencias de aprendizaje se pueden desarrollar los siguientes saberes?

Saber saber o saber conocer: _____

Saber hacer: _____

Saber ser: _____

Saber convivir con los demás: _____

7. ¿Qué relación y diferencias se pueden anotar entre competencias e inteligencias?

8. Finalmente, ¿Cómo concibe el contenido científico del presente capítulo?

Muy actualizado	
Muy profundo	
Muy necesario	
Muy pertinente	
Muy útil	

Actualizado	
Profundo	
Necesario	
Pertinente	
Útil	

Poco actualizado	
Poco profundo	
Poco necesario	
Poco pertinente	
Poco útil	



**CAPÍTULO
III**

**LA FORMACIÓN INTEGRAL DEL
PROFESOR/ENTRENADOR DE
TAEKWONDO**

“La educación no cambia al mundo, cambia a las
personas que van a cambiar el mundo”

Paulo Freire

3.1. INTRODUCCIÓN

El análisis de los razonamientos de la formación inicial y continua o permanente para asumir competencias profesionales del docente/entrenador, se hacen evidentes a partir del desempeño cotidiano. El presente capítulo ha sido elaborado admitiendo la necesidad que tiene el entrenador de Taekwondo, de enfocar su actividad educativa y deportiva con una orientación científica actualizada, para beneficio en la preparación de niños, adolescentes y jóvenes taekwondoinos. Justamente, la formación profesional concebida como capacitación, actualización, perfeccionamiento o desarrollo profesional destaca que el entrenador de Taekwondo debe lograr un dominio fundamental de los procesos de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento deportivo, para desempeñarse con capacidad y calidad.

Pretende solventar a plenitud dichas finalidades, para ello, los diversos contenidos referentes a los componentes ético, humanista, científico, tecnológico y pedagógico, y competencias profesionales que se plantean, busca configurar un sistema de conceptos que se integran y aproximan a la formación integral del profesor/entrenador de Taekwondo. En este sentido, resulta necesario analizar desde el punto de vista ético las diligencias del profesional de Taekwondo en cuanto a la investigación, actualización, búsqueda sistemática del saber y la responsabilidad en el desarrollo de la ciencia, como también la obligatoriedad de implementar procesos pertinentes de planificación, ejecución y evaluación didáctica.

Desde el ámbito humanista, se plantea acciones didácticas del profesor/entrenador para coadyuvar al desarrollo de potencialidades en los dominios cognitivo (operaciones, estructuras y destrezas intelectuales), procedimental (habilidades y destrezas prácticas) y actitudinal (afectividad, solidaridad, autonomía, sensibilidad, emotividad, ternura y demás valores y actitudes), además, considerar las diversas características biopsicosociales, culturales, necesidades educativas especiales y discapacidad de los practicantes o deportistas de Taekwondo.

Por otro lado, en el componente científico, el profesional marcial y su aporte a la construcción de conocimientos (artículos científicos, guías didácticas, libros, capítulos de libro), permite concebir a la investigación como un modelo didáctico alternativo en el deporte. Asimismo, desde el ámbito tecnológico se persigue orientar/agilizar su labor deportiva a partir de la utilización de las tecnologías: información y comunicación, aprendizaje y conocimiento, empoderamiento y participación e investigación y publicación. Finalmente, se destaca el componente pedagógico-didáctico columna vertebral de todo educador de Taekwondo: deberá buscar la permanente autoformación en pedagogía (modelos pedagógicos), didáctica (modelos didácticos) y psicología (educativa, evolutiva y deportiva), para cumplir un desempeño idóneo en la actividad educativa y deportiva. Los cinco componentes antes expuestos configuran la formación que todo docente/entrenador de la disciplina debe consolidar y sin duda son imprescindibles para alcanzar la competencia profesional lo cual garantizará las funciones que cumple en todos los procesos del deporte.

3.2. DIAGNÓSTICO. EXPERIENCIAS Y CONOCIMIENTOS PREVIOS

Estimado/a colega entrenador de Taekwondo, a partir del presente capítulo, según el caso, sírvase contestar de manera breve o seleccione la respuesta que usted considere correcta en cada una de las cuestiones que se plantean a continuación:

1. Según su criterio y experiencia de varios años, considera usted que se justifica la formación o preparación profesional para ejercer las funciones de profesor/entrenador de Taekwondo?, ¿Por qué si o por qué no?

2. En relación con el profesor/entrenador de Taekwondo, ¿Cómo define los siguientes términos?

Capacitación: _____

Actualización: _____

Desarrollo profesional: _____

Perfeccionamiento profesional: _____

3. ¿Cómo concibe usted a la formación inicial y formación continua o permanente de un docente/entrenador?

Formación inicial: _____

Formación continua o permanente: _____

4. Podría definir la formación integral referida al profesor/entrenador deportivo?

5. ¿Qué componentes se relacionan con la formación integral del docente/entrenador?

6. ¿En cada uno de los siguientes ámbitos, qué aspectos agiliza o gestiona dentro de su desempeño profesional como entrenador de Taekwondo?

Ético: _____

Humanista: _____

Científico: _____

Tecnológico: _____

Pedagógico: _____

7. ¿En cuál o cuáles elementos considera usted que los entrenadores de Taekwondo tienen mayores fortalezas de preparación profesional?

Ético	
Humanista	
Científico (De las actividades físico-deportivas)	
Tecnológico	
Pedagógico	

8. ¿En cuál o cuáles elementos considera que los entrenadores de Taekwondo tienen mayores insuficiencias, limitaciones o debilidades de formación profesional?

Ético	
Humanista	
Científico (De las actividades físico-deportivas)	
Tecnológico	
Pedagógico	

¿Por qué?: _____

9. Cuando se habla de las competencias que debe tener el profesor/entrenador de Taekwondo, a que aspectos se refiere?

3.3. EPÍTOME DEL CAPÍTULO

Figura 7.

Diagramación del contenido del capítulo III.



3.4. OBJETIVOS

1. Analizar las competencias profesionales del profesor/entrenador de Taekwondo, a través del estudio de contenidos, que conlleven a asumir su desempeño técnico y científico de forma idónea.
2. Conocer los ámbitos de formación integral del docente/entrenador de Taekwondo, mediante el análisis de las bases teóricas, a fin de sensibilizar sobre su importancia en el quehacer educativo, formativo y deportivo.
3. Reconocer los requerimientos éticos, humanistas, científicos, tecnológicos y pedagógicos del profesor/entrenador como un conjunto de saberes que influyen en la preparación de los estudiantes/deportistas de la disciplina marcial, para reconocer la necesidad de una permanente actualización y formación profesional.
4. Identificar los retos o desafíos que tiene el profesional de Taekwondo en cuanto a su formación inicial o permanente, mediante el análisis reflexivo de las concepciones vigentes, para asumir con responsabilidad las funciones asignadas.

3.5. DESARROLLO DEL CAPÍTULO

3.5.1. Concepción y derivaciones de la formación integral del entrenador de Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué la formación integral del entrenador marcial es la base para la educación y formación de los deportistas? ¿Qué implicaciones tienen los términos capacitación, actualización, desarrollo y perfeccionamiento dentro de la formación inicial, continua o permanente del profesional de la actividad físico-deportiva?

El entrenamiento deportivo se ha entendido, tradicionalmente, desde un proceso racionalista que utiliza supuestos positivistas cuyo objetivo ha sido identificar, analizar y controlar las variables que afectan al rendimiento de los atletas con la esperanza de obtener un entrenamiento eficaz (Echeverri, 2020). En términos generales, el núcleo de esta postura se basa en la planificación y coordinación de los procesos deportivos, propendiendo a la construcción de guías mecanicistas, considerando el comportamiento como medible, causalmente deducible y, por lo tanto, controlable, debido, básicamente, a la falta de consideración por la influencia de aspectos socioculturales que influyen en el comportamiento de los deportistas y sus decisiones.

No se puede desconocer la utilidad de este enfoque, en la medida que ha contribuido con la organización, evaluación y regularización de los procesos y la posibilidad de logros. Sin embargo, algunas limitaciones asociadas a la comprensión de ciertos procesos relacionados con los encuentros sociales de carácter no lineal que se producen dentro del ambiente de entrenamiento desafían dichas representaciones tan poco problemáticas. Para varios autores, el enfoque tradicional no contempla los aspectos peculiares, complejos y ambiguos del entrenamiento, ni las condiciones particulares en las cuales interactúan los entrenadores, atletas, parientes y contexto social (Echeverri, 2020).

Cassidy et al. (2009), destacan la necesidad de un mayor equilibrio e integración de los conocimientos en la formación de los entrenadores, en consideración con la complejidad de su rol. Reivindican una formación holística, que reconozca el rol del entrenador como “un trabajo intelectual, en oposición al trabajo técnico, requiriendo habilidades de pensamiento de orden superior para entender la naturaleza humana, problemática y dinámica de las tareas involucradas en este proceso”.

La combinación de los factores profesionales, la interacción entrenador-atleta y la reflexión personal de los entrenadores sobre sí, y su quehacer cotidiano, han sido reconocidas como componentes facilitadores del desarrollo personal, social y deportivo, relacionado con la mejora del rendimiento de los atletas y los equipos (Lara-Bercial et al., 2013).

La formación del profesional exige serios compromisos, entre ellos resaltan: la formación integral, la pertinencia social, la integración, la atención a la globalización y a las tecnologías y, de manera especial, a la formación

ética y crítica (Inciarte y Canquiz, 2009). En este sentido, si bien cada universidad presenta compleja diversidad política, cultural, administrativa, sus orientaciones académicas, su tamaño y la calidad de sus programas, no permiten sintetizar en un sólo concepto a la formación profesional, está claro una doble finalidad: generar conocimiento y tecnología de frontera, difundirlos y desarrollarlos con los más altos niveles de calidad; así, como comprometerse con necesidades de la sociedad, sus valores, tradiciones y cultura que le dan identidad, todo ello se sintetiza en los procesos de formación que deben ser vividos en el currículo y que comprometen a una perspectiva crítica y transformadora.

Entonces es necesario comprender las etapas de formación que atraviesa un entrenador deportivo, estas tienen un inicio y un fin, o se desarrollan durante toda la carrera profesional.

En primer lugar, tenemos a la formación inicial la cual es abordada y ejecutada por el sistema educativo de pregrado de cada país y tiene por finalidad preparar al alumnado para la actividad en un campo profesional y facilitar su adaptación a las modificaciones laborales que pueden producirse a lo largo de su vida, contribuir a su desarrollo personal y al ejercicio de una ciudadanía democrática, y permitir su progresión en el sistema educativo y en el sistema de formación profesional para el empleo, así como el aprendizaje a lo largo de la vida (Noval, 2017). En este sentido, la formación inicial del entrenador deportivo se ocupa de promover espacios para que el futuro entrenador apropie los fundamentos y saberes básicos, y desarrolle las competencias profesionales necesarias para efectuar su labor en el deporte.

Una segunda fase es la formación continua que está dirigida a los profesionales que buscan aumentar, optimizar y actualizar sus conocimientos, destrezas y actitudes profesionales. De igual modo, este tipo de aprendizaje les permite adquirir la capacidad de responder rápida y eficientemente a la evolución científica y tecnológica, así como a las demandas del mercado de trabajo. Por tanto, tiene un enfoque teórico-práctico (Universidad Europea, 2022). Esto hace referencia a los cursos, talleres, seminarios, congresos, entre otros, a los cuales los entrenadores deportivos tienen acceso y son necesarios para complementar su formación inicial y mantenerlos siempre a la vanguardia del conocimiento deportivo.

Por último, se encuentra el perfeccionamiento profesional que es un conjunto de acciones que tienen por finalidad lograr que cada actor del sistema educativo alcance el nivel de competencia requerido para cumplir adecuadamente con su rol en el nuevo contexto de la innovación. Por ende, el proceso de perfeccionamiento es mucho más que la simple suma de un conjunto de cursos. El perfeccionamiento se hace cargo de una necesidad que frecuentemente no se considera, como es la socialización del proceso, aspecto clave para el éxito de la innovación curricular. En el sistema, la socialización y el perfeccionamiento se articulan de forma secuencial (Palominos et al., 2014).

3.5.2. Competencias profesionales del entrenador deportivo

Pausa para la reflexión

¿Por qué es ineludible referirse a la formación integral del entrenador marcial? ¿Qué implican las competencias profesionales del entrenador de Taekwondo? ¿Por qué la preparación y desarrollo del deportista depende de la formación y competencias profesionales del entrenador de Taekwondo?

Al igual que cualquier docente de cualquier nivel, el entrenador deportivo al ser un pedagogo necesita de competencias que le ayuden en su desarrollo profesional, las cuales no se adquieren únicamente con la formación permanente, sino que también se ven influenciadas por factores externos como el ambiente laboral, los recursos humanos, la relación entrenador-deportista, la promoción dentro de la profesión, las estructuras jerárquicas, entre otros.

Por lo tanto, un posible acercamiento al concepto de desarrollo profesional del entrenador deportivo puede ser el de cualquier intento sistemático de mejorar la práctica laboral, creencias y conocimientos profesionales, con el propósito de aumentar la calidad de enseñanza, de investigación y de gestión. Este concepto incluye el diagnóstico procesual y no de carencias de las necesidades actuales y futuras del entrenador deportivo como miembro de un colectivo profesional, y el desarrollo de políticas, programas y actividades para la satisfacción de estas necesidades profesionales (Imbernón, 2011).

Hablar de desarrollo profesional, más allá de la formación significa, reconocer el carácter específico profesional del entrenador deportivo y la existencia de un espacio donde éste pueda ejercer su profesión. Asimismo, implica reconocer que los entrenadores pueden ser verdaderos agentes sociales, planificadores y gestores de la enseñanza-aprendizaje, y que pueden intervenir, además, en los complejos sistemas que conforman la estructura social y laboral.

En la actualidad un buen entrenador no es la persona que únicamente debe saber o conocer, sino también lo que sabe hacer, como se muestra y relaciona, y como gestiona sus emociones; por tanto, tiene que reunir muchas y variadas características englobadas en conocimientos, experiencias, el saber enseñar, el saber estar y en como las combina en diferentes situaciones y contextos para ayudar y guiar a sus deportistas, esta integración de saberes configura el perfil de competencias del entrenador deportivo (Almeida-Carranco, 2020).

El desarrollo profesional del entrenador juega un papel clave en su ciclo de formación, una de las estrategias radica en el aprendizaje informal de entrenador a entrenador y en la observación de otros colegas de profesión con más experiencia y diferentes competencias, haciendo que las comunidades de aprendizaje sean herramientas interesantes para el desarrollo profesional continuo. Por tanto, es necesario que el entrenador deportivo tenga una formación que permita vincular una praxis significativa y contribuya a la mejora de su desempeño.

De lo expuesto, el desarrollo profesional del entrenador deportivo se

lo puede concebir como la preparación continua del entrenador durante su vida profesional, que le ayudará a ser el líder que dirige de forma eficaz el proceso de enseñanza, atendiendo particularidad propias de los deportistas y de los diferentes deportes.

El conocimiento de los entrenadores deportivos se fundamenta desde el inicio de su carrera; además, la permanente preparación, su adecuada formación le permite dirigir procesos de entrenamiento deportivo con dominio de la teoría y la práctica pedagógica, además de poseer liderazgo. Al entrenador se le concibe como el máximo responsable del grupo deportivo y director de este durante el proceso de entrenamiento y competición, debe poseer una determinada formación que le permita desempeñar sus funciones de manera óptima (Almeida-Carranco, 2020).

El desarrollo profesional del entrenador deportivo es importante e influye en el desarrollo de muchos jóvenes deportistas, mejorando el rendimiento deportivo (Lowery, 2019). Para el entrenador su constante formación profesional asegura éxitos en su carrera; sin embargo, es necesario recalcar que muchos entrenadores en la actualidad se han dedicado a este importante rol o cargo deportivo sin poseer un título universitario que los respalde como entrenadores; si no, que entran y se desenvuelven en el campo de la actividad física y deportes aludiendo tener experiencia en la práctica de un deporte específico, lo que es muy importante y ayuda mucho, pero no lo es todo. La evidencia científica señala que el entrenador necesita estar sujeto a una formación inicial y permanente que los faculte de manera integral apoderarse y ser responsable del crecimiento deportivo de un grupo de personas que depositaran en él, su confianza.

Analizando el deporte desde una perspectiva mucho menos selectiva y competitiva, el entrenador se convierte en mucho más que una persona que consigue victorias con sus jugadores. Los buenos entrenadores ayudan a sus jugadores a disfrutar del deporte aprendiendo nuevas habilidades y buscando nuevas emociones en la competición. Este entrenador no sólo tiene que saber del deporte, sino que debe saber enseñarlo, y para ello se forma en áreas como la psicología, la pedagogía, la fisiología y la medicina, todas ellas enfocadas hacia este contenido deportivo (Dick, 2014).

Entre las principales características que debe poseer el entrenador podemos destacar: formación específica en su deporte, respeto por los valores éticos y profesionales, vocación para enseñar a jóvenes y capacidad de comunicación con éstos (Etzel y Skvarla, 2017; Pereda y Calero, 2015). Para que su actuación sea adecuada es necesaria una correcta formación que le permita el desarrollo de competencias disciplinares, técnicas, psicopedagógicas, entre otras, como también, que posea cualidades como educador y motivador, y pueda transferir los conocimientos en la resolución de problemas que enfrenta en su ejercicio profesional (Rodríguez et al., 2018; Rodríguez y Naranjo, 2016).

Los entrenadores mejor formados serán aquellos que puedan enfrentar con mayores garantías sus funciones como entrenador (Almeida-Carranco, 2020). Es necesario que el proceso de formación contribuya a que el entrenador sea práctico, reflexivo e investigador de su práctica a través de un trabajo colaborativo con sus compañeros, donde destaque un clima

de reflexión, análisis sobre el entrenamiento, esto exige que los técnicos deportivos observen, anoten, fomenten la reflexión en el aprendizaje y en la práctica, provocando la adquisición de competencias que les permitan reflexionar sobre su práctica profesional y mejorar su desempeño, que le permita vincular sus conocimientos teóricos, prácticos, sus estrategias y rutinas. Desde una actitud reflexiva podrán sumergirse en las diferentes realidades de su práctica, revisar los valores e intereses de los participantes.

Es importante señalar algunas estrategias a las que recurre el entrenador deportivo y que son de gran efectividad, tales como proporcionar una buena retroalimentación, responsabilizarse totalmente del proceso de instrucción y diseñar materiales didácticos entre otros (Almeida-Carranco, 2020). Del entrenador deportivo depende la formación y desarrollo del deportista y que la misma sea satisfactoria, por ello es de vital importancia conocer cómo se desarrolla y educa a la pieza clave en el entrenamiento deportivo, su influencia en él y marca la diferencia en el ámbito deportivo, esta es una competencia relacionada con la dirección y gestión de los procesos (Wanceulen-Ferrer et al., 2019).

El entrenador deportivo es uno de los elementos más importantes en la práctica del deporte, es la persona encargada de guiar el proceso de formación de los deportistas. En las primeras etapas es muy importante que el entrenador esté capacitado y actúe en concordancia con la edad y nivel de sus deportistas, adecuando a estos todos los contenidos del entrenamiento. La labor del entrenador con aprendices que se inician en un deporte sólo se puede plantear desde una perspectiva de actuación educativa. Todo esto hace que sea necesario que el entrenador se prepare y se forme como cualquier otro profesional de la actividad física y el deporte.

Las competencias profesionales del entrenador deportivo fueron clasificadas por el investigador Sandy Dorian Isla en el año 2006 y han sido validadas teórica y prácticamente por varios autores a lo largo de los años (Machado, 2021). Dichas competencias se describen a continuación en la Tabla 8:

Tabla 8.

Competencias profesionales del entrenador deportivo.

COMPETENCIAS PROFESIONALES DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	
Conocimientos científicos, tecnológicos y pedagógicos (CCTP)	El entrenador posee conocimientos relacionados con la descripción de esta competencia.
Diseña programas, organizando contenidos (DO)	Diseña, implementa, ejecuta y evalúa programas de entrenamiento en deportes individuales.
Dominio tecnologías información y comunicación (DTIC)	Aplica las TIC para su formación profesional.
Comunicación y relación con sus alumnos (CR)	Comunica sus ideas de manera efectiva.
Tutor (T)	Interviene en la detección, prevención y solución de situaciones conflictivas.
Diseña y elabora materiales (DM)	Participa en el diseño, elaboración e implementación de materiales que estén de acuerdo los objetivos del entrenamiento en deportes individuales.
Gestión educativa y/o deportiva (G)	Participa en la planificación, organización, dirección y evaluación de programas y equipos de trabajo.
Metacognición (MC)	Aplica en él y en sus alumnos y/o deportistas procedimientos para un aprendizaje autónomo.
Creatividad (C)	Muestra actitud creativa, innovadora y emprendedora.
Liderazgo (L)	Ejerce liderazgo en su profesión, sirviendo de ejemplo a deportistas y colegas por su nivel de motivación, democracia, responsabilidad y capacidad de solución de problemas.
Trabajo en equipo, Identidad y compromiso institucional (TEIC)	Asume el compromiso con su institución siendo parte de la solución de los problemas, valorando y trabajando en equipo en función de su centro laboral.
Compromiso social (CS)	Asume el compromiso con su patria, buscando la solución de sus problemas de orden social, económico y cultural, desarrollando en sus deportistas la capacidad de análisis de la realidad global, valorando las riquezas naturales y multiculturales de país y la región.
Valores (V)	Practica valores de honradez, verdad, cooperación, solidaridad, asertividad en sus relaciones humanas, desarrollando en sus deportistas la práctica de una cultura de paz, tolerancia y respeto a los derechos humanos, culturas, razas, creencias y género.

Conociendo las competencias, los entrenadores deportivos deben enfocar su formación permanente y desarrollo profesional en la consecución de estas, llegando a un término de formación integral. Existen varios ámbitos que desempeñan un papel fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje, por lo que su estudio y preparación es de suma importancia, así como también la disminución de los nudos críticos que cada uno puede presentar. Por otro lado, existen tres elementos que caracterizan las competencias y que se deben tener siempre en cuenta en la acción docente (Pérez, 2020):

- Articulan conocimiento conceptual, procedimental y actitudinal. Ser competente implica saber seleccionar en cada situación y contexto el conocimiento que resulta pertinente en ese momento con tal de resolver el problema o reto en cuestión.
- Las competencias deben desarrollarse con formación inicial, permanente y con experiencia a lo largo de la vida.
- Suponen acción reflexiva y mejora permanente. El hecho de tener una dimensión aplicada (la capacidad de transferir conocimientos, actitudes y habilidades a situaciones prácticas para resolverlas eficazmente) no implica la repetición mecánica de ciertas pautas de actuación. Al contrario, para ser competente es imprescindible reflexionar sobre el procedimiento seguido y los resultados obtenidos, para reorientar y mejorar siempre las siguientes acciones.

Una vez que se conoce el significado de competencia didáctica o educativa y sus características, es necesario comprender el aprendizaje basado en competencias, en el cual se tiene la finalidad de lograr que los estudiantes sean capaces de llevar el conocimiento a la realidad que les rodea, que aprendan de manera práctica los propios contenidos teóricos que les corresponda en todas las áreas, en donde el docente cede todo su protagonismo al alumno ya que será el estudiante quien se encuentre en el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje (Vivas, 2021). El profesor es un guía que acompaña al discente en la construcción de sus aprendizajes, buscando experiencias que alienten en los estudiantes una reflexión sistemática sobre sus acciones y una reinterpretación de situaciones. Por lo que se logrará aplicar un aprendizaje basado en competencias si:

- Se cambia el enfoque docente de la enseñanza al aprendizaje.
- Se garantiza que ese aprendizaje sea significativo (que el alumno asimile y acomode los nuevos aprendizajes de forma profunda y estable en su red de conocimientos previos).
- Se consigue que el alumno sea competente en su futuro desempeño profesional.

Las principales metodologías y técnicas que se pueden aplicar para lograr este aprendizaje por competencias son todas aquellas que promueven y garantizan aprendizajes significativos, junto con simulaciones profesionales, aprendizaje cooperativo, trabajo en equipo, reflexión y participación de los alumnos. Cada profesor/entrenador podrá adaptar sus objetivos docentes, basados no solo en conocimientos teóricos sino, sobre todo, en aprendizajes significativos, habilidades y competencias, de la manera que considere más adecuada, siempre y cuando se cumplan estos criterios y procesos básicos.

Por lo tanto, el PEA debe promover la adquisición de las competencias claves que permitan a los estudiantes aplicar lo aprendido en situaciones reales y desarrollarse a nivel individual, social, académico, deportivo y laboral, a lo largo de su vida.

El análisis y la reflexión que realiza el docente sobre la teoría y la práctica educativa permiten visibilizar las fortalezas y virtudes de su labor pedagógica, sin apartarse de aquellas dificultades que se encuentra en el desempeño cotidiano. A esto es importante mencionar que cada contenido implica diferentes actividades, con ello se van a realizar distintos tipos de enseñanza (Rivadeneira, 2017). Por lo tanto, el docente/entrenador debe poseer habilidades específicas para garantizar un PEA de calidad, algunas de las cuales son:

- Ser un líder y facilitador del aprendizaje
- Mediador entre el conocimiento y el aprendizaje
- Ser creativo, proactivo
- Fomentar el trabajo en equipo
- Hacer uso de las tecnologías
- Debe pasar de la educación centrada en el docente a la educación orientada en el estudiante
- Respetar la diversidad de aportaciones
- Gestionar sus propios recursos didácticos y de aprendizaje
- Promueve la responsabilidad y la autonomía del estudiante

3.5.3. Componentes de la formación integral del entrenador

Pausa para la reflexión

¿Cómo puede influir la formación integral del entrenador de Taekwondo en la formación de los deportistas? ¿Qué componentes de la formación profesional del entrenador marcial garantizan un desempeño eficiente?

Es primordial que los entrenadores deportivos reciban una formación holística que les permita desarrollar procesos de enseñanza aprendizajes más completos y que sirvan de formadores integrales de sus deportistas. En términos generales, los entrenadores deben poseer cinco componentes específicos en su formación, siendo estos: ético, humanista, científico, tecnológico y pedagógico. A continuación, se explican dichos componentes y varios nudos críticos enfocados al entrenador de Taekwondo.

Tabla 9.

Elementos que constituyen la formación integral del entrenador deportivo y sus nudos críticos.

Formación integral	Nudos críticos
Ámbito Ético	<ul style="list-style-type: none"> - Los procesos enseñanza-aprendizaje y de entrenamiento deportivo se orientan solo desde la disciplina. - Débil desarrollo de actitudes, valores y principios en los estudiantes/deportistas. - Responsabilidad limitada en el diseño, ejecución y evaluación deportiva. - Convicción pedagógica interna sin sustento de una conducta académica externa. - Baja responsabilidad en el desarrollo de la ciencia. - Pobre investigación, capacitación, búsqueda sistemática del saber. - Limitada autonomía e independencia del deportista. - Actividad profesional sin mayor calidad y calidez.
Ámbito Humanista	<ul style="list-style-type: none"> - Débil desarrollo de potencialidades de deportistas. - Instrucción educativa tóxica (tradicional, pragmática). - Actividad al margen de desarrollar sensibilidad, inteligencia, autonomía, solidaridad. - Relega la afectividad, ternura, emotividad, interior, lo subjetivo. - Acciones distantes de lo humano (características biopsicosociales y culturales, necesidades educativas especiales y discapacidad).
Ámbito Científico	<ul style="list-style-type: none"> - Limitada construcción de conocimientos. - Procesos de información y reproducción sin mayor sustento científico. - Proceso deportivo carente de crítica y reflexión e interpretación. - Insuficiente proceso de modernización y comprensión. - No generación de incertidumbres y de actitud dialéctica hacia los deportistas. - Investigación no concebida como modelo didáctico alternativo. - Problematización pobre para desarrollar potencialidades cognoscitivas, procedimentales y actitudinales. - Limitada contribución al desarrollo de seres humanos, la sociedad y nación. - Evaluación sin orientación para dar explicación de procesos o resultados.
Ámbito Tecnológico	<ul style="list-style-type: none"> - Entrenadores al margen de la sociedad del conocimiento. - Insuficiencias en la utilización de las tecnologías de información y comunicación (TIC), tecnologías de aprendizaje y conocimiento (TAC), tecnologías para el empoderamiento y participación (TEP) y tecnologías de investigación y publicación (TIP). - El uso escaso de las tecnologías no permite tener una visión global de la disciplina.
Ámbito Pedagógico Didáctico	<ul style="list-style-type: none"> - Limitada autoformación continua o permanente del entrenador deportivo (eventos de actualización pedagógico-didácticos). - Débil dominio de modelos pedagógicos, didácticos y teorías psicológicas. - Limitadas metodologías alternativas e innovadoras. - Errores en aplicación de evaluación de aprendizaje deportivo. - Exiguas competencias pedagógicas y didácticas.

En la tabla 9, se puede apreciar los nudos críticos en cada ámbito en la formación integral del entrenador deportivo, los cuales gracias a la adquisición de las competencias profesionales deben ser minimizados hasta que no presenten ningún inconveniente en todo el proceso de enseñanza aprendizaje de cualquier actividad deportiva.

3.5.3.1 Componente ético

El componente ético en la formación holística de los entrenadores de Taekwondo es pilar fundamental para el quehacer educativo, muy al margen del desarrollo curricular, también se debe formar de manera transdisciplinaria en valores, actitudes, conductas que permitan un desenvolvimiento oportuno e idóneo del entrenador al momento de ejercer su profesión.

Para responder a las exigencias actuales se debe tomar en cuenta que la realidad es dinámica, por ende, las problemáticas son emergentes y el entrenador debe saber afrontar desde su ética esas incertidumbres, para poder formar futuros deportistas y humanos que sean íntegros en conocimientos, pero también en principios y valores (Jataco, 2020).

Desde la antigüedad la práctica deportiva ha sido considerada como una actividad que contribuye a la formación de valores éticos, a partir del desarrollo de cualidades y virtudes según los postulados que llegan desde Aristóteles (384 a. C-322 a. C), Victorino (269 a. C-271 a. C), entre otros. También resultaba así para los precursores del fundamento pedagógico en el deporte como Cagigal (1975), Arnold (1991), Gutiérrez (1996), quienes consideran que el proceso de formación integral de la personalidad del practicante-deportista propicia el desarrollo de las cualidades éticas (morales), que se irán reforzando en la praxis.

Los nuevos y complejos problemas que enfrenta el movimiento deportivo, a partir del acelerado y globalizado desarrollo científico, tecnológico, informático, unido al gigantismo, la comercialización desenfrenada en el deporte, la corrupción institucional, el consumo de sustancias prohibidas, hacen cada vez más evidente una tendencia al abandono de los principios del olimpismo, lo que ha venido configurando una crisis en su fundamento educativo, traducido en debilidades desde la dimensión ética (Rodríguez-González et al., 2018).

En este marco el entrenador deportivo establece un compromiso consigo mismo y con la comunidad educativa/deportiva a la cual se dirige. Compromiso que implica la búsqueda de superación y excelencia en las funciones que desempeña; una constante actualización de los conocimientos, saberes y de una reflexión permanente en sus actitudes, valores para poder liderar el proceso académico/deportivo.

La actitud y formación ética del entrenador requiere: claridad conceptual, responsabilidad y compromiso. La relación entre ética y sociedad constituye una cuestión de acuciante actualidad y necesidad de ser entendida y atendida (Ramos y López, 2019). En el caso concreto del Taekwondo, el compromiso ético profesional del entrenador incluye la calidad de la enseñanza y lo que esta implica es el saber, la creatividad, el amor a la profesión, para un ejercicio profesional, responsable y sobre todo

humanista, se requiere un entrenador consciente de las funciones que debe asumir con la comunidad deportiva.

En definitiva, el componente ético juega un papel importante en los procesos de aprendizaje, el entrenador tiene una misión fundamental en la formación de deportistas que sean íntegros para una sociedad que tiene múltiples problemáticas emergentes; es decir, el entrenador forma deportistas con una serie de principios éticos, que puedan coadyuvar de manera idónea en la solución de conflictos, brindando soluciones en el ámbito deportivo de manera pertinente.

3.5.3.2 Componente humanista

El humanismo es uno de los fenómenos históricos más complejos e influyentes en la historia del pensamiento. Su presencia es innegable en la cultura occidental; se remonta a la antigüedad grecolatina, reaparece como tema central en el Renacimiento y se asienta en la cultura occidental; no solo en Europa, sino también en Latinoamérica (Rodríguez-González, 2017). El sentido del término humanismo ha variado según las épocas lo que explica el carácter eminentemente analítico y sectario de los estudios realizados hasta la fecha que no se pronuncian por una definición única aprobada unánimemente por los especialistas (Rodríguez, 2018).

Por otro lado, el componente humanista en la formación integral de los profesionales del área pedagógico-deportiva, autores como Güemez y Chang (2016), lo definen como el conjunto de conocimientos, habilidades profesionales y valores ideológicos inherentes a la profesión, métodos y procedimientos de trabajo, que le permitan desarrollar modos de relacionarse y de actuación con un sentido humanista, que oriente su actividad transformadora y educativa.

La necesidad de integrar los perfiles del modelo de profesional se evidencia cuando se profundiza en el estudio de la concepción de la profesionalidad pedagógica en el desempeño, “orientada a la necesidad de contribuir con mayor efectividad en la formación inicial y permanente de los profesionales del deporte, prepararlos para su función educadora, lo cual es imprescindible para potenciar el componente humanista de la profesión y con ello, el tratamiento a la educación en valores” (Güemez y Chang, 2016). Desde esta perspectiva, el modelo del profesional debe evidenciar el carácter multidimensional de lo político-ideológico concebido desde una visión cultural, que revele las múltiples aristas de su contenido y su expresión en: lo económico, ético, estético, filosófico, bioético, que facilita la comprensión integral y las relaciones entre sus componentes.

La formación permanente del entrenador de Taekwondo debe colocar en el centro, el contenido humanista desde una visión cultural-política-ideológica, con orientación ética y bioética dará como resultado la cooperación interdisciplinaria para integrar el sistema de conocimientos, habilidades y valores del deporte, al mismo tiempo, que consolida valores éticos, bioéticos y de identidad profesional y social, que se requieren potenciar en su formación permanente.

Los referentes teórico-metodológicos del contenido humanista

que fundamentan la concepción pedagógica se encuentran en los que aportan los enfoques, entendiendo como tal al “sistema de conocimientos teóricos y metodológicos derivados de las ciencias, que orientan la praxis y las exigencias a tener en cuenta en los procesos del trabajo y/o de la vida cotidiana” (Güemez y Chang, 2016).

Estos referentes teórico-metodológicos se integran a una concepción pedagógica que redimensiona la formación permanente del entrenador de Taekwondo en la que se asume como vía para su integración a la cooperación pedagógica interdisciplinaria entendida como el proceso intencionado y sistemático, dirigido a lograr la coordinación y combinación de las potencialidades individuales de los miembros del colectivo pedagógico con vistas a solucionar problemas que se presentan en la formación inicial del entrenador, imposibles de resolver a partir de la formación disciplinaria de sus miembros.

Para alcanzar este propósito, la integración del contenido humanista en la formación permanente del entrenador de Taekwondo contribuye con intencionalidad ideológica, en consecuencia, se asume la concepción del contenido que refiere a aquella parte de la cultura y experiencia social que debe ser adquirida en dependencia de los objetivos propuestos. Lo que se enseña y se aprende es resultado de la cultura que atendiendo a la dimensión político-social se selecciona para que el deportista se apropie de ello.

La integración del contenido humanista mediante la cooperación interdisciplinaria condiciona las relaciones entre docentes, coordinación de acciones, combina conocimientos, destrezas y experiencias, y otros saberes, lo que es imposible de lograr de forma independiente. Este sistema de conocimientos, habilidades y valores de la profesión pedagógica son necesarios para el desempeño de su labor educativa.

En tal sentido, considerar la formación humanista del entrenador-profesional del Taekwondo buscando su integralidad, significa abordar cada uno de los componentes que en ella se expresan, dando prioridad en el proceso a aquellos que la realidad existente demuestre su necesidad (Rodríguez et al., 2017).

De este modo, el componente humanista se revela como eje integrador de la formación permanente del entrenador al proporcionarle un sistema de conocimientos, habilidades y valores que orientan la formación inicial y permanente de ambas profesiones (entrenador y educador), que como realizaciones de la cultura universal y desde una orientación ética y bioética se articulan en la profesionalidad como resultado de la cooperación interdisciplinaria.

3.5.3.3 Componente científico

El entrenamiento deportivo tradicional desde un proceso racionalista utiliza supuestos positivistas cuyo objetivo ha sido identificar, analizar y controlar las variables que afectan al rendimiento de los atletas con la esperanza de obtener un entrenamiento eficaz. En términos generales, el núcleo de esta postura se basa en la planificación y coordinación de los procesos deportivos, propendiendo por la construcción de guías mecanicistas,

considerando el comportamiento como medible, causalmente deducible y, por lo tanto, controlable, debido, básicamente, a la falta de consideración por la influencia social, aspectos socioculturales, académicos y científicos que influyen en el comportamiento de los deportistas y sus decisiones (Echeverri, 2020).

No se puede desconocer la utilidad de este enfoque, en la medida que ha contribuido con la organización, evaluación y regularización de los procesos deportivos, y la posibilidad de logros. Sin embargo, algunas limitaciones asociadas a la comprensión de ciertos procesos relacionados con el ámbito científico que se producen dentro del ambiente de entrenamiento desafían dichas representaciones tan poco problemáticas. El enfoque tradicional no contempla los aspectos peculiares, complejos y ambiguos del entrenamiento, ni las condiciones particulares en las cuales interactúan los entrenadores, atletas, parientes y contexto social, relacionados con otras ciencias que pueden influir en el entrenamiento de los deportistas y en el conocimiento de los entrenadores.

La cualificación del entrenador en el deporte como en cualquier otra profesión debe ser considerada como un conjunto de conocimientos que permitan y garanticen un proceder pedagógico, específico, disciplinario y con capacidad de conjugar de forma interdisciplinaria con las ciencias aplicadas al deporte y por supuesto a las demandas del medio (Sandoval-Cifuentes et al., 2022).

Autores como (Cassidy, 2009; Fry, 2012; Buning y Thompson, 2015), destacan la necesidad de un mayor equilibrio e integración de los conocimientos en la formación de los entrenadores, en consideración con la complejidad de su rol. Reivindican una formación integral, que reconozca el rol del entrenador como “un trabajo intelectual, en oposición al trabajo técnico, requiriendo habilidades de pensamiento de orden superior para entender la naturaleza humana, problemática y dinámica de las tareas involucradas en este proceso”.

En el Taekwondo, el entrenador debe estar familiarizado con la biología y anatomía humana para sacar el máximo provecho en sus deportistas y mejorar las capacidades físicas de estos. Además, la preparación académica en ciencias como la matemática y la física ayudan en la preparación técnica y táctica de las sesiones de entrenamiento, estableciendo tiempos correctos y movimientos que permitan mejorar las aptitudes de los deportistas.

La combinación de los factores profesionales, la interacción entrenador-atleta y la reflexión personal de los entrenadores sobre sí, y su quehacer cotidiano, han sido reconocidas como componentes facilitadores del desarrollo personal, social y deportivo, relacionado con la mejora del rendimiento de los atletas y los equipos (Echeverri, 2020).

De igual forma, otro factor influyente está asociado con las tradiciones y costumbres de formación basados en un enfoque fragmentado del conocimiento que, en la mayoría de los casos, tiende a centrarse en la transmisión de conocimientos de aprendizajes disciplinarios (McGregor, 2017), predomina un enfoque reduccionista, asociado a una metodología de investigación específica con pocas excepciones y tendiendo a subestimar la complejidad sustentada en la interrelación e interconexión disciplinaria. Esta

complejidad no ha sido del todo reconocida, ni suficientemente entendida, lo que ha dificultado el proceso de formación.

Por lo tanto, la necesidad e importancia de los conocimientos técnicos, tácticos, físicos u otros relacionados con la preparación de los deportistas presentes en la formación actual en los programas de formación de entrenadores de Taekwondo debe ser más interdisciplinar. Enfatizando en la necesidad de aumentar la base de conocimientos profesionales, teniendo en consideración los desarrollos internacionales y nuevas propuestas en este contexto. Es necesario enfrentar lo que exigen los jóvenes y la sociedad, una formación del entrenador que contemple aspectos personales y sociales inmersos en los procesos deportivos y la asociación con otras ciencias que influyen en los entrenamientos del Taekwondo.

3.5.3.4 Componente tecnológico

El uso de las tecnologías de la información y comunicación es imprescindible en la actualidad, debido a la importancia que representan en el mundo actual y su influencia en todos los ámbitos personales, sociales y deportivos. La mayoría de las personas están familiarizadas con las herramientas tecnológicas, ya sean dispositivos electrónicos, software o páginas web y cada una saca provecho de estas en sus respectivas labores cotidianas. Por ello, los entrenadores de Taekwondo deben estar debidamente preparados para utilizar las TIC y sacar ventaja de sus funcionalidades en la preparación de las sesiones de entrenamiento y en las sesiones en sí.

Pelegrín et al. (2012) nos dicen que las herramientas tecnológicas asumen una importancia de alta significación, no solo porque ayuda en el proceso de entrenamiento a incrementar su eficiencia, sino porque el deportista producto de este proceso, aunque posea todas las cualidades, aptitudes y actitudes para el deporte, no lograría su objetivo si no se ejerce de forma satisfactoria.

Esto motiva a brindarle importancia a las TIC durante el entrenamiento deportivo, como elemento indispensable para el perfeccionamiento de las diferentes direcciones de entrenamiento. No solo se han restringido a la preparación del deportista, sino que han provocado mayor precisión en el proceso de preparación tradicional; la objetividad, velocidad, complejidad y precisión en el proceso obligan a un control más rígido; en muchos casos automático, con la ayuda de petos electrónicos, cronómetros digitales, software especializado, cámaras, entre otros. Esto significa que los entrenadores deben ser aptos para el manejo de las diferentes herramientas, ya sea realizando cursos de preparación o recibiendo talleres enfocados en el uso de la tecnología para el entrenamiento deportivo.

Con el uso de la tecnología se pueden realizar medidas precisas y correspondientes en las diferentes etapas de la actividad deportiva, desde la iniciación deportiva hasta que el taekwondoín cumpla su objetivo. Durante el transcurso de este recorrido se van conformando las características del taekwondoín y cualquier variación en su desarrollo.

Los entrenadores de Taekwondo, como responsables de la formación de los taekwondoines que se enfrentarán a los retos que les plantea el

deporte actual, tienen la necesidad de asumir las TIC en los procesos de entrenamientos para controlar su dinámica, que se manifiestan en la disminución del margen de error a través de los sistemas informáticos, controlan grandes volúmenes de información y realizan grandes cantidades de cálculos, todo esto con mayor rapidez que el ser humano (Pelegrín-Carrión et al., 2012).

Otro uso de las TIC en el Taekwondo repuntó en el año 2020 con la llegada de la pandemia, imposibilitando los entrenamientos presenciales, por lo que las videollamadas grupales mediante diferentes herramientas permitieron continuar con los entrenamientos de manera “normal”, en estos casos los entrenadores tuvieron que adaptar sus modalidades de enseñanza hacia un ambiente completamente digital, en donde no podían tener el control absoluto de las clases. Actualmente, los entrenamientos virtuales, ya sean sincrónicos o asincrónicos, siguen presentes y ayudan a deportistas que por diferentes circunstancias no pueden asistir a los entrenamientos presenciales.

Sabiendo esto, es necesario comprender que la implementación de la tecnología en cualquier deporte siempre tendrá sus ventajas y desventajas. Las ventajas ya se describieron anteriormente y como principales desventajas tenemos la situación actual del país en el que los entrenadores realicen sus clases. Ellos van a depender de factores sociales, económicos, políticos, culturales, y de sustentabilidad para lograr implementar las herramientas tecnológicas en las sesiones de entrenamiento.

3.5.3.5 Componente pedagógico

Desde la perspectiva pedagógica en el primer y cuarto capítulos de la obra, se analizan una serie de fundamentos en el proceso pedagógico de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento deportivo donde están involucrados entrenadores o monitores de los deportes, que son los responsables del proceso de enseñanza, los atletas tienen la responsabilidad de propender a la adquisición de conocimientos, habilidades, destrezas, capacidades, competencias o aptitudes, en este caso en el ámbito deportivo. Es aprendiz quien está en la fase inicial del dominio de algún campo (Malla y García, 2022).

Para esto, el entrenador deportivo de Taekwondo utiliza métodos de enseñanza, siendo estos los instrumentos que dispone para que sus dirigidos accedan a los objetivos propuestos. Cuanto más capacitado esté un experto en los métodos de enseñanza, más fácil será que sus deportistas puedan entender lo que les propone. La metodología puede suponer distintas organizaciones de la materia, del grupo de atletas, distintas fuentes de información a los atletas, distintos niveles de presentación de los conocimientos, distintas actividades a realizar, etc. La utilización de un método de enseñanza depende siempre de los entrenadores, quienes determinan la practicidad de cada método para sus respectivos entrenamientos.

Es por ello por lo que, la formación pedagógica de los entrenadores de

Taekwondo debe ser una de las más importantes dentro de su preparación académica y deportiva. Conocer todas las temáticas que abordan al Taekwondo en el ámbito deportivo no aseguran que los entrenadores estén capacitados para formar a los deportistas, ya que no significa que dominen los principios y mecanismos para su enseñanza, cuestión que refleja la necesidad de formarlos, paralela y permanentemente, en el área pedagógica.

Además, los entrenadores deben estar familiarizados con las estrategias didácticas que les permitan desarrollar el modelo pedagógico propuesto en los clubes o federaciones deportivas. Deben asumir un rol activo y participativo en todo el proceso de enseñanza aprendizaje, por lo que la preparación pedagógica es esencial y fundamental.

3.6. AUTOEVALUACIÓN

1. A partir del análisis del contenido del capítulo, ¿Cuál es su nivel de comprensión alcanzado?

Excelente	
Muy bueno	
Bueno	
Regular	
Deficiente	

2. Según su criterio, considera que los objetivos planteados en el presente capítulo, en usted se cumplieron:

En gran medida	
En mediana medida	
En baja medida	

3. ¿Por qué es necesaria la preparación o formación profesional del profesor/entrenador y particularmente de la disciplina de Taekwondo?

4. ¿En qué medida difieren los siguientes conceptos? Capacitación, actualización, desarrollo y perfeccionamiento profesional.

5. ¿Qué características particularizan a la formación inicial y formación continua o permanente de un profesor/entrenador?

6. ¿En qué consiste la formación integral del profesor/entrenador deportivo?

7. A qué hacen referencia los siguientes componentes de la formación

integral del docente/entrenador?

Ético: _____

Humanista: _____

Científico: _____

Tecnológico: _____

Pedagógico: _____

8. ¿Qué competencias debe cumplir el profesor/entrenador de Taekwondo? _____

9. Finalmente, ¿Cómo concibe el contenido científico del presente capítulo?

Muy actualizado	
Muy profundo	
Muy necesario	
Muy pertinente	
Muy útil	

Actualizado	
Profundo	
Necesario	
Pertinente	
Útil	

Poco actualizado	
Poco profundo	
Poco necesario	
Poco pertinente	
Poco útil	



**CAPÍTULO
IV**

**PLANIFICACIÓN, EJECUCIÓN Y
EVALUACIÓN DIDÁCTICA PARA EL
TAEKWONDO**

“Enseñar no es transferir conocimiento, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción”

Paulo Freire

4.1. INTRODUCCIÓN

Es necesario reconocer que la pedagogía y la didáctica constituyen una pareja de conceptos íntimamente ligados, toda vez que, la primera está conformada por un constructo teórico de categorías o variables que orientan la cumplimentación de la segunda, es decir, no hay didáctica sin pedagogía. Si bien es cierto que el principal propósito de la didáctica es reflexionar en cuanto a los roles o funciones que debe cumplir el profesor/entrenador de Taekwondo en la sesión de entrenamiento, por tanto, resulta imprescindible que se tenga un conocimiento fluido de todos y cada uno de los elementos micro curriculares que conforman el proceso enseñanza-aprendizaje. En este sentido, en los diferentes momentos y procesos de la actividad didáctica para planificar, ejecutar y evaluar el aprendizaje, el maestro necesita un conocimiento cabal respecto a los componentes que intervienen en la dinámica de enseñar y aprender, es decir, en cuanto a contenidos, objetivos, métodos, recursos, evaluación y actividades académicas o formas de organización, elementos que, indudablemente deben tener una relación íntima.

En este proceso didáctico están implícitas las competencias (conocimientos, habilidades, destrezas, valores y comportamientos pedagógico-didácticos) que el profesor/entrenador de Taekwondo debe poner de manifiesto en los diferentes momentos, situaciones y formas, así:

- ¿Cómo presentar los contenidos o fundamentos técnico-deportivos a los estudiantes/deportistas?
- ¿Cómo formular objetivos de lo que se pretende alcanzar?
- ¿A qué recursos didácticos y tecnológicos recurrir?
- ¿Qué estrategias o metodologías implementar para la consecución de aprendizajes?
- ¿De qué manera se puede medir, valorar y evaluar los aprendizajes?
- ¿Cómo organizar y qué experiencias de aprendizaje son pertinentes promover en la clase o sesión?

Con el objetivo de que usted logre consolidar teórica y prácticamente las habilidades o intervenciones didácticas para agilizar el proceso educativo y deportivo del Taekwondo, ha sido diseñado el presente capítulo. Claro está que los entrenadores de la disciplina tienen vasta experticia respecto de los conceptos arriba señalados, sin embargo, se ha de reconocer que sin mayor sustento teórico de lo que demanda una didáctica alternativa, innovadora y desarrolladora no se lograría cualificar el proceso formativo y deportivo de la disciplina. Entonces, es momento de procesar información para lograr suficiente respaldo científico y hacer de la didáctica una disciplina que oriente las ejecutorias en la sesión de clase, que agilice una enseñanza más trascendente y consecuentemente un mayor aprendizaje por parte de los estudiantes/deportistas.

El avance y estudio de los temas que se proponen en el capítulo, permitirá concienciar que las intervenciones didácticas en los procesos de planificación, ejecución y evaluación del aprendizaje deben conllevar al planteamiento de actividades y experiencias de aprendizaje reveladoras orientadas al estudiante-deportista a entender de forma reflexiva, los nuevos saberes

conceptuales, psicomotrices y valorativos a los cuales ha llegado. Una vez culminado el estudio del presente capítulo, se invita a comparar las formas de planificación, uso de metodologías y procesos de evaluación que utilizó en su actividad deportiva y las concepciones alternativas que se plantean y que deben irse incorporando en su ejercicio profesional. No obstante, será importante experimentar o investigar la incorporación de estos conceptos para alcanzar cambios cualitativos en su enseñanza y así aportar en el mejoramiento del sistema deportivo del Taekwondo.

4.2. DIAGNÓSTICO. EXPERIENCIAS Y CONOCIMIENTOS PREVIOS

Distinguido/a colega profesor/entrenador de Taekwondo, en función del presente capítulo, según el caso, sírvase contestar de manera breve o seleccione la respuesta que usted considere correcta en cada una de las cuestiones que se plantean a continuación:

1. ¿Cómo conceptualizaría a la didáctica relacionada al deporte o a la actividad física?

2. Diría usted que los profesores/entrenadores de Taekwondo realizan su labor respaldados en la didáctica? ¿Por qué sí o por qué no?

3. ¿Qué modelo o enfoque didáctico considera que predomina en el Taekwondo de su localidad, ciudad, provincia o país?

4. ¿Qué modelo didáctico fundamenta su actividad como profesor/entrenador de Taekwondo?

5. ¿Podría señalar de manera breve, las características esenciales del modelo señalado en la pregunta anterior?

6. Elabore un mapa o red conceptual de los elementos del proceso didáctico o enseñanza-aprendizaje de la clase o sesión de entrenamiento de Taekwondo.

7. ¿Podría enlistar los principios didácticos y metodológicos de la educación

físico-deportiva?

8. ¿Qué elementos contiene el plan de clase o sesión de entrenamiento?

9. ¿Qué funciones/actividades cumple usted como profesor/entrenador de Taekwondo en las etapas de planificación, ejecución y evaluación en el proceso didáctico micro-curricular?

Planificación	Ejecución	Evaluación

10. ¿Cómo define usted al método didáctico?

11. ¿Qué métodos didácticos utiliza en la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo?

12.Cuál sería su definición sobre evaluación de aprendizajes?

13. Cuando evalúa a sus estudiantes/deportistas, en sentido general, que porcentaje considera para los dominios o aprendizajes:

Conceptual: _____ Procedimental: _____ Actitudinal: _____

14. ¿Qué técnicas e instrumentos de evaluación aplica en el proceso didáctico?

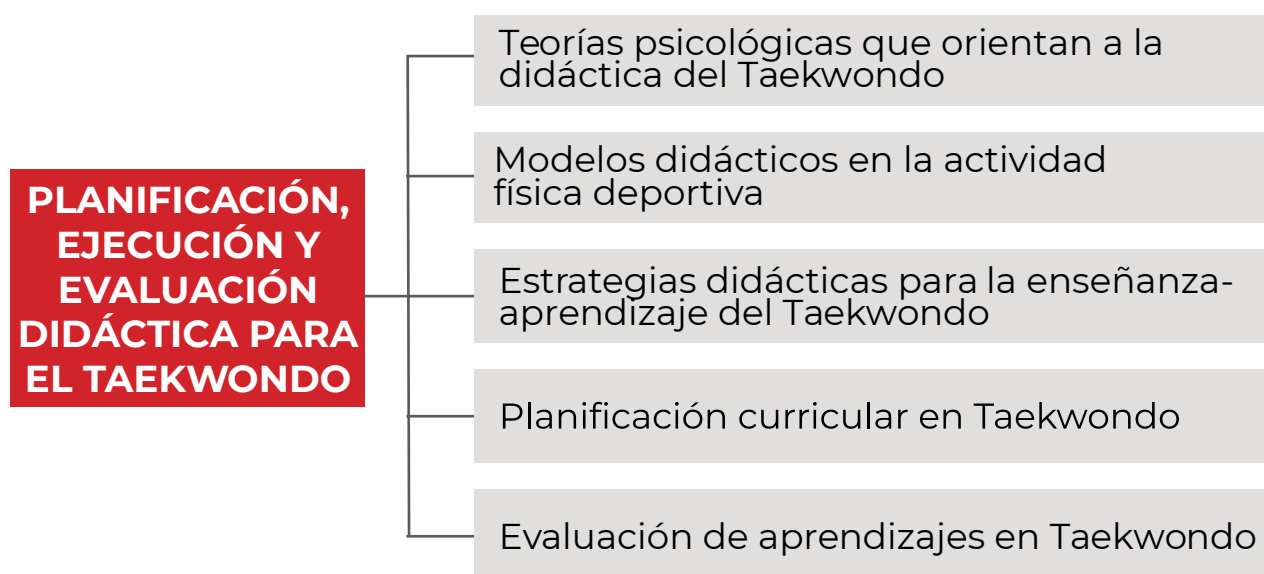
Técnicas	Instrumentos

15. Lea las siguientes afirmaciones y juzgue si son verdaderas o falsas	V	F
a. La calidad del deporte se mide por el rendimiento y resultados de sus deportistas		
b. El problema de la deficiencia deportiva es responsabilidad de quienes dirigen el deporte y la educación física a nivel nacional		
c. Aprender significa un cambio de conducta		
d. Enseñanza es sinónimo de instrucción		
e. La mayoría de entrenadores orientan su actividad de acuerdo a la didáctica		
f. Las normas prácticas de cómo enseñar los fundamentos físicos y deportivos, son más útiles que las teorías didácticas y pedagógicas		
g. Para enseñar, lo fundamental es conocer bien lo relacionado al deporte		
h. Se puede ser buen profesor/entrenador de deportes sin conocer la didáctica		
i. Se puede enseñar muy bien, sin embargo, los deportistas no logran aprender lo que se les enseña		
j. Enseñar es explicar en forma muy clara los diferentes contenidos y fundamentos del deporte		
k. La didáctica debe enseñar con precisión cómo debe actuar el entrenador en cada una de las fases de la enseñanza		

4.3. EPÍTOME DEL CAPÍTULO

Figura 8.

Diagramación del contenido del capítulo IV.



4.4. OBJETIVOS

1. Interpretar los procesos y elementos relacionados con la didáctica, a través del análisis de los diferentes tratados del capítulo, con el objeto de que los profesores/entrenadores del Taekwondo se aproximen a sustentar su actividad profesional desde concepciones científicas.
2. Comprender los procedimientos didácticos que se cumplen en el proceso enseñanza-aprendizaje y el entrenamiento del Taekwondo, mediante propuestas alternativas de planificación, ejecución y evaluación didáctica, con el objeto de desarrollar una posición reflexiva en los profesores/entrenadores marciales.
3. Desarrollar capacidades y comportamientos didácticos mediante la ejemplificación de concepciones didácticas no tradicionales de planificación micro curricular, ejecución y evaluación, para concienciar la necesidad de una nueva representación del profesor/entrenador que requiere la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo.
4. Describir las nociones teórico-prácticas que demanda la preparación didáctica a través del estudio de la literatura vigente, para establecer la exhortación hacia el perfeccionamiento y formación permanente del profesional que agiliza el proceso deportivo del Taekwondo.

4.5. DESARROLLO DEL CAPÍTULO

4.5.1. Teorías psicopedagógicas que orientan la planificación, ejecución y evaluación didáctica

Pausa para la reflexión

¿Por qué es imprescindible que, en el momento del diseño o planificación, ejecución y evaluación didáctica en la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo, exista un constructo base de nociones teóricas que garanticen el quehacer del profesor/entrenador?

Durante los últimos años, las ciencias pedagógicas, psicológicas y didácticas han propuesto nuevos e interesantes fundamentos teóricos para favorecer el trabajo educativo. Todo profesor/entrenador debería tener un dominio de estas teorías para planificar, ejecutar y evaluar su enseñanza y aprendizajes alcanzados por sus estudiantes/deportistas.

Se define como teoría pedagógica al conjunto de conceptos, definiciones, preposiciones, enunciados, principios que interrelacionados permiten explicar y comprender lo pedagógico, es decir, todo lo relacionado a la formación, la enseñanza, el aprendizaje, el currículo y la organización escolar/deportiva. Las teorías psicopedagógicas aportan desde determinada visión para que la educación y la enseñanza alcancen altos niveles de calidad. Es decir, si la docencia fundamenta su accionar en estas teorías tiene elevadas posibilidades de educar-enseñar de manera efectiva a los educandos; así, las

más importantes se citan a continuación:

4.5.1.1 La teoría del aprendizaje significativo de Ausubel

Ausubel (1983), planteó el marco para el diseño de instrumentos meta cognitivos que permiten conocer toda la organización de la estructura cognitiva del estudiante, permitiendo una mejor y mayor conducción del trabajo pedagógico del mentor, no viéndose como una simple labor que deba desarrollarse con mentes en blanco, o que simplemente el quehacer didáctico se inicie de cero, esto no es así, debido a que el sujeto de la educación porta una serie de experiencias e informaciones que repercuten en su aprendizaje siendo beneficioso en su formación (Moreno y Cruz, 2019). El autor precisa que el aprendizaje para el salón de clases puede ser situado a lo largo de dos dimensiones independientes: dimensión repetición-significativo y la dimensión recepción-descubrimiento.

La dimensión repetición-significativo, suministra los datos al individuo que se caracterizan por ser potencialmente significativos y con posibilidad de ser comprendidos y asociados activamente con conocimiento preexistente durante el proceso de aprendizaje, de este modo el sujeto hace uso de sus conocimientos previos para luego irlos asociando con un nuevo conocimiento de su interés, permitiéndole resolver problemas que se le presenten.

La dimensión recepción-descubrimiento, son dos tipos distintos de procesos, como bien se ha dicho, en uno se proporciona todo el material para que sea fijado por el individuo y en el otro, el estudiante es quien debe tomar la iniciativa para estar en contacto con la información. El aprendizaje por descubrimiento es muy utilizado en la resolución de problemas diarios. Según Ausubel el aprendizaje significativo requiere:

- Materiales de aprendizaje significativos.
- Una disposición positiva del sujeto para enlazar los conceptos que ya tiene adquiridos con los nuevos.
- Una estructura cognitiva que le permita relacionar conceptos adquiridos con los nuevos de manera no arbitraria.

Cuando el docente/entrenador incluye en sus diseños temas o contenidos que tengan aplicabilidad en el entorno o satisfagan las expectativas de los deportistas, se podría confirmar que cumple con el último requisito del aprendizaje significativo. Si los contenidos tratados en clase y sesiones son transferibles a nuevas situaciones, para solucionar problemas o son factibles de utilizarlos ante nuevas circunstancias, se puede afirmar que el aprendizaje es significativo.

4.5.1.2 La teoría constructivista de Piaget

De acuerdo con la aproximación psicogenética el maestro es un promotor del desarrollo y de la autonomía de los estudiantes. Debe conocer a profundidad los problemas y características del aprendizaje operatorio de los estudiantes, las etapas y estadios del desarrollo cognoscitivo general. Su papel fundamental consiste en promover una atmósfera de reciprocidad, de respeto y auto confianza para el niño, dando oportunidad para el

aprendizaje auto estructurante de los estudiantes, principalmente a través de la “enseñanza indirecta” y del planteamiento de problemas y conflictos cognoscitivos (Ortiz, 2013). El maestro debe reducir su nivel de autoridad en la medida de lo posible, para que el estudiante no se sienta supeditado a lo que él dice, cuando intente aprender o conocer algún contenido escolar y no se fomente en él la dependencia y la heteronomía moral e intelectual.

En este sentido, el profesor debe respetar los errores (los cuales siempre tienen algo de la respuesta correcta) y estrategias de conocimiento propias de los niños y no exigir la emisión simple de la “respuesta correcta”. Debe evitar el uso de la recompensa y el castigo (sanciones expiatorias) y promover que los niños construyan sus propios valores morales y sólo en aquellas ocasiones cuando sea necesario hacer uso más bien, de lo que Piaget llamó sanciones por reciprocidad, siempre en un contexto de respeto mutuo.

Bajo la denominación de constructivismo se agrupan diversas tendencias, escuelas psicológicas, modelos pedagógicos, corrientes y prácticas educativas. De forma general es una idea, un principio explicativo del proceso de formación y desarrollo del conocimiento humano, y de su aprendizaje.

Este principio plantea que el conocimiento humano es un proceso dinámico, producto de la interacción entre el sujeto y su medio, a través del cual la información externa es interpretada por la mente que va construyendo progresivamente modelos explicativos cada vez más complejos y potentes que le permiten adaptarse al medio.

El constructivismo como categoría incorporada con más o menos aceptación a las ciencias psicológicas y pedagógicas está condicionada socio históricamente. Su contenido se ha modificado, se ha enriquecido y ha reflejado los matices filosóficos, económicos, sociológicos, políticos y científicos de las ideas predominantes en un momento dado. A su vez, la forma de comprender el constructivismo ha tenido implicaciones importantes en el terreno de la práctica educativa y en la propia teoría pedagógica.

4.5.1.3 La teoría cultural de Vygotsky

La teoría de Vygotsky es sociohistórica, lo que quiere decir que el producto final del desarrollo del sujeto está en función del medio social en donde vive. Todos los procesos superiores consisten en la utilización de estímulos del medio y los recursos del individuo (Trujillo, 2017). Vygotsky sostiene que nuestro desarrollo, si bien tiene una base genética, es cultural y depende de las experiencias que se tengan durante el mismo.

Vygotsky introduce el concepto de Zona de desarrollo próximo (véase figura 9) que se instala entre la Zona de desarrollo real (capacidad de resolver independientemente un problema) y la Zona de desarrollo potencial (lo que el sujeto puede resolver con la ayuda de otro). Es en la zona de desarrollo próximo donde el docente debe intervenir para generar desarrollo. Para Vygotsky, los procesos evolutivos no coinciden con los procesos de aprendizaje, sino que van a remolque de estos, de allí la importancia del profesor ya que es él quien debe generar distintas experiencias de zona

de desarrollo próximo dinámicas para que el alumno pueda modificar sus representaciones internas y logre desarrollarse.

Figura 9.
Enfoque histórico cultural de Vygotsky.



Considera que toda buena enseñanza se adelanta al desarrollo y se alinea al conocimiento. Dicho conocimiento, se empieza a construir desde lo intersubjetivo (en el contacto con los otros, donde empieza a generarse como necesidad) y una vez hecho propio, aparece lo intrasubjetivo (la internalización, la apropiación). En esta concepción, el lenguaje es un aspecto clave en la formación del sujeto que logra operaciones mentales superiores (atención consciente, memoria voluntaria, inteligencia representacional y capacidad de interiorización).

En conclusión, el aprendizaje, tiene que ver con: experiencias previas, que favorecen el desarrollo, la generación de zonas de desarrollo próximo, elaboración de procesos de reestructuración de representaciones y la programación de situaciones de aprendizaje teniendo en cuenta la zona de

desarrollo próximo del alumno.

La planificación didáctica puede nutrirse de esta teoría cuando proponga en sus diseños el trabajo grupal, las investigaciones del medio, la participación de instituciones culturales y sociales, pero sobre todo cuando impulse a los docentes/entrenadores a convertirse en mediadores entre el estudiante/deportista y el conocimiento, esto significa que los contenidos de aprendizaje sean construidos y asimilados por el estudiante con la guía del docente.

4.5.1.4 La pedagogía crítica

La pedagogía crítica, fundamentada principalmente en las ideas del teórico brasileño Paulo Freire, es una propuesta de enseñanza que focaliza al individuo a un pensamiento cuestionador y que permite transformar la educación tradicional a una educación significativa. Está basada en un conjunto de reglas que cuestiona a la praxis -que es la teoría y la práctica- que conlleva a un sistema de interacción que involucra lo social, lo cultural, lo histórico, haciendo al individuo más humano a partir de la misma (López, 2019).

La pedagogía crítica es una orientación de la pedagogía que sostiene que la enseñanza no es un proceso neutral ni descontextualizado y, de hecho, tampoco debería pretender serlo. Esta rama sostiene que la enseñanza debe invitar al pensamiento crítico, a cuestionarse la realidad vivida y lo aprendido en clase, pues los conocimientos impartidos, al fin y al cabo, son seleccionados por personas que no pueden escapar de su contexto sociopolítico, con sus sesgos y sus opiniones (Montagud, 2020). Además de esto, la pedagogía crítica pretende ir más allá del contexto de clase. Mediante el pensamiento crítico se invita al alumnado a cuestionarse la vida que les ha tocado vivir, y ver hasta qué punto pueden cambiarla por medio de la intervención política y social.

En esta línea, el desarrollo intelectual del individuo debe estar orientado siempre a las asignaturas bases, que viene siendo la esencia enriquecedora del conocimiento, es decir que las asignaturas básicas como el lenguaje, mejora el dominio de la lengua tanto escrita como hablada, en cuanto a las matemáticas, ayuda al desarrollo lógico matemático del estudiante, el estudio de las ciencias sociales ayuda el conocimiento humanístico desarrollando un intelecto potencial en los mismos.

A medida que se aprende el desarrollo intelectual fluye, y este adquiere más habilidades, las mismas que va nutriendo el aprendizaje significativo y hace del conocimiento un arma de saberes para enfrentarse a problemas de la sociedad y poder resolverlos; el éxito educativo y las habilidades motiva al ser humano y logra que tenga un pensamiento crítico y reflexivo, sin embargo, existen momentos que predomina aplicar aquel pensamiento, pero existe momentos también que no requiere ser fluido para expresarlo, sino receptarlo en el pensamiento para difundirlo cuando sea necesario (López, 2019).

A esas habilidades y actitudes o hábitos, se le conoce como habilidades cognitivas y disposiciones que es esencial para el pensamiento crítico, que

a través de la interpretación, análisis, evaluación inferencia, explicación y autorregulación se genera ideas involucrando las habilidades mentales para el pensar crítico, concretando la identificación para el propósito de un determinado análisis. Según Holguín et al. (2018), uno de los propósitos de la pedagogía crítica es el desarrollo de las habilidades cognitivas, que son aquellas capacidades que relacionan la atención del pensamiento humano a través de la memoria, buscando resoluciones de los problemas mediante la comprensión, comunicación y competencia que sobrellevan la adaptación del entorno generando experiencia mediante el aprendizaje.

Sobre lo anterior, un estudio de Araujo, et al. (2015) alude que la sociedad requiere maestros competentes, comprometidos con la naturaleza humana, que desarrollen habilidades y actitudes acordes a las exigencias del mundo actual, dejando atrás la educación mecánica y dando paso a la pedagogía crítica, basada en proyectos como un análisis reflexivos y competitivos para el desenvolvimiento humano.

Plantea Freire y Shor (2014) que el profesor transformador debe sortear verdaderos obstáculos hacia un aprendizaje crítico y que el docente debe entonces conciliar su práctica con su opción política. Es importante reconocer los miedos y temores y riesgos que insinúa la transformación porque negarlo es, negar esa posibilidad.

En este contexto, el aprendizaje significativo mejora el conocimiento de los educandos, por ello prevalece la instrumentación y herramientas bases que deben ser fundamentales en el aula de clase, los docentes deben estar comprometidos a formar parte del entorno del aprendizaje crítico y reflexivo de los estudiantes haciendo de ese pensamiento complejo una oportunidad constante de iniciativa (docente y estudiantes se cuestionan por sí mismo como miembros sociales), pueden identificar los roles establecidos en la práctica diaria y hacer de esa naturaleza un ámbito de experiencias en un aprendizaje académico e intelectual reflexivo y creativo con resoluciones de problemas sociales.

De esta forma, en la pedagogía crítica el aula es el espacio de exploración donde el conocimiento se produce, no donde simplemente se lo transmite (López, 2019). Se trata de un espacio que nunca implica el incentivo a memorizar información sino apropiarse de los textos al poder leer sus cruces con el contexto de producción y de lectura contra la celebración banal del diálogo. La pedagogía crítica postula un trabajo profundo, serio, con los temas de cada materia, en el que el profesor cumple un papel orientador que nunca se convierte en una posición de mando. Reivindica una educación que, si bien no podrá por sí sola transformar el mundo, es capaz de estimular la autonomía y el pensamiento cuestionador.

Aplicados estos postulados a la planificación, el profesorado debería plantear objetivos y contenidos orientados al cumplimiento de dichos fines, utilizando al mismo tiempo estrategias metodológicas apropiadas. Los temas de estudio serían planteados como problemas, dilemas, asuntos que merecen dilucidación para que, gracias al conocimiento científico, los estudiantes puedan comprenderlos e indicar sobre dichas cuestiones. Esta

forma de plantear la enseñanza difiere sustancialmente del convencional enunciado academicista y libresco de los temas de estudio que se observa en la casi totalidad de planes tradicionales.

4.5.1.5 La teoría cognitiva y de los mapas conceptuales

La teoría cognitiva determina que: “aprender” constituye la síntesis de la forma y contenido recibido por las percepciones, es decir, el aprendizaje depende de lo que el individuo perciba de acuerdo con sus capacidades y percepciones previas o antecedentes, las cuales actúan en forma relativa y personal en cada individuo, influidas principalmente por sus actitudes y motivaciones. Por ello, dos de las cuestiones centrales son: el aprendizaje significativo y desarrollo de habilidades estratégicas generales y específicas de aprendizaje (Trujillo, 2017). La enseñanza se centra en el desarrollo de estrategias de aprendizaje orientadas a los objetivos cognitivos y afectivos, la motivación se espera que sea intrínseca centrada en la mejora del alumno que aprende.

La teoría cognitiva proporciona grandes aportaciones al estudio de los procesos de enseñanza y aprendizaje, como capacidades para el aprendizaje tales como: la atención, la memoria y el razonamiento. En este paradigma el profesor es capaz de reflexionar sobre su metodología en el aula para facilitar el aprendizaje de los alumnos y a su vez subordina la enseñanza al aprendizaje; el alumno es modificable en lo cognitivo y lo afectivo, no es un receptor pasivo y aprende lo que se le enseña, es más, el estudiante es actor de su propio aprendizaje.

Novak, es el creador de los mapas conceptuales. Los mapas conceptuales se elaboraron por primera vez en 1972 durante el programa de investigación de Novak en Cornell University. Ahí, su equipo trató de hacer un seguimiento para poder comprender los cambios en el conocimiento de las ciencias que tenían los niños que se sometían a estos mapas conceptuales (Fonseca y Gamboa, 2017). La idea de representar el conocimiento en forma de mapas conceptuales surge a partir de la necesidad de encontrar una mejor manera de caracterizar la comprensión conceptual de los niños. Los mapas conceptuales son una representación que muestra relaciones explícitas entre conceptos usando palabras de enlace entre estos y organizando las ideas expresadas en forma jerárquica.

Asimismo, los mapas conceptuales no sólo sirven para que los estudiantes representen el conocimiento de los niños, sino también para que expresen su propia comprensión respecto a un dominio del conocimiento. Es obvio el poder de los mapas conceptuales como medio para que un instructor evalúe los cambios en el conocimiento de los estudiantes y la creación de mapas conceptuales se ha ido extendiendo en todo el mundo como herramienta de aprendizaje. En ese proceso de aprendizaje la evaluación se plantea un método cualitativo para el proceso formativo y cuantitativo para el producto, para esto es necesario una evaluación inicial para conocimiento previo de los conceptos básicos del sujeto.

4.5.1.6 La Teoría Metacognitiva de aprender a aprender

Según Glaser (1994), la metacognición es una de las áreas de investigación que más ha contribuido a la configuración de las nuevas concepciones del aprendizaje y de la instrucción. A medida que se han ido imponiendo las concepciones constructivistas del aprendizaje, se ha ido atribuyendo un papel creciente a la conciencia que tiene el sujeto y a la regulación que ejerce sobre su propio aprendizaje (Osses y Jaramillo, 2008).

La metacognición, por un lado, se refiere al conocimiento que uno tiene acerca de los propios procesos y productos cognitivos o cualquier otro asunto relacionado con ellos, por ejemplo, las propiedades de la información relevantes para el aprendizaje y, por otro, a la supervisión activa y consecuente regulación y organización de estos procesos, en relación con los objetos o datos cognitivos sobre los que actúan, normalmente en aras de alguna meta u objetivo concreto (Ortiz, 2013). Así, por ejemplo, se practica la metacognición cuando se tiene conciencia de la mayor dificultad para aprender un tema que otro; cuando se comprende que se debe verificar un fenómeno antes de aceptarlo como un hecho; cuando se piensa que es preciso examinar todas y cada una de las alternativas en una elección múltiple antes de decidir cuál es la mejor, cuando se advierte que se debería tomar nota de algo porque puede olvidarse.

La metacognición es una concepción polifacética, generada durante investigaciones educativas, principalmente llevadas a cabo durante experiencias de clase (Chrobak, 2020). Entre los variados aspectos de la metacognición, podemos destacar los siguientes:

- La metacognición se refiere al conocimiento, concientización, control y naturaleza de los procesos de aprendizaje.
- El aprendizaje metacognitivo puede ser desarrollado mediante experiencias de aprendizaje adecuadas.
- Cada persona tiene de alguna manera, puntos de vista metacognitivos, algunas veces en forma inconsciente.
- De acuerdo con los métodos utilizados por los profesores/entrenadores durante la enseñanza, pueden alentarse o desalentarse las tendencias metacognitivas de los deportistas.

La metacognición se destaca por cuatro características:

1. Llegar a conocer los objetivos que se quieren alcanzar con el esfuerzo mental
2. Posibilidad de la elección de las estrategias para conseguir los objetivos planteados
3. Autoobservación del propio proceso de elaboración de conocimientos, para comprobar si las estrategias elegidas son las adecuadas.
4. Evaluación de los resultados para saber hasta qué punto se han logrado los objetivos.

En la literatura se suele resumir esta secuencia diciendo que la metacognición requiere saber qué (objetivos) se quiere conseguir y saber cómo se lo consigue. (autorregulación o estrategia). De esta forma diremos que un deportista es cognitivamente maduro cuando sabe qué es comprender y cómo debe trabajar mentalmente para comprender.

Además, el desarrollo de la meta comprensión, nos hace tomar conciencia, por ejemplo, de que un Poomsae (forma) es difícil de comprender y por eso controlamos la velocidad de ejecución para poder deducir el verdadero significado en un combate simulado, con lo que el conocimiento de nuestra propia comprensión nos lleva a regular (autorregulación) la actividad mental implicada en la comprensión ha tomado mayor importancia en la investigación acción.

A fin de potenciar el desarrollo de la metacognición, es necesario formar alumnos/deportistas más conscientes y autónomos en sus aprendizajes, sin olvidar el aspecto motivacional y el contexto apropiado, en el desarrollo de las estrategias de aprendizaje. En esta dirección, es preciso destacar el papel decisivo que juegan los profesores/entrenadores en el proceso.

En efecto, para formar deportistas metacognitivos es necesario contar con entrenadores metacognitivos. En pro del cumplimiento de esta meta, estos deben adecuar sus prácticas pedagógicas en el aula, siendo conscientes de sus potencialidades y limitaciones, planificando, controlando y evaluando, en primer lugar, sus propias actuaciones docentes (Osses y Jaramillo, 2008). Esta reflexión sobre su propio quehacer educativo es, quizás, el camino más prometedor para que los profesores lleguen a regular de una manera eficaz sus estrategias de enseñanza, y puedan aproximarse al objetivo de “enseñar a aprender” a sus estudiantes, orientando el proceso educativo-deportivo hacia una autonomía que les conduzca a “aprender a aprender” y favorezca la transferencia de sus aprendizajes a la cotidianidad de su vida.

4.5.1.7 Teoría del pensamiento complejo

La noción de pensamiento complejo fue acuñada por el filósofo y sociólogo francés de origen sefardí Edgar Morín. Esta idea hace referencia a la capacidad de conectar diferentes dimensiones de la realidad, la cual se ha caracterizado por ir adquiriendo cada vez más componentes, a medida que la humanidad ha ido progresando y evolucionando. La realidad se podría comparar con un tejido, compuesto por múltiples tejidos y, por tanto, algo realmente complejo (Montagud, 2019). A mayor complejidad, más detalles sobre la sociedad en la que se vive se deben tener en cuenta.

La Teoría del Pensamiento Complejo pone de manifiesto la necesidad de desarrollar la reflexividad, lo que permite conectar las diferentes perspectivas o planos de la realidad. Esto, a su vez, permite que tengamos opiniones bien formadas sobre la información que se recibe. Parece lógica la necesidad de contrastar la información recibida antes de considerarla cierta. Sin embargo, hay veces que resulta complicado adoptar diferentes perspectivas, concediendo la categoría de velocidad absoluta a determinadas informaciones (Girod, 2022).

El pensamiento complejo es, en esencia, una estrategia que tiene intención globalizadora (interdisciplinar y transversal), es decir, que trata de abarcar todos los fenómenos de los que se es presente, pero teniéndose en cuenta sus particularidades como eventos diferentes que son. Este concepto es totalmente contrario al del pensamiento simplificante, el cual unifica todo el conocimiento a una sola visión, anulando la posible diversidad que haya

y encaminando a la persona, sea estudiante sea el propio profesor, a una 'inteligencia ciega'.

La interdisciplinariedad debe contemplarse como una orientación curricular que emplea expresamente la metodología y el lenguaje de más de una disciplina para estudiar una materia, asunto, experiencia o tema central (Girod, 2022). El término de complejidad, dentro del pensamiento de Edgar Morín, puede ser representado como una especie de gran red, cuyos delgados hilos se entrelazan y relacionan sus componentes. Los hilos son eventos, acciones, interacciones, retroacciones, determinaciones, azares que conforman el mundo.

El pensamiento complejo atiende a cuestiones, tanto profundas como banales, como la preocupación: a dónde está yendo a parar la especie humana, los problemas sociales que van surgiendo cada década y cómo estos se pueden resolver con una adecuada educación (Montagud, 2019). De esta manera, se destaca que el modelo curricular basado en problemas es una de las mejores opciones para cumplir con las exigencias del pensamiento complejo.

4.5.2. Modelos didácticos en la actividad físico-deportiva

Pausa para la reflexión

¿Las clases o sesiones de entrenamiento de Taekwondo deben sustentarse en supuestos teóricos de la didáctica?, ¿Los modelos didácticos alternativos o integradores pueden aportar y orientar en mayor medida la enseñanza-aprendizaje deportiva del Taekwondo?

La didáctica de la educación física y el deporte es el estudio científico de la organización y situaciones de aprendizaje que vive un estudiante o deportista para alcanzar un objetivo cognitivo, afectivo o motor determinado (Moreno, 2017). Es por esto, que el deporte no se limita exclusivamente a todo lo que tiene que ver con el movimiento, sino que enfoca su interés en el sujeto que se está moviendo, en los aprendizajes y relaciones que está construyendo a partir de la ejecución motriz.

Un modelo didáctico es una reflexión anticipadora, que emerge de la capacidad de simbolización y representación del proceso de enseñanza aprendizaje, que los educadores deben realizar para justificar y entender la amplitud de la práctica educadora, el poder del conocimiento formalizado y las decisiones transformadoras que están dispuestos a asumir (Mayorga y Madrid, 2010).

Los modelos didácticos o de enseñanza presentan esquemas de la diversidad de acciones, técnicas y medios utilizados por los educadores, los más significativos son los motores que permiten la evolución de la ciencia, representada por los paradigmas vigentes en cada época. Y es a partir de los principales paradigmas: presagio-producto, proceso producto, intercultural, de complejidad emergente, como se han llegado a establecer diferentes modelos didácticos (Mayorga y Madrid, 2010). Entendiendo como paradigma a una matriz disciplinar de creencias, valores y técnicas que

definen el ejercicio de una disciplina científica, esto es, su modo general de entenderse a sí misma: los métodos que elige, los problemas que aborda y las teorías que acepta y da por sentadas (Segundo, 2022). A continuación, se describen los aportes realizados por cada paradigma en el desarrollo de modelos didácticos.

■ **Paradigma presagio-producto y proceso-producto:**

Este paradigma ha ofrecido numerosas aportaciones para entender la tarea de la enseñanza y capacitar al educador/formador en las principales opciones y actuaciones que llevan al desempeño eficaz en la clase.

■ **Paradigma intercultural:**

Este paradigma supera una única dimensión sociopolítica o el predominio de una opción, para reconocer el valor de las diferencias y el esfuerzo de convergencia en lo más global y auténticamente humano, la coindagación y la colaboración responsable para crear la plena y sincera interculturalidad.

■ **Paradigma sociopolítico o crítico:**

Este paradigma aglutina a los teóricos de la crítica y de la liberación socioeconómica, proponiendo una prevalencia de enfoques supraestructurales y políticos, orientados a la crítica del poder.

■ **Paradigma de la complejidad emergente:**

Este paradigma aporta a los modelos didácticos nuevas visiones y, especialmente, el compromiso de la toma de decisiones desde una perspectiva holística, que requiere tener en cuenta la totalidad de los componentes de los procesos educativos.

Como se ha detallado, los modelos didácticos, representan la anticipación de los paradigmas, son la puesta en práctica de la representación mental que el educador tiene de la enseñanza, en la que intervienen sus teorías implícitas. Guían las prácticas educativas de los educadores y forman parte de su pedagogía de base, son planes estructurados que pueden usarse para configurar un currículo, diseñar materiales y orientar la enseñanza en las aulas (Orozco et al., 2018).

Se pueden agrupar en cuatro modelos principales: modelo didáctico tradicional o transmisivo, modelo didáctico-tecnológico, modelo didáctico espontaneísta-activista, modelos didácticos alternativos o integradores. Cada modelo didáctico posee sus propias características, indicadores y dimensiones, siendo las más importantes: para qué enseñar, qué enseñar, ideas de intereses de los estudiantes, cómo enseñar y la evaluación. En la tabla 10 se describen las principales características de cada modelo didáctico.

Tabla 10.

Principales características de cada modelo didáctico.

DIMENSIONES ANALIZADAS	MODELO DIDÁCTICO TRADICIONAL	MODELO DIDÁCTICO TECNOLÓGICO	MODELO DIDÁCTICO ESPONTANEISTA	MODELO DIDÁCTICO ALTERNATIVO
Para qué enseñar	Proporcionar las informaciones fundamentales de la cultura vigente. Obsesión por los contenidos	Proporcionar una formación “moderna” y “eficaz”. Obsesión por los objetivos. Se sigue una programación detallada.	Educar al estudiante imbuyéndolo de la realidad inmediata. Importancia del factor ideológico.	Enriquecimiento progresivo del conocimiento del estudiante. Importancia de la opción educativa que se tome.
Qué enseñar	Síntesis del saber disciplinar. Predominio de las “informaciones” de carácter conceptual.	Saberes disciplinares actualizados, con incorporación de algunos conocimientos no disciplinares. Contenidos preparados por expertos para ser utilizados por los profesores.	Contenidos presentes en la realidad inmediata. Importancia de las destrezas y las actitudes.	Conocimiento “escolar”, que integra diversos referentes (disciplinares, cotidianos, problemática social y ambiental, conocimiento meta disciplinar).
Ideas e intereses de los estudiantes	No se tienen en cuenta ni los intereses ni las ideas de los estudiantes.	No se tienen en cuenta los intereses de los estudiantes. A veces se tienen en cuenta las ideas de los estudiantes, considerándolas como “errores” que hay que sustituir por los conocimientos adecuados.	Se tienen en cuenta los intereses inmediatos de los estudiantes. No se tienen en cuenta las ideas de los estudiantes.	Se tienen en cuenta los intereses y las ideas de los estudiantes, tanto en relación con el conocimiento propuesto como en relación con la construcción de ese conocimiento.
Cómo enseñar	Metodología basada en la transmisión del profesor. Actividades centradas en la exposición del profesor, con apoyo en el libro de texto y ejercicios de repaso. El papel del alumno consiste en escuchar atentamente, “estudiar” y reproducir en los exámenes los contenidos transmitidos.	Metodología vinculada a los métodos de las disciplinas. Actividades que combinan la exposición y las prácticas, frecuentemente en forma de secuencia de descubrimiento dirigido. El papel del alumno consiste en la realización sistemática de las actividades programadas. El papel del docente consiste en la exposición y en la dirección de las actividades de clase, además del mantenimiento del orden.	Metodología basada en el “descubrimiento espontáneo” por parte del estudiante. Realización por parte del alumno de múltiples actividades (frecuentemente en grupos). Papel central y protagonista del estudiante. El papel del profesor es no directivo; coordina la dinámica general de la clase como líder social y afectivo.	Metodología basada en la idea de “investigación (escolar) del alumno”. Trabajo en torno a “problemas”, con secuencia de actividades relativas al tratamiento de esos problemas. Papel activo del estudiante como constructor (y reconstructor) de su conocimiento. Papel activo del docente como coordinador de los procesos y como “investigador en el aula”.

<p>Evaluación</p>	<p>Centrada en "recordar" los contenidos transmitidos. Atiende, sobre todo al producto. Realizada mediante exámenes.</p>	<p>Centrada en la medición detallada de los aprendizajes. Atiende al producto, pero se intenta medir algunos procesos (test inicial y final). Realizada mediante test y ejercicios específicos.</p>	<p>Centrada en las destrezas y, en parte, en las actitudes. Atiende al proceso, aunque no de forma sistemática. Realizada mediante la observación directa y el análisis de trabajos de estudiantes (sobre todo de grupos).</p>	<p>Centrada en el seguimiento de la evolución del conocimiento de los alumnos, de la actuación del profesor y del desarrollo del proyecto. Atiende de manera sistemática a los procesos.</p>
--------------------------	--	---	--	--

A partir de lo anteriormente señalado, autores como (Ponce, 2007; Fernández et al., 2016; Piquer, 2020; Martínez, 2021; Cambronero, 2021), han adaptado los modelos didácticos para la enseñanza del deporte en sus diferentes etapas, caracterizando 3 principales modelos que son:

■ **Modelo técnico o tradicional de la enseñanza deportiva**

Este modelo se basa en dividir el deporte en gestos o habilidades deportivas, sacarlas de su entorno para su aprendizaje, y posteriormente, una vez aprendidas, utilizarlas primeramente en situaciones modificadas del juego y posteriormente en el contexto real del juego, independientemente de la edad y de las características de los jugadores. Utilizando esta metodología se respeta el desarrollo evolutivo del jugador, ya que se parte de lo simple a lo complejo. Además, favorece una automatización de los elementos técnicos, evitando vicios y errores posteriores, favoreciendo un posterior aprendizaje táctico.

■ **Modelo comprensivo de la enseñanza deportiva**

Es un modelo pedagógico que pretende enseñar los principios básicos de cada deporte para que los estudiantes/deportistas puedan entender realmente su estructura, táctica y las habilidades necesarias para realizarlo. Por lo tanto, se trata de un modelo que persigue presentar contextos similares al juego definitivo, bien en forma de juegos modificados, bien en situaciones globales relacionadas con el juego real, con el fin de que el discente comprenda la importancia de los componentes tácticos de cada deporte durante su práctica u observación.

■ **Modelo constructivista de la enseñanza deportiva**

Con este modelo se pretende que los estudiantes/deportistas tomen conciencia de la necesidad de los aprendizajes para afrontar los problemas que surgen al tratar de alcanzar los objetivos del juego, y que dicha toma de conciencia tenga lugar en el propio marco contextual y problemático. Es preciso que los estudiantes/deportistas se involucren activamente en el proceso de aprendizaje, movilizand todos sus recursos cognitivos y motrices, y tratando de relacionar lo que aprenden con lo que ya saben. Este último aspecto es, sobre todo, el que da sentido a la idea constructivista. En otras palabras, se trata de valorar la importancia que tiene el que los estudiantes/deportistas tengan una cierta idea acerca de cuestiones tales como el qué, el

para qué, el porqué y el cuándo de su conducta, cuestiones que dan contexto, sentido, significado y funcionalidad al cómo de sus acciones, ya que sin un mínimo conocimiento acerca de la respuesta a tales cuestiones el alumnado termina por situarse frente a un aprendizaje mecánico, dependiente y seguramente, poco eficaz respecto a la consecución de los objetivos de la actividad deportiva.

4.5.2.1 Modelo de educación deportiva

Por otro lado, es necesario describir el modelo de educación deportiva debido a que es la metodología utilizada para la enseñanza del deporte en las escuelas primarias y secundarias. Se basa en ofrecer una práctica amplia, entusiasta y real del deporte, de manera que los alumnos puedan disfrutar de una experiencia deportiva más auténtica. Su objetivo se centra en la formación de los estudiantes en tres dimensiones: competentes, cultos y entusiastas por la práctica deportiva.

Este modelo por sus características ha despertado interés en el ámbito educativo, y así lo demuestran las numerosas revisiones realizadas que exponen su repercusión en el ámbito nacional e internacional, autores como Araújo et al. (2014), Evangelio et al. (2016) y Bessa et al. (2019), presentan resultados positivos en las principales variables analizadas en los estudios de dichas revisiones, relacionadas con los cuatro principales dominios de aprendizaje que define Kirk (2013): afectivo (motivación o autonomía), cognitivo (conocimiento táctico o del deporte), físico (condición física o mejora de habilidades) y social (clima social o enseñanza entre iguales).

Este modelo se basa en cinco características esenciales del deporte institucionalizado que adapta al ámbito educativo (Siedentop et al., 2020):

- **Afiliación:** Pertenencia a un equipo durante una temporada deportiva completa, en la que cada alumno desarrolla algún rol además del de jugador (por ejemplo, árbitro, entrenador, o coreógrafo).
- **Temporadas:** Unidades didácticas de mayor duración que las unidades tradicionales (entre 12 y 20 sesiones), divididas en pretemporada (fase de adquisición de habilidades técnico-tácticas), temporada/competición formal y fase final.
- **Competición formal:** Determinada por un calendario competitivo que asegura la participación equitativa de todos los equipos, combinando la práctica de habilidades táctico-técnicas con periodos de competición.
- **Registro de datos:** Estadísticas de la competición o datos de deportividad o esfuerzo.
- **Fase final y festividad:** Donde se juegan los partidos finales y se realiza la entrega de premios en un ambiente festivo.

También describe los roles que los estudiantes/deportistas poseen dentro del PEA. Los roles, son una serie de papeles o responsabilidades que el alumnado deberá desarrollar a lo largo de la unidad didáctica. Dotan al modelo de un alto componente motivacional en el alumnado, ya que, cada uno se compromete a desempeñar su rol de manera correcta por el bien del equipo. El docente/entrenador es el encargado de entregar a cada alumno una tarjeta en la que se especifican cuáles son las responsabilidades del rol

a desempeñar (García y Gutiérrez, 2016). Se pueden diferenciar tres tipos de roles:

- **Jugador:** Todos los alumnos desempeñan este rol a lo largo de la unidad didáctica. Algunas de las responsabilidades del rol de jugador son: respetar a los equipos contrarios, esforzarse al máximo en cada entrenamiento y partido, respetar las reglas, animar y ayudar a los compañeros.
- **Roles de equipo:** Son todas aquellas figuras propias del deporte, que se pueden encontrar en un equipo, y que son fundamentales en el aprendizaje, el funcionamiento y la organización de estos. Algunos de estos roles son: entrenador, preparador físico, capitán, contable, director deportivo.
- **Roles organizativos:** Son todas aquellas figuras que no pertenecen a ningún equipo, pero que son fundamentales para el desarrollo de las competiciones formales. Son: árbitros, recogepelotas, anotadores de registros, agentes de seguridad. Cada alumno, dentro de su equipo, tendrá uno de estos papeles, de manera que cuando su equipo no juegue partido, se encargue de organizar.

De acuerdo con los autores Guijarro et al. (2020), el modelo de educación deportiva está comenzando a demostrar que es apropiado para contextos extraescolares y/o de clubes deportivos, pero se requiere ampliar el número de estudios en estos contextos. Además, este modelo es uno de los más hibridados actualmente, el término hibridación o combinación surge debido a la necesidad de superar aquellas limitaciones que se han encontrado a la hora de aplicar modelos didácticos, ya que no existe un modelo capaz de adaptarse a todos los contextos y/o contenidos educativos y del deporte.

En este sentido, la educación deportiva se muestra como un modelo flexible que es capaz de ser hibridado con otros modelos. Actualmente, la hibridación de la educación deportiva con modelos basados en el juego (p.e. Teaching Games for Understanding; TGfU) es una de las líneas de estudio más investigadas en los últimos años (González-Víllora et al., 2019), con resultados positivos, por ejemplo, en la mejora de las habilidades tácticas y técnicas. Por otro lado, la educación deportiva también se ha hibridado con el Modelo de Responsabilidad Personal y Social (MRPS), pudiendo contribuir a mejorar aspectos como la pasión por el deporte, la autoeficacia o la responsabilidad (Pan et al., 2019).

Finalmente, la educación deportiva se ha hibridado con el modelo de educación física relacionada con la salud, potenciando la cooperación y autonomía del alumnado y aumentando considerablemente su motivación (Evangelio et al., 2017). Por lo tanto, se puede afirmar que el modelo de educación deportiva es un modelo didáctico adecuado para llevar a la práctica deportiva tanto en el ámbito curricular como extracurricular, con mejoras significativas para los estudiantes en los dominios social, afectivo, físico y cognitivo.

4.5.2.2 Enfoque didáctico de la complejidad en el Taekwondo

La Teoría de la Complejidad es concebida por Edgar Morin (1976, 1997, 1999, 2000), como un tejido de eventos, de acciones, interacciones, retroacciones y determinaciones que constituyen nuestro mundo fenoménico. Presta

atención al estudio de los “sistemas complejos” (sean objetos, fenómenos y procesos determinados); entendidos como aquellos que presentan las características, las cualidades o particularidades siguientes:

- Heterogeneidad de las partes (naturaleza diversa y múltiple).
- Interacciones no lineales.
- Riqueza de interacción entre ellas (incluye su carácter contradictorio).
- Carácter multidimensional y multirreferencial.
- Presentan comúnmente numerosas variables valorables.
- Ofrecen una información que por sí misma, revela la medida de su complejidad (poco accesible al estudio y conocimiento humano).
- Son ricos en sucesos múltiples e interdependientes que usualmente manifiestan consecuencias no previsibles, no lineales y frecuentemente asimétricas.
- Bajo una aparente estática o simpleza, se ocultan frecuentemente la verdadera dinámica de dichos procesos, y las interacciones entre sus partes.
- Están influidos por factores y circunstancias imprevistas, que pueden incidir propiciar o provocar un cambio en su comportamiento y los resultados previstos, alterándolo todo o variándolos significativamente.

Este hecho permite comprender, que la teoría de la complejidad asume una filosofía que, sustentada en bases científicas, rechaza todo modo simplificador de abordar el estudio del aprendizaje, la enseñanza y la evaluación; procesos estos que clasifican como complejos, lo que la convierte en una herramienta metodológica importante al asumir posturas y procedimientos sustentados (Hernández y Aguilar, 2008).

Existen distintos argumentos y consideraciones que justamente demuestran, la complejidad del aprendizaje y la utilidad de dicha teoría. De esta manera, el aprendizaje no sólo es un fruto del pensamiento humano, sino que constituye también una experiencia individual y colectiva compartida, modificada y mejorada sistemáticamente a través del aprendizaje mismo. En la siguiente figura se muestran algunas de las diferencias entre las teorías positivistas y de la complejidad.

Figura 10.

Diferencias entre las teorías positivistas y la de la complejidad.



Atendiendo a las características antes expuestas, podemos decir que el ser humano, como ser social en constante interacción con su medio, corresponde a las características de la teoría de la complejidad (Cárdenas y Rivera, 2014). De esta manera, tanto la escuela como instituciones deportivas, siendo estas instituciones formadoras de las nuevas generaciones tengan la obligación de mantenerse en contacto con la realidad que le circunda y proponer alternativas para preparar a sus estudiantes/deportistas para el futuro.

Dentro del campo educativo, los principios del pensamiento complejo servirán para crear ambientes de aprendizajes apegados a la realidad del estudiante. También, este pensamiento permitirá al docente crear estrategias para el diseño de metodologías asertivas para la enseñanza, tomando en cuenta la aparición de nuevos campos como es la neuroeducación (campo transdisciplinar), y la era digital (Estrada, 2020).

En la educación física, Murcia et al. (2018) determinaron que la construcción histórica, social y cultural sobre el saber de la educación física, conecta con las problemáticas tradicionales de la educación física y evidencian el carácter sistémico de la clase. Surge un discurso del maestro que la enuncia como una organización metódica y lineal, en tres fases, cargada de finalidades holísticas. De otro lado, emergen las acciones en donde se evidencia una multiplicidad de prácticas, actividades y funciones que el maestro aún no comprende como partes constitutivas de su acción pedagógica.

Educación física-didáctica y complejidad constituyen un amplio y novedoso campo de investigación que permitirá construir nuevas comprensiones y relaciones entre el saber disciplinar, el saber pedagógico y el saber didáctico en el contexto escolar (Murcia et al., 2018). Extrapolando estos

conceptos al ámbito del Taekwondo, los entrenadores necesitan plantear nuevas metodologías de enseñanza que les permita facilitar el proceso de aprendizaje en sus deportistas, tomando en cuenta las características individuales de los sujetos y la homogeneidad del grupo.

Para esto se debe hacer uso de los principios del pensamiento complejo (Estrada, 2020), los cuales pretenden establecer una complementariedad entre diferentes teorías, paradigmas y enfoques; como resultado se podrá crear un ambiente de aprendizaje donde se permita al deportista la apropiación del conocimiento, adquisición de habilidades y valores, obteniendo un aprendizaje duradero, que ayudará a desenvolverse de una forma asertiva en su interacción con la sociedad. La tabla 11 describe estos principios y relación con el proceso de enseñanza aprendizaje del Taekwondo

Tabla 11.

Relación de los principios del pensamiento complejo con el PEA en el Taekwondo.

PRINCIPIO	DESCRIPCIÓN	RELACIÓN PEA TAEKWONDO
Sistémico u organizativo	La organización de un todo produce cualidades o propiedades nuevas en relación con las partes consideradas de forma aislada. Este principio permite articular el conocimiento de las partes con el todo, y su objetivo radica en combatir la idea reduccionista, de que el todo es tan solo la suma de las partes.	Desde esta perspectiva, la enseñanza en los entornos deportivos no es solo responsabilidad de los entrenadores, sino de todo el sistema deportivo. Ante esto, es oportuno trabajar en el entrenamiento sistémico que se fundamente en una concepción global del aprendizaje del TKD, tratando de desarrollar tanto los conceptos, actitudes, habilidades y metodología.
Hologramático	Este principio se considera como el punto medio entre el holismo y el reduccionismo; el holismo permite estudiar al objeto desde la parte metodológica y epistemológica, considerándole como una totalidad organizada sistémica, mas no como la suma de las partes; mientras que el reduccionismo se basa en el estudio del objeto como uno solo, aislando e ignorando componentes que lo conforman.	Este principio permite realizar una interacción entre las partes que componen el proceso de enseñanza y aprendizaje tradicional, y buscar una salida válida hacia una nueva forma de pensar y organizar dicho proceso. Requiere estimular un nuevo estilo de concebir el Taekwondo, sin perder de vista los modelos tradicionales de enseñanza se da lugar a nuevas metodologías más complejas que se retroalimentan para solucionar falencias anteriores.
Bucle retroactivo o retroalimentación	Este principio facilita ver como la causa actúa sobre el efecto; rompiendo la idea de la causalidad lineal, permitiendo la expansión de la creación del conocimiento y la sistematización de los métodos.	Todos los involucrados en el entrenamiento del Taekwondo estarán en la capacidad de auto organizarse, involucrando diferentes aspectos que contribuirían a la transformación deportiva y, por ende, a la formación integral de los sujetos inmersos

<p>Bucle recursivo</p>	<p>La recursividad es uno de los modos de pensar que permitirían concebir que una misma cosa pueda ser causada y causante, ayudada y ayudante, mediata e inmediata. En la realidad, esto se convierte en una constante de causa efecto, en donde se va multiplicando y se alimentan de la producción del nivel anterior; se puede decir que la causa actúa directamente sobre el efecto y viceversa.</p>	<p>Este principio guía a una autoproducción y auto organización de todos los componentes que influyen en los cambios paradigmáticos del entrenamiento del Taekwondo, superando una noción de regulación, en donde los productos y efectos son los responsables de las causas producidas, dando paso a un entrenamiento reflexivo, que guíe a la creación de competencias transdisciplinares en los deportistas.</p>
<p>Autonomía / dependencia</p>	<p>El ser humano pretende ser independiente sin perder la conexión con la sociedad, cultura y la naturaleza, este principio pone en evidencia que los seres vivos tenemos la capacidad de desarrollarnos con autonomía.</p>	<p>Este principio hace referencia a que se debe incluir en el proceso de enseñanza aprendizaje del Taekwondo una perspectiva humanista que permita el desarrollo integral de sus practicantes.</p>
<p>Dialógico</p>	<p>Mediante este principio se puede conocer que la dialógica permite asumir racionalmente la inseparabilidad de unas nociones contradictorias para el estudio de un mismo fenómeno complejo. Mediante este principio se puede conocer que la dialógica permite asumir racionalmente la inseparabilidad de unas nociones contradictorias para el estudio de un mismo fenómeno complejo.</p>	<p>Desde esta perspectiva, el entrenamiento debería enfocarse en objetivos que estén al alcance del proceso de Enseñanza y aprendizaje, y capacitar a los entrenadores para que desarrollen una metodología sistémica, que posibilite integrar las fragmentaciones, con la finalidad de estudiarlas como un sistema, es necesario crear en el deportista emociones, pues esto facilita el aprendizaje, y permite fortalecer diferentes características: aptitudes, capacidades, habilidades, valores, motivación, personalidad, etc.</p>
<p>Del que conoce en todo conocimiento</p>	<p>Refiere que todo conocimiento es una reconstrucción/ traducción que lleva a cabo una persona, de acuerdo con una cultura y tiempo específico. Plantea necesidad de enseñar enfoque inter/transdisciplinar, que permita comprender un problema desde diferentes perspectivas, para dar solución, y que se mantenga en vigencia por mucho tiempo, mas no, solo para ese momento.</p>	<p>Se debe reestructurar el modelo de enseñanza del Taekwondo, para que su finalidad sea fortalecer la autonomía, la independencia, el emprendimiento, el liderazgo y la capacidad del deportista de generar su propio conocimiento, a través de una metodología interdisciplinaria.</p>

4.5.3. Estrategias didácticas para la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo.

Pausa para la reflexión

¿Por qué la implementación de estrategias didácticas alternativas e innovadoras aseguran de forma integral la consecución de objetivos o competencias en el proceso enseñanza-aprendizaje?, ¿Es posible relegar de forma definitiva los métodos, técnicas y procedimientos didácticos pragmáticos o conductistas?

Las estrategias didácticas siempre se destacan por describir con claridad los pasos o el camino que se debe seguir para llegar al cumplimiento de un objetivo en el proceso enseñanza-aprendizaje. Todas las estrategias deben ser contextualizadas a las características y necesidades de los estudiantes, al entorno en que se desenvuelven, a los objetivos del docente, a los contenidos de la asignatura, a los recursos existentes (Ministerio de Educación, 2018). Por lo tanto, cada entrenador/docente es el encargado de seleccionar las estrategias que desea aplicar en su entrenamiento/clase, teniendo en cuenta las particularidades de cada deportista/estudiante y su contexto, enfocándose en metodologías activas que garanticen el desarrollo educativo correcto y fomenten el trabajo en equipo.

Antecedentes teóricos e investigativos de los Deportes de combate, en la fase de iniciación, demuestran que el PEA se fundamenta básicamente sobre concepciones tradicionales que desvirtúan los enfoques contemporáneos, atribuido a una fuerte resistencia al cambio o al desconocimiento de nuevas y novedosas alternativas que permiten reformular el predominio de la directividad en la enseñanza, la limitada contextualización y el rol preponderante y enciclopedista del entrenador (Guillen, 2015; Guillén et al., 2016).

Copello (2013) señala que la actuación de los profesores en este grupo de deportes excede los modelos teóricos vigentes; destaca que, al cambiar la base teórica metodológica, como resultado del vertiginoso desarrollo que muestra el deporte mediante la implementación de nuevos y novedosos instrumentos a favor del entorno del espectáculo, se genera la necesidad de actualizar las metodologías y el soporte que las sustentan.

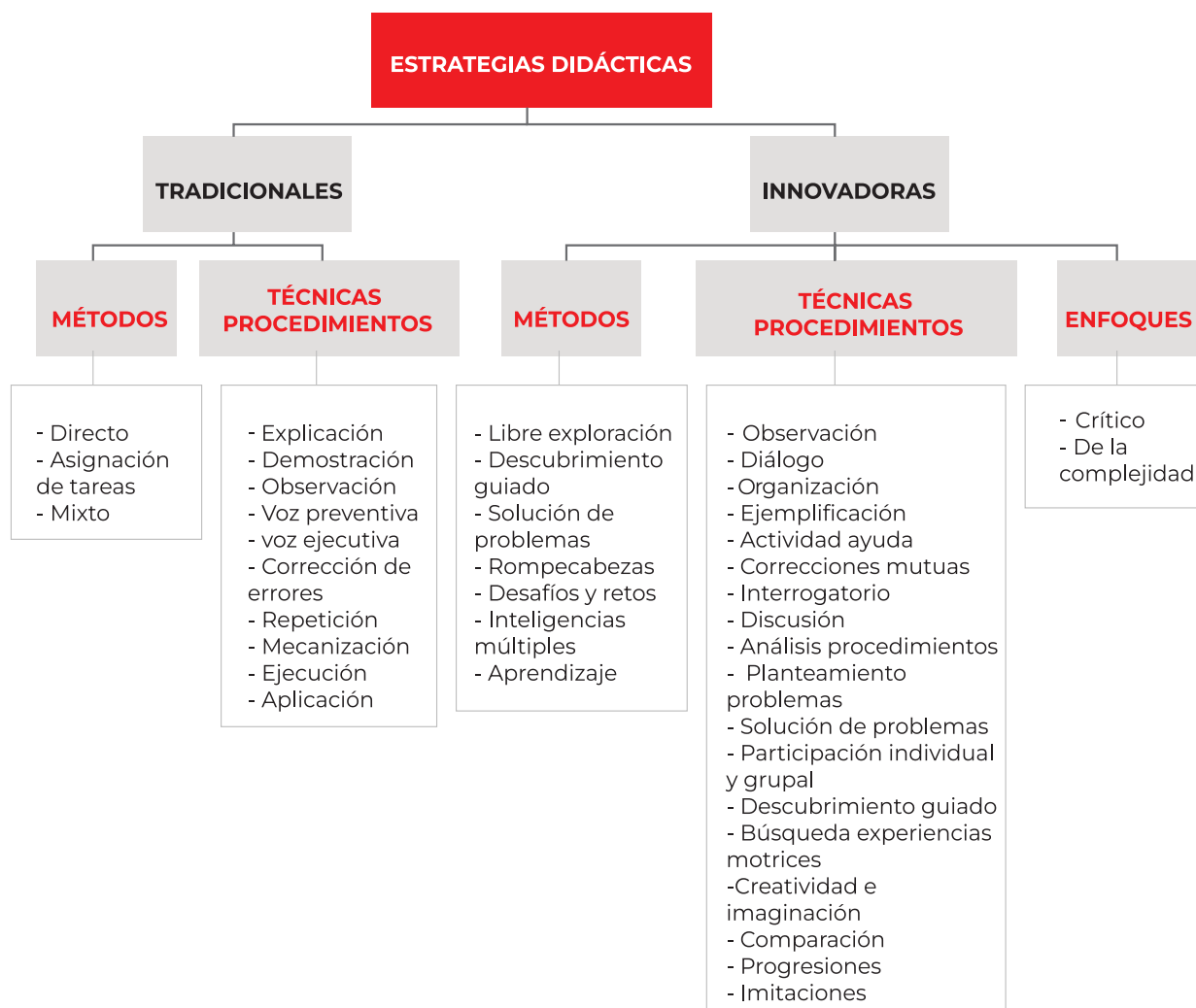
Desde esta perspectiva el modo actual de dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje en los deportes de combate, propicia un gran compromiso de los atletas con el resultado y una elevada disposición hacia la competencia, pero muy baja cultura para utilizar convenientemente los recursos disponibles, lo que conduce contradictoriamente a un uso exagerado de la condición física y una alta dependencia de las orientaciones del entrenador, aparejada a la incapacidad para tomar las decisiones necesarias en las diferentes situaciones.

La práctica deportiva intuye una forma particular de formación de los sujetos en la sociedad, en particular, niños, adolescentes y jóvenes. Los deportes de combate, en este caso, el Taekwondo; si bien los provee de conocimientos y habilidades para el combate, les exige un alto grado de responsabilidad, respeto, disciplina y autocontrol que favorecen su interacción social. Ello se alcanza desde la aplicación de fundamentos epistemológicos,

entre ellos: la Didáctica, la cual adquiere matices particulares en el contexto de la formación deportiva de los taekwondoines (Moya-Bell et al., 2021).

Respecto al objeto de estudio de esta ciencia algunos investigadores (Fuentes et al., 2011) se refieren a él como un proceso de formación integral del estudiante, donde se destacan el carácter instructivo, educativo y desarrollador. Destacan como condición indispensable el papel consciente, activo, crítico, reflexivo, creativo y transformador del estudiante bajo la guía del profesor. Reconocen la importancia de las relaciones sociales entre los propios estudiantes, entre estos y el profesor, en un proceso de participación, de colaboración y de interacción. La figura 11 resume algunas de las estrategias didácticas más utilizadas en la actualidad.

Figura 11.
Estrategias didácticas.



Estas consideraciones metodológicas y estrategias se toman en cuenta, debido a la necesidad de desplegar un proceso de formación deportiva en los taekwondoines que articule la apropiación de los conocimientos y habilidades, el desarrollo psicológico en el orden afectivo y volitivo, el

mejoramiento de las capacidades motrices y funcional, así como los valores necesarios en la interacción social en cualquier contexto, que garantice de manera trascendental, la formación integral. De ahí que, durante el proceso, se empleen métodos, herramientas y estrategias didácticas pertinentes para el logro de tal objetivo. Cabe destacar que, mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje del Taekwondo, se garantiza la apropiación de conocimientos y habilidades a través de la sistematización de tareas motrices, en efecto, se desarrollan las capacidades físicas, cuestión que revela el carácter psicomotriz de este proceso.

4.5.3.1 Aprendizaje cooperativo

No se debe confundir con el trabajo en grupo, debido a que en el aprendizaje cooperativo todos los estudiantes cumplen el rol de líderes, se motivan por el aprendizaje y persiguen el mismo objetivo. Fermiska y Fakhri (2020) mencionan que el aprendizaje cooperativo es un enfoque que involucra a un grupo de estudiantes que trabajan juntos como un equipo para resolver un problema, completar una tarea o lograr una meta objetiva. De tal manera que, se puede decir que el aprendizaje cooperativo enfatiza la cooperación entre estudiantes en grupos. Esto se basa en la idea de que a los aprendices les resulta más fácil encontrar y comprender un concepto de hechos si discuten el problema entre ellos. Los miembros de un grupo en el aprendizaje cooperativo, que generalmente consta de 3 a 7 personas, son heterogéneos en función de las diferencias en capacidad académica, religión, género y etnia, entre otros.

Siguiendo las instrucciones del entrenador/docente, las actividades de los deportistas/estudiantes en el aprendizaje cooperativo incluyen estar activos, completar tareas en grupos, dar una explicación a un grupo de amigos, animar a sus compañeros de grupo a participar activamente y discutir. Para que las actividades de los estudiantes se desarrollen bien y sin problemas, se necesitan habilidades especiales, llamadas habilidades cooperativas. Las habilidades cooperativas se pueden desarrollar mediante el desarrollo de la comunicación y la división de tareas entre los miembros del grupo.

Varios autores han destacado las principales condiciones que se deben cumplir para que exista el aprendizaje cooperativo, destacando las siguientes:

- **Interdependencia positiva:** cada estudiante necesita del otro para aprender y cumplir un objetivo en común.
- **Responsabilidad individual:** cada estudiante cumple con una responsabilidad dentro de la tarea asignada.
- **La interacción cara a cara:** se lo denomina interacción promotora, es decir que cada miembro del grupo anima al otro, lo apoya y lo motiva con la finalidad de cumplir el desafío motriz.
- **Habilidades interpersonales:** cada habilidad que trabaja el grupo lo realiza en contacto el uno del otro, por lo que se ven en la obligación intrínseca de mejorar en todas sus acciones, posibilitando la comunicación libre y fácil en el grupo.

- **Procesamiento grupal:** una vez que el grupo ha trabajado debe tener una reflexión final sobre los refuerzos positivos y resultados obtenidos de cada miembro del equipo.

El desarrollo del aprendizaje cooperativo tiene como objetivo lograr resultados de aprendizaje, aceptación de la diversidad y desarrollo de habilidades sociales (Fermiska y Fakhri, 2020). Para lo cual cuenta con varias técnicas, siendo las más importantes las siguientes:

Tabla 12.
Técnicas de aprendizaje cooperativo.

TÉCNICA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	DESCRIPCIÓN
Piensa, comparte y actúa	Diseñada en 1996 por Grineski, esta técnica propone que los deportistas/estudiantes piensen de forma individual diferentes soluciones, para cumplir el desafío dado por el entrenador/docente, lo expongan entre ellos y ejecuten la acción o las acciones, para finalmente quedarse con la solución más eficaz.
Rompecabezas	El grupo de estudiantes distribuirá la actividad a realizar en varias partes de acuerdo con el número de integrantes de éste; y, asignará a cada estudiante la responsabilidad de desarrollarlo por separado. Una vez que todos los estudiantes hayan desarrollado o dominado lo que le han asignado, unirán las partes y formarán una actividad completa, como si estuvieran armando un rompecabezas.
Desafío y cambio	El docente asignará o planteará un desafío a cada estudiante del grupo o al grupo a realizar una tarea o ejercicio diferente, para que este lo desarrolle o domine individualmente. Cuando el estudiante o grupo haya desarrollado o domine la tarea o ejercicio, levantará la mano y buscará a otro estudiante que tenga levantada también la mano, ante lo cual chocarán las palmas, en símbolo de que van a trabajar en parejas, cada estudiante enseñará al otro lo asignado hasta que haya desarrollado o dominado la tarea o ejercicio.

4.5.3.2 Indagación o búsqueda

Esta técnica de enseñanza está basada en la no instrucción, es decir, el profesorado no mostrará un modelo al alumno, sino que éste propondrá soluciones a través de la búsqueda (Muñoz, 2015). De esta manera, se puede definir a la indagación como una actividad polifacética que incluye la observación, la formulación de preguntas, la búsqueda de información en libros y otras fuentes para conocer lo que ya se sabe sobre un tema, el diseño y planificación de investigaciones, la revisión de ideas atendiendo a la evidencia experimental disponible, el manejo de herramientas asociadas a la adquisición, análisis e interpretación de datos, la formulación de respuestas, explicaciones y predicciones y la comunicación de resultados (Romero, 2017). La indagación requiere la identificación de asunciones, la aplicación del pensamiento lógico y crítico y la consideración de explicaciones alternativas.

Por lo tanto, la indagación es una propuesta metodológica abierta, asentada dentro de los principios del aprendizaje constructivo, debe orientarse hacia la utilización de unos estilos de enseñanza inspirados en

técnicas de investigación o búsqueda (Hernández, 2009). Estos estilos deben orientarse para que cumplan con las siguientes características:

- Intervención activa del deportista/estudiante durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Objetivos orientados no solo a aspectos motrices, también cognitivos y afectivos.
- Rol del entrenador/profesor enmarcado dentro de una línea de ayuda y facilitación del aprendizaje, en absoluto directivo.
- La verificación de los resultados obtenidos queda patente tanto para el deportista/estudiante como para el entrenador/profesor.

Los estilos cognoscitivos de enseñanza por indagación destacan:

Tabla 13.

Estilos cognoscitivos de enseñanza por indagación.

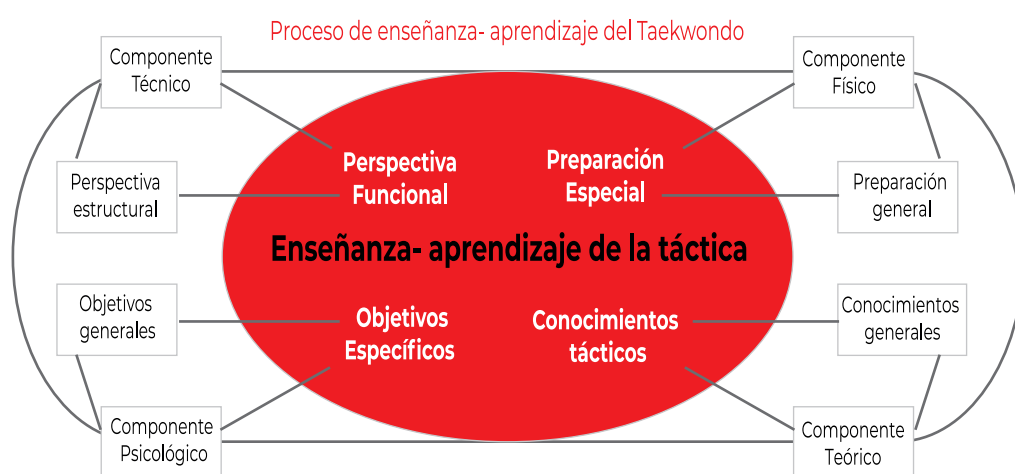
ESTILOS COGNOSCITIVOS POR INDAGACIÓN	DESCRIPCIÓN
Descubrimiento guiado	<p>Descubrimiento de la respuesta al problema motor planteado por el docente. Establecer una disonancia cognitiva en el deportista/estudiante a través de un reto donde tenga que trabajar utilizando la psiquis y su motricidad. Entrenador/docente orienta el aprendizaje de los deportistas/estudiantes, pero permitiendo que sean ellos los que investiguen, tomen decisiones y descubran la respuesta al problema motor planteado.</p> <p>Se evalúan los resultados a nivel grupal, preguntando qué respuestas han sido las adecuadas.</p>
Resolución de problemas	<p>Es el estilo más representativo de la técnica de indagación o búsqueda. El estudiante es el verdadero protagonista del proceso de E-A. Es el nivel más avanzado dentro de los estilos cognoscitivos, el estudiante debe encontrar la respuesta por sí solo, a través de la búsqueda, con la información inicial presentada por el docente. De esta manera el estudiante es el protagonista del proceso E-A.</p>
Socializadores	<p>Parten de la base de que las actividades que se proponen son un pretexto para desarrollar la Sociabilidad de los deportistas/estudiantes.</p> <p>Diseño con carácter abierto, ya que las propuestas de actividades y situaciones no llegan a una solución única.</p>
Creativos o Libre Exploración	<p>Supone el nivel más avanzado de los estilos de enseñanza, ya que trata de ofrecer al deportista/estudiante la posibilidad de elegir las actividades, la organización, etc. Tomando prácticamente todas las decisiones. Se trata de buscar experiencias motrices libremente por parte del deportista/estudiante alrededor de un material, de una instalación o de un contenido.</p>
Asignación de tareas	<p>El entrenador/docente planifica y propone las tareas y el alumno/a las realiza de forma individual.</p> <p>Enseñanza de tipo masiva, no individualizada. Conocimiento de los resultados durante la realización de la tarea.</p> <p>Posición del entrenador/docente externa durante la Información Inicial e interna durante la realización de la tarea.</p> <p>Posibilidad de falta de control de la clase/entrenamiento si las tareas propuestas son poco significativas y motivantes.</p>

4.5.3.3 Importancia de la táctica

Desde la estructura sistémica de este proceso, subyacen componentes que contribuyen, en sentido general, a la formación integral de los practicantes; en sentido particular, al desarrollo de conocimientos y habilidades tácticas, los valores y valoraciones esenciales para alcanzar determinados resultados competitivos (Moya-Bell et al., 2021). Estos se intencionan desde la enseñanza-aprendizaje de la táctica, uno de los componentes más limitados en la formación deportiva. La figura 12 presenta una aproximación al PEA de la táctica en el Taekwondo.

Figura 12.

Proceso de enseñanza-aprendizaje del Taekwondo.



La complejidad de la táctica, de su proceso formativo, está dada por su carácter dialéctico materialista. En este se fundamenta el desarrollo de las habilidades tácticas implicadas en el tratamiento de las situaciones problemáticas. Su esencia tiene una naturaleza subjetiva, pero se expresa de manera objetiva, concreta en el fenómeno, el cual identifica la parte externa, la forma de manifestación de la esencia. Lo problemático se refiere a la diversidad de las situaciones, de ahí las modificaciones constantes en la distancia de combate y la variabilidad de las respuestas tácticas. A tales efectos, se sintetiza como fenómeno el comportamiento táctico (Moya-Bell et al., 2021). En el cual convergen, además, factores cognitivos, volitivos, afectivo-motivacionales, motrices (técnico, físico) y antropométricos (peso, longitud de los segmentos corporales).

Bajo estas condiciones es evidente la necesidad de la actividad racional, reconocido desde la perspectiva de la actividad deportiva como pensamiento táctico. Se considera la base de cualquier respuesta motriz mediante la toma de decisiones en el contexto de los deportes de colaboración-oposición y los deportes de combate, se articula con los conocimientos tácticos y la experiencia deportiva (Corcho-Busto et al., 2017). Además, se expresa según la intencionalidad de las acciones ofensivas y defensivas.

La táctica en la enseñanza-aprendizaje del Taekwondo está en interrelación dialéctica con otros componentes: psicológico, técnico, físico y teórico. Estos durante la formación deportiva transitan desde una preparación

general hacia una especial hasta la competitiva, haciéndose mayor su influencia sobre la efectividad de las acciones tácticas. Esto evidencia la síntesis de relaciones funcionales entre los componentes mencionados y la táctica (Corcho-Busto et al., 2017). Dicho así, el nivel de desarrollo alcanzado desde lo competitivo en cualquier componente es lo que redimensiona su relación dialéctica con la táctica, por ende, condiciona su desarrollo.

Los juicios formulados se sustentan en los razonamientos que a continuación se exponen (Moya-Bell et al., 2021). La dinámica deportiva para los taekwondoines referidos determina sus actividades didácticas según su importancia para la actividad competitiva, en este caso, el combate. De este modo, el componente físico establece actividades físicas generales y especiales; el técnico, de manera implícita, reconoce una perspectiva estructural y funcional; la primera responde a objetivos pedagógicos (marciales y deportivos) y las Poomsae, cuya esencia es asemejarse lo más posible a la estructura biomecánica de la técnica; por su parte, la visión funcional da cuentas de cómo los objetivos pedagógicos deportivos responden a las exigencias de las tareas tácticas en relación con las variaciones del marco contextual.

En el orden teórico, se desarrollan conocimientos generales sobre el deporte (historia, reglamento, principales resultados, figuras), se sistematizan, además, los conocimientos tácticos (argumentativos y procedimentales) derivados de la actividad práctica. Desde lo psicológico, se desarrollan acciones didácticas en función de potenciar objetivos generales, entre otros: la colectividad, la responsabilidad; al mismo tiempo se dinamizan otras dirigidas al tratamiento de procesos específicos, a saber: lo cognitivo, la atención, el pensamiento táctico (Corcho-Busto et al., 2017). En resumen, se puede aseverar que la táctica interactúa con estos componentes desde sus relaciones funcionales.

Algunas tareas para educar el accionar táctico de los taekwondoines pueden ser:

- Realizar asaltos dirigidos y asaltos autodirigidos
- Asaltos libres.
- Técnicas de visualización (El atleta deberá competir de forma subjetiva en su imaginación).
- Realizar topes de preparación donde el atleta no tenga la orientación del entrenador.
- Los trabajos en pareja deberán ser con atletas de diferentes características.
- Aumentar la complejidad de los asaltos en cuanto a estructura a medida que se acerque la competencia.
- Trabajos deberán ser cada vez más individuales atendiendo a características del sujeto.
- Se realizarán asaltos dirigidos teniendo en cuenta las características de los contrarios a enfrentar.
- Transmitir varias respuestas defensivas para una acción determinada.
- Trabajar frecuentemente por la guardia no habitual.

4.5.3.4 Principios básicos, didácticos y metodológicos de la educación físico-deportiva

Las actividades físico-deportivas son un proceso pedagógico destinado para estimular los procesos fisiológicos del organismo, favoreciendo el desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades físicas. Su objetivo es promover y consolidar el rendimiento deportivo. Deben planificarse desde el principio hasta el final para conseguir alcanzar los objetivos en cada fase y para cada capacidad física. Es un proceso complejo pues los efectos del entrenamiento no son ni inmediatos ni duraderos. Existen muchos principios de las actividades físico-deportivas (Universidad Nebrija, 2020), se han establecido una serie de principios que son fundamentales y de los cuales se desprenden los más específicos y son los siguientes:

Principios biológicos.

Son los principios que orientan sobre cómo aplicar las cargas de entrenamiento teniendo en cuenta las leyes de la biología y de la fisiología del ejercicio, relacionados con la adaptación del organismo al ejercicio. Estos se subdividen en los siguientes principios:

■ **Principio de la unidad funcional**

Este principio establece que el cuerpo humano funciona con un todo, de la forma que todos los órganos y sistemas están conectados para dar un gran rendimiento, del modo que, si uno falla es imposible continuar. Por este motivo, los entrenamientos deben contemplar el desarrollo de todos los sistemas, así como en la manera en que se relacionan (Diosdado, 2017). De este modo, partiremos siempre del criterio de que el desarrollo de las diferentes cualidades físicas no ha de hacerse, por tanto, de forma escalonada, sino de forma simultánea y paralela, con predominio o énfasis sobre una u otra función, de acuerdo con los objetivos que queremos conseguir y con la planificación a llevar a cabo.

■ **Principio de multilateralidad**

Es el principio que busca el desarrollo del máximo número de cualidades, para que a la hora de especializarse posea una gran riqueza de movimientos que permita rendir al máximo en la especialidad. Esto se consigue a través de la multilateralidad o polivalencia (ENFERDEP, 2017). Por este motivo, la edad en la que se debe poner un mayor acento sobre este principio se encuentra en las edades tempranas, puesto que estamos formando la base motriz y de condición física de los alumnos, puesto que debemos intentar lograr que esta sea lo más amplia posible, dotando de las mayores posibles al alumnado. De este modo, llevaremos a cabo una preparación multilateral que desarrolle un gran número de capacidades físicas, debiendo atender el programa de condición física a la mayoría de los órganos y aparatos.

■ **Principio de la especificidad**

El principio de especificidad es muy sencillo de entender, y significa que tenemos que entrenar de la manera más parecida posible a los movimientos

que queremos mejorar en todos los sentidos posibles. A su vez, no solo es importante la especificidad biomecánica, la especificidad metabólica y la especificidad contextual también son dos puntos muy importantes a tener en cuenta a la hora de diseñar un entrenamiento (Andreu, 2021). Esto nos viene a decir, que dependiendo del deporte o actividad que queramos llevar a cabo, necesitaremos un aprendizaje diferenciado de los movimientos técnicos para poder obtener un resultado concreto, a través de ejercicios puramente específicos.

■ **Principio de la sobrecarga**

Este principio también llamado “principio del umbral”, hace referencia al tipo de carga que se lleva a cabo durante un día de entrenamiento. Si la carga es la adecuada y da en el umbral, se producen mejoras. Cuando la carga es ineficaz y no llega a dicho umbral, la sesión no produce ninguna clase de mejoras. Pero, cuando la carga es muy alta y sobrepasa el umbral, no sólo no existen mejoras, significa un retroceso que se representa en lesiones o un cansancio durante la competición (Diosdado, 2017). Para que se pueda producir un proceso de adaptación, la carga de trabajo utilizada debe superar un umbral de esfuerzo que es de diferente magnitud para cada sujeto.

■ **Principio de la progresión**

Para aumentar la capacidad de rendimiento físico, se deben aumentar las cargas de entrenamiento de manera gradual, es decir se ha de aumentar el volumen y la intensidad de los ejercicios. Si una persona trabaja siempre de la misma manera, una vez que el organismo se ha acostumbrado este no sigue mejorando (Martínez, 2018). Una vez que un determinado estímulo es aplicado un número suficiente de veces, el organismo se adapta a él y hace necesario modificarlo o incrementarlo si queremos que se continúe cumpliendo el objetivo básico, el desarrollo de la condición física de nuestros alumnos.

■ **Principio de la continuidad**

El entrenamiento o ejercicio realizado esporádicamente no conduce a resultados positivos, pues sus efectos se diluyen en el tiempo. Para el desarrollo de las cualidades físicas debe haber una continuidad en el tiempo; toda actividad iniciada e interrumpida ni crea hábito ni entrena. El trabajo continuado produce la mejora de las capacidades de trabajo, existiendo un crecimiento de los tejidos, la reposición alimentaria y la síntesis bioquímica, aunque deben de ser lo suficientemente frecuentes como para contribuir al desarrollo fisiológico (ENFERDEP, 2017). La observación, la experiencia y los avances en fisiología han demostrado que todo esfuerzo que se interrumpa por un periodo prolongado ni crea hábito, ni entrena.

■ **Principio de individualización**

Cada atleta es único y no tiene las mismas condiciones que otros, en una gran cantidad de cosas son diferentes y por lo cual es un error esperar que las reacciones sean iguales entre las personas de un mismo equipo. Este

principio es fundamental porque indica que no se trata de repetir los trabajos de otros. Cada atleta tendrá una forma de responder de manera diferente ante cada sesión, en algunos casos, las diferencias son exponenciales (Diosdado, 2017). Este principio está determinado por las características morfológicas y funcionales de los deportistas. Cada sujeto es un todo, con características completamente distintas, desde el punto de vista antropométrico, funcional, motor, psicológico, de adaptación. Los programas de acondicionamiento físico deben ajustarse a las necesidades y capacidades individuales.

■ **Principios psicológicos.**

En el ámbito psicológico se pueden asociar los principios referentes al aprendizaje en general con las actividades físico-deportivas, siendo estos los siguientes:

1. Naturaleza y metas del proceso de aprendizaje
2. Construcción del conocimiento
3. Pensamiento estratégico
4. Pensar acerca del pensamiento
5. Contexto del aprendizaje
6. Influencias motivacionales y emocionales sobre el aprendizaje
7. Motivación intrínseca por aprender
8. Efectos de la motivación sobre el esfuerzo
9. Influencia del desarrollo sobre el aprendizaje
10. Influencias sociales sobre el aprendizaje
11. Diferencias individuales sobre aprendizaje
12. Aprendizaje y diversidad
13. Estándares y evaluación

Dichos principios, enfatizan las visiones del aprendizaje cognitivo y significativo que se complementan con una perspectiva social del proceso de aprendizaje en contextos escolares. También es de gran importancia la autorregulación y los procesos afectivos- emocionales en el alumno, ya que se espera que este, construya su propio conocimiento en base a las experiencias que va teniendo en la escuela y en su entorno, dialoguen, y puedan ser competentes para realizar aportaciones a su grupo de trabajo y en el área digital- tecnológica, en cualquier situación que lo amerite (Mendoza, 2014).

Principios didácticos.

Están constituidos por un sistema y engloban todos los elementos del PEA en sus funciones instructiva, educativa, formadora y desarrolladora. Estos principios son los siguientes:

■ **Principio de socialización.**

Es el proceso por el cual un ser humano, desde la infancia, adquiere los hábitos, creencias y conocimientos acumulados de la sociedad a través de la educación y la formación para la condición de adulto. Diversas investigaciones nos sugieren que los deportes juegan un papel positivo a la vez que negativo en esta socialización, lo que denominamos socialización en el deporte, no sólo entre los jóvenes atletas, sino también entre los niños y los adultos. Otras investigaciones ratifican que los deportes cumplen diferentes papeles en la socialización de niños y niñas con una dificultad de coordinación, y es

necesario utilizar otras metodologías para facilitar su aprendizaje (Unyversia, 2020).

■ **Principio de individualización.**

Las aptitudes son demasiado diferentes como para siquiera considerar el establecimiento de objetivos indistinguibles, por lo que en el entrenamiento físico se deben considerar las distinciones en: estado de ánimo activo, desarrollo del motor, capacidad para realizar, intereses singulares, y, finalmente, identidad, ejecución de grupo donde las asignaciones se cambian (Vicente-Sillo, 2019). Se facilita la socialización del alumno para la integración y aprendizaje de sus valores y conocimientos (por ejemplo, realizando juegos recreativos), el alumno debe ser una persona que acoja todo tipo de conocimiento para así ayudar al cambio de una sociedad amando a su comunidad y siendo una persona de bien.

■ **Principio de autonomía.**

Este principio se refiere a la capacidad de dotarse uno mismo de las reglas, de las normas para el aprendizaje, en función de sus diversos niveles de exigencia, sin por ello eludir la responsabilidad de dar cuenta de sus procesos y de sus resultados. Es decir, la autonomía es la regulación de la conducta por normas que surgen del propio individuo, estableciendo qué reglas son las que van a guiar su comportamiento, basándose en una decisión tomada en libertad, comenzando por decidir si se quiere aprender o no (Aguado-Gómez et al., 2017). Por ejemplo, al estudiante hay que dejarle con la duda para así tenga interés y realice una investigación individual.

■ **Principio de actividad.** La actividad del alumno es centro de la educación, indispensable. El educador debe de permitir que el alumno se desenvuelva. Para que así, el niño haga énfasis en que se aprende en la medida que nosotros aportemos ya sea de una manera individual o colectiva, en la clase (Vicente-Sillo, 2019). Por ejemplo, los trabajos en cuestión de consultas, ensayos o resúmenes.

■ **Principio de creatividad.**

El educador/entrenador debe de buscar la manera de preparar al alumno/deportista para enfrentarse en un mundo cambiante, cada persona posee diferentes cualidades y habilidades que deben aprender a conocerlas o prepararlas para así enfrentar desde una mejor postura su vida. En el ámbito deportivo es importante desarrollar la creatividad motriz, la cual es la capacidad que posee un sujeto para solucionar de manera original, con imaginación y fluidez problemas de tipo kinestésico (Vicente-Sillo, 2019). Por ejemplo, se podría realizar motivación mediante videos, conversaciones, testimonios para así lograr que el alumno capte la importancia de la creatividad al momento de resolver problemas.

Principios metodológicos.

■ **Principio de no sustitución.** Hacer para el alumno lo que el alumno puede con toda facilidad hacer por sí mismo (por ejemplo, leer), es anular su

autoestima, su toma de conciencia de lo que es capaz, sus hábitos psíquicos de independencia, de selección, de emprender actividades por sí mismo, de tomar decisiones razonadamente por sí mismo, etc.

- **Principio de actividad selectiva.** Este principio se trata de que no se suplanten las actividades mentales superiores y más específicamente humanas (razonar, comprender, aplicar, sintetizar, evaluar, crear críticamente, etc.), por otras actividades cuyo proceso mental es de inferior jerarquía. El memorizar información no debe constituir la única actividad de los alumnos.
- **Principio de anticipación.** El profesor/entrenador no debe adaptarse al alumno para dejarlo donde está, sino para provocar por anticipación que el alumno avance. Es preciso conocer el nivel de los alumnos, sus conocimientos previos, para avanzar partiendo de lo que dominan y ayudarles a llegar al objetivo de enseñanza fijado.

4.5.4. Planificación curricular en Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué la planificación curricular en el Taekwondo debe orientar el cumplimiento de actividades deportivas y el logro de experiencias de aprendizaje significativo asegurando la consecución de los objetivos, a diferencia de las clases o sesiones de entrenamiento no planeadas o improvisadas?

La planificación didáctica en el proceso micro curricular de enseñanza-aprendizaje o del entrenamiento deportivo en torno a los elementos teóricos o técnicos del Taekwondo, debe sustentarse en concepciones psicopedagógicas, epistémicas y competencias a lograrse en los estudiantes/deportistas, nociones que respalden la actividad del profesional de la actividad física y del deporte marcial.

Resultaría preocupante pensar que un profesional de educación física o entrenamiento deportivo del Taekwondo, frente a situaciones de su desempeño que exige planificaciones reflexionadas, procedieran de forma empírica o artesanal, a elaborar sus planificaciones sin sustento en las ciencias como la pedagogía, la psicología o la didáctica aplicada al deporte, ello constituye una divergencia e incluso un riesgo que dichos profesionales gestionen los procesos deportivos como si se tratase de cualquier persona que no sea especializada.

En ese sentido y para efectos del desarrollo de los temas en cuestión, se acoge y propone esencialmente el enfoque psicológico histórico cultural y la pedagogía enseñanza-aprendizaje desarrolladora analizados en el capítulo I, como una posibilidad alternativa de una concepción vigente y pertinente que garantiza el logro de aprendizajes cognitivos, psicomotores, deportivos y actitudinales, contribuyendo así al desarrollo de competencias y a la formación integral de los niños, adolescentes y jóvenes cultores de la disciplina. Entre los indicadores necesarios para establecer la planificación didáctica en el proceso enseñanza-aprendizaje del Taekwondo se pueden citar los siguientes:

Tabla 14.
Indicadores de la planificación didáctica.

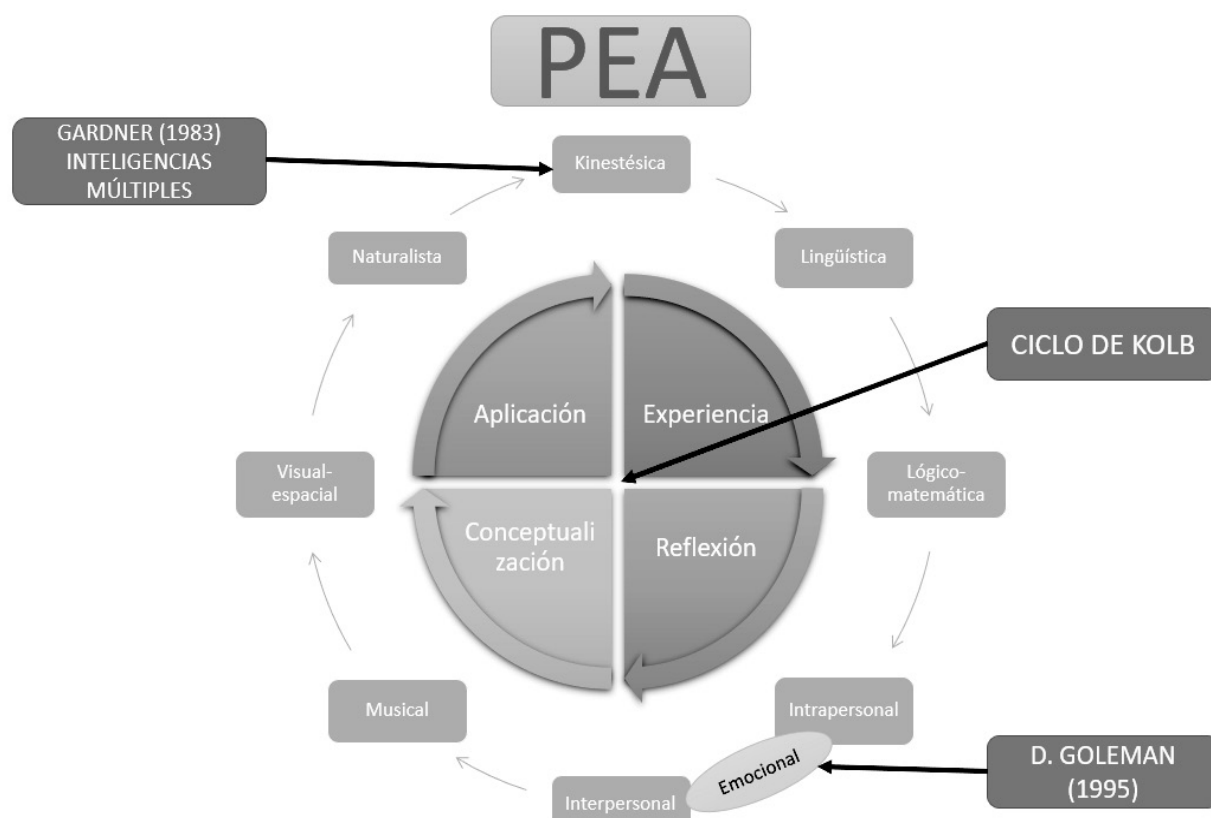
INDICADORES	FUNDAMENTO CIENTÍFICO
<p>1. Identificación del contexto de la institución deportiva.</p>	<p>Aguilar y Flández (2020) plantean que el contexto, en distintas partes del mundo, se relaciona con las políticas públicas y que las instituciones deportivas vinculadas a este ámbito se han diversificado, implementando distintos proyectos y modelos curriculares, con diversos sustentos epistemológicos, enfoques, perfiles y temporalización, acogiendo con estrategias públicas y privadas el desarrollo del deporte y del deportista. En la actualidad, hay instituciones internacionales que tienen como propósito propiciar la búsqueda de estrategias de fortalecimiento de políticas públicas en el sector.</p>
<p>2. Identificación de la población de estudiantes deportistas.</p>	<p>Para identificar de manera correcta la población de estudiantes deportistas se realiza el proceso de caracterización de la población atlética, el cual tiene la finalidad de identificar las características sociológicas (permite determinar las relaciones sociales que identifican a cada atleta y su rol social dentro del equipo), psicológicas (permite identificar los rasgos de la personalidad de cada atleta y su expresión en el equipo), física fisiológicas (permite determinar la funcionalidad de los sistemas cardiovascular, respiratorio y nervioso central de cada atleta que compone la población) que distinguen a cada deportista que compone dicha población, lo cual se encuentra en estrecha relación con el proceso de identificación y selección deportiva (Pérez et al., 2017).</p>
<p>3. Diseño del aprendizaje a través de la planificación curricular.</p>	<p>La planificación curricular hace referencia a la implantación de la «metodología científica» para darle solución a problemas prácticos «índole instruccional», con el fin de guiar el actuar educativo y ejecutarla con eficiencia. Se toma en cuenta además la conexión entre la posibilidad de regular el procedimiento instruccional (enseñanza-aprendizaje) y la planificación curricular, que de forma peculiar se desarrollan en el contexto formativo (Huaman-Auccapuri et al., 2021).</p> <p>Por su parte la Organización de Estados Iberoamericanos para la educación, la ciencia y la cultura (2015), afirma que la planificación curricular otorga la posibilidad de pensar actividades que propicien aprendizajes significativos, seleccionando y/o adaptando aquello que se estima más conveniente de enseñar y cómo llevarlo a la práctica.</p>
<p>4. Diseño de los temas-problemas de estudio.</p>	<p>Pereira et al. (2020) plantean que, desde el marco de referencia investigativa, se debe manifestar el valor que se le concede a la participación activa, comprometida y desinteresada de los actores sociales que intervienen en el desarrollo de temáticas y problemáticas sobre el avance del deporte y los enfoques curriculares en las clases de educación física. La importancia del diseño de informaciones sustantivas sobre el fenómeno social en estudio permite la oportunidad de definir nuevos conceptos experimentales y de conocimientos, así como de ciertas observaciones particulares que, sobre la temática, se producen dentro de un contexto educativo.</p>
<p>5. Integración del conocimiento y disciplinas.</p>	<p>El término interdisciplinariedad, acuñado por el sociólogo Louis Wirtzy en 1937, es la cualidad de ser interdisciplinario, es decir, aquello que se realiza con la cooperación de varias disciplinas. Actualmente, es un concepto posible de trabajar desde diferentes ámbitos como el social, cultural, personal, medioambiental, deportivo y educativo, por lo que las temáticas interdisciplinares son aquellas que se desarrollan de manera colaborativa entre dos o más áreas que persiguen un objetivo específico y el desarrollo integral del individuo (Castillo-Retamal et al., 2019).</p> <p>En este contexto, la integración del conocimiento y disciplinas en el deporte es adaptable y aplicable en el aula de manera interdisciplinar y también como un eje transversal, toda vez que ofrece la posibilidad de abordar más de una asignatura o materia del currículo escolar mediante su práctica, donde es posible integrar diferentes habilidades a partir de las distintas áreas de aprendizaje (Escaravajal-Rodríguez, 2017). Desde esta perspectiva, favorece la formación integral del individuo, lo que conlleva una serie de beneficios a partir de lo conceptual, procedimental y actitudinal (Castillo y Cordero, 2017).</p>

<p>6. Definición de las tareas docentes y actividades claves.</p>	<p>La tarea docente debe desarrollar el pensamiento lógico y racional, además de incluir elementos que propicien la imaginación, la intuición y el pensamiento creativo. Al mismo tiempo, debe contribuir a que los estudiantes se apropien de procedimientos y estrategias cognitivas, metacognitivas y motivacionales que permitan construir el saber, resolver problemas, aprender a aprender de manera permanente a lo largo de la vida, en diferentes situaciones y contextos (López, 2017).</p>
<p>7. Actividades académicas y guías de trabajo claves para los estudiantes-deportistas</p>	<p>La Sociedad Valenciana de Pediatría (2019), describe las claves para que los estudiantes puedan practicar ejercicio físico o deporte de manera competente y puedan compaginarlo con los estudios y así llevar una vida más sana. En primer lugar, se tiene que la actividad física o el deporte a practicar sea seleccionado por los estudiantes, priorizando los gustos individuales y así evitar el abandono deportivo. A su vez, debe existir una involucración positiva por parte de los padres, quienes sirven de guía y apoyo moral. No se debe generar estrés alrededor de la práctica deportiva, buscando formas innovadoras en el PEA. Siempre mantener una alimentación sana y actitud positiva en los entrenamientos, utilizando los valores adquiridos gracias al deporte en la vida cotidiana.</p>
<p>8. Identificación de medios, recursos didácticos y tecnológicos.</p>	<p>En el campo de la educación física y entrenamiento deportivo el proceso de integración de las TICs es una tarea algo compleja. En esta complejidad influyen múltiples factores: desarrollar actividades físicas que impliquen movimiento; permanecer y moverse por espacios sin cobertura; o intentar guardar un equilibrio entre el uso de las TICs y los momentos en los que el cuerpo está presente en el área (Gallego-Lema et al., 2017). Sin embargo, aparecen más investigaciones e innovaciones que utilizan las TICs dentro de este campo ya que aunque la tecnología no sea el centro del hecho pedagógico, es necesario discriminar sus posibilidades (Quintero et al., 2016) y ser conscientes de las limitaciones y potencialidades de estos recursos.</p>
<p>9. Diseño de técnicas e instrumentos de evaluación.</p>	<p>La evaluación deja de centrarse en un solo tipo de prueba que mide la memorización de contenidos y pasa a ser una herramienta para que los estudiantes conozcan su nivel competencial, les haga conscientes de sus capacidades para la resolución de problemas y les muestre los puntos débiles y fortalezas para conseguir una adecuada preparación para el aprendizaje a lo largo de la vida (Fernández, 2017).</p>
<p>10. Planificación de actividades de ayuda pedagógica o tutela.</p>	<p>Según González y Avelino (2016), el concepto de tutoría es polimórfico, contextual y escurridizo. A escala internacional, durante las últimas décadas, las tutorías han sido objeto de múltiples estudios y se ha conceptualizado de diversas maneras. Lo que prevalece, en todas las definiciones, es que existe una relación entre dos sujetos y una actividad de apoyo que es consciente, intencional y metódica. Se trata de una actividad centrada en el apoyo pedagógico a estudiantes/deportistas, para la consecución de sus objetivos de aprendizajes curriculares y deportivos. En algunos casos, las tutorías tienen también por finalidad mejorar las competencias socioemocionales de los estudiantes (Mancebo y Vaillant, 2022).</p> <p>Los programas de recuperación de aprendizajes pueden realizarse en la propia escuela, gimnasio o lugar de entrenamiento en un horario específico. En otros casos, las actividades se desarrollan fuera del tiempo escolar y de entrenamiento. Algunas están a cargo de entrenadores, otras de voluntarios, y también se identifican experiencias a cargo de compañeros deportistas más avanzados. La tutoría se realiza generalmente en la modalidad presencial, aunque también se puede desarrollar en modalidad online.</p>

Diversos son los formatos o modelos que se pueden utilizar para la planificación de clase o sesión de entrenamiento, sin embargo, se acoge el modelo Experiencia, Reflexión, Conceptualización y Aplicación (ERCA, véase figura 13) que plantea David Kolb, toda vez que, el modelo contempla y orienta el desarrollo de competencias y saberes (conocimientos, habilidades, actitudes y valores) en los estudiantes/deportistas, además, a través de las experiencias de aprendizaje o actividades académicas, posibilita construir sus propios significados y aprendizajes a partir de la problematización de objetos de estudio, lo que genera disonancias cognitivas que conllevan a la exploración e investigación para analizar, discutir y aclarar dudas, y poder llegar al descubrimiento o redescubrimiento. Asimismo, dicho modelo permite la implementación de procesos participativos, de creatividad y cognitivos en grupo, además, promueve y desarrolla las inteligencias múltiples que propone Gardner mediante el procesamiento de información para resolver problemas.

Figura 13.

PEA basada en el ciclo de Kolb y las inteligencias múltiples.



A continuación, se plantea una aproximación de plan de clase o sesión de entrenamiento a partir del modelo antes señalado:

Tabla 15.
Planificación micro curricular para Taekwondo.

PLAN DE CLASE O SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 1							
TEMA	Patadas de frente y empeine a pie firme	FECHA	01-04-2023		TIEMPO TOTAL	120´ * (*Tiempos aproximados)	
ENTRENADOR	Marcelo Méndez Urresta	CATEGORÍA	Infantil, 8 años		NIVEL/ CINTURÓN	Novatos/ Blanco	
PERÍODO	Preparatorio	DIRECCIÓN DEL ENTRENAMIENTO	TEÓRICO	X	TÉCNICO	X	PSICOLÓGICO
METODOLOGÍA	Resolución de problemas, descubrimiento guiado		FÍSICO		TÁCTICO		NUTRICIÓN
<p>COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:</p> <p>CONCEPTUALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Describir las etapas o fases de las técnicas de patada de frente y empeine a pie firme para aplicarlas en una combinación. - Distinguir las características entre las patadas de frente y empeine para aplicar en situaciones pertinentes. <p>PROCEDIMENTALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ejecutar la progresión de las técnicas de patada de frente y empeine para combinar con otras técnicas. <p>ACTITUDINALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demostrar interés y solidaridad en las actividades de aprendizaje para lograr la interacción entre todos. 							
<p>RECURSOS DIDÁCTICOS: Área pedagógica-deportiva, parlante, USB con canción, conos, elásticos, cuerdas, vallas, ulas, escalera, sillas, paletas, guantes de foco, bolso, guías de trabajo, dispositivos móviles, tarjetas numeradas, documento escrito, folleto de actividades y ejercicios para patadas, láminas o fichas de las patadas, video y link de las patadas.</p>							
METODOLOGÍA (EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE)			FUNDAMENTO CIENTÍFICO				
CICLO DE KOLB (ERCA) (Experiencia, Reflexión, Conceptualización, Aplicación)			Los aprendices, para ser efectivos, necesitan cuatro tipos diferentes de habilidades concretas: habilidades de experiencia (E), habilidades de observación reflexiva (R), habilidades de conceptualización abstracta (C) y habilidades de experimentación activa (A). Es decir, deben poder involucrarse de manera plena, abierta y sin sesgos en nuevas experiencias (E). Deben ser capaces de reflexionar y observar sus experiencias desde muchas perspectivas (R). Deben poder crear conceptos que integren sus observaciones en teorías lógicamente sólidas (C), y deben poder usar estas teorías para tomar decisiones y resolver problemas (A) (Morris, 2019).				

<p>EXPERIENCIA (8´)*</p>	<p>En el aprendizaje experiencial, los alumnos están involucrados, activos, comprometidos, participantes en el proceso de aprendizaje. La participación de los alumnos es central, donde “aprender haciendo” es un concepto fundamental. Es un proceso “práctico”, orientado a tareas, que se basa en la experiencia directa que requiere que los alumnos participen activamente en el proceso (Munge et al., 2018).</p>
<p>Presentación del tema-problema de clase o sesión ¿Cuáles son las etapas de ejecución de las técnicas de patadas de frente y empeine a pie firme?, ¿Cuál es la diferencia entre las dos patadas? (Método solución de problemas)</p> <p>Socialización del objetivo/s que se pretende alcanzar y los parámetros para la evaluación. Objetivo: Describir, diferenciar y ejecutar las patadas de frente y empeine; demostrar interés y solidaridad (citado anteriormente). Evaluación: a) Responder las preguntas del tema-problema, b) Ejecución de las técnicas de patada, c) Demostración de interés y solidaridad.</p> <p>Diálogo en torno a las técnicas de patada de frente y empeine. (Experiencia) Suponiendo trabajar con niños/as deportistas novatos se podría preguntar: ¿Qué artes marciales conocen?, ¿Han visto películas de artes marciales?, ¿Alguien de ustedes o sus familiares han practicado artes marciales?, ¿Cuál de ellas han practicado?, ¿Qué técnicas utilizan o ejecutan los deportistas de artes marciales?, ¿Conocen o pueden realizar algunas técnicas de ataque o defensa de Taekwondo?, ¿Con qué partes del cuerpo atacan o golpean en Taekwondo?, ¿Con que partes del cuerpo se defienden?, ¿Saben ustedes cuáles son las patadas de frente y empeine?, ¿Podrían describir las fases de como ejecutar las patadas?</p>	<p>La importancia del diseño de informaciones sustantivas sobre el fenómeno social en estudio permite la oportunidad de definir nuevos conceptos experimentales y de conocimientos, así como de ciertas observaciones particulares que, sobre la temática, se producen dentro de un contexto educativo (Pereira et al., 2020).</p> <p>Los objetivos constituyen los fines o resultados previamente concebidos, como proyecto abierto o flexible, que guían la actividad de profesores y alumnos para alcanzar las transformaciones necesarias en los estudiantes (Domínguez, 2021). La evaluación ofrece posibilidades para fortalecer y consolidar los aprendizajes, así como los logros de los objetivos o propósitos en cualquier campo de estudio. La evaluación permite evidenciar cuáles son las necesidades prioritarias que se deben de atender y —desde la perspectiva educativa— debe mostrar congruencia entre saber y desempeño, esta fórmula es la que puede encausar a la educación hacia la llamada calidad (Fernández, 2018).</p> <p>Este método de educación proporciona una posición a los estudiantes como sujetos que exploran su potencial interactuando con el entorno exterior para adquirir conocimientos (Muslikh et al., 2022). Es decir, que propicia el diálogo para que las personas obtengan conocimiento mediante sus propias conclusiones.</p>
<p>REFLEXIÓN (32´)*</p>	<p>En esta etapa es importante que el alumno tenga oportunidad de “contar” y “exteriorizar” sus sensaciones y estar en condiciones para analizar lo sucedido (Miraval, 2018). Una buena reflexión implica preguntas adecuadas que provoquen una interpretación lógica de las emociones, en función a la capacidad que se quiere lograr en la sesión</p>

<p>Trabajo grupal, conformar equipos de 4 estudiantes/deportistas (fichas numeradas a cada uno)</p> <p>Tarea docente (Guía de trabajo). A partir de las siguientes actividades, identificar las etapas o fases para realizar las técnicas de patada de frente y empeine a pie firme, sus diferencias; y explicar la importancia de aprender las patadas para la vida cotidiana de las personas.</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Comprender las fases o etapas para ejecutar las técnicas de patada de frente y empeine a pie firme ■ Estudiar el orden de las fichas o láminas facilitadas ■ Observar los videos proporcionados sobre las técnicas de patada de frente y empeine. <p>https://www.youtube.com/watch?v=6XRmF8OLyv0</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=1fr3gLR3XmI</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Analizar el folleto respecto de varios ejercicios que conllevan a realizar las dos patadas ■ Indagar videos en internet relacionados a las dos técnicas de patada ■ Reflexionar con una lluvia de ideas respecto a la importancia del Taekwondo y las técnicas de patada de frente y empeine. ¿En qué momento de la vida cotidiana pueden ser útiles las técnicas de patada? 	<p>Es un enfoque que involucra a un grupo de estudiantes que trabajan juntos como un equipo para resolver un problema, completar una tarea o lograr una meta objetiva. De tal manera que, se puede decir que el aprendizaje cooperativo enfatiza la cooperación entre estudiantes en grupos (Fermiska y Fakhri, 2020).</p>
<p>CONCEPTUALIZACIÓN (8´)*</p>	<p>Se refiere a que los alumnos se den cuenta de que las condiciones del contexto pueden cambiar a lo largo del tiempo y el lugar y, por lo tanto, todo conocimiento es provisional y necesita pruebas en contexto. Esto podría conceptualizarse como una “hipótesis de trabajo”, que al pasar por la experimentación activa en nuevas experiencias concretas se convierten, potencialmente, en conceptos de orden superior (Morris, 2019).</p>
<p>Actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Individual o grupalmente, los estudiantes/deportistas definen las etapas de las técnicas de patada de frente y empeine a pie firme y describen las diferencias que existen entre ellas. (Posibilidad para valorar el dominio cognitivo). 	<p>Se refiere a que los alumnos se den cuenta de que las condiciones del contexto pueden cambiar a lo largo del tiempo y el lugar y, por lo tanto, todo conocimiento es provisional y necesita pruebas en contexto. Esto podría conceptualizarse como una “hipótesis de trabajo”, que al pasar por la experimentación activa en nuevas experiencias concretas se convierten, potencialmente, en conceptos de orden superior (Morris, 2019).</p>
<p>APLICACIÓN (72´)*</p>	<p>Es la etapa final del ciclo de aprendizaje. Aquí los educandos interactúan y realizan ejercicios, actividades y tareas que facilitan la utilización de los nuevos conocimientos adquiridos en situaciones nuevas (Miraval, 2018).</p>

Trabajo grupal, en equipos de 4 estudiantes/deportistas (mismos o diferentes grupos)
Tarea docente: (Guía de trabajo), (Método descubrimiento guiado).

Actividades:

- Con la guía del profesor/entrenador, los estudiantes/deportistas realizan una dinámica grupal la ronda "Caperucita roja y el lobo feroz" y luego el calentamiento general utilizando la diversidad de recursos y medios didácticos; y ejercicios de calentamiento específico de flexibilidad de segmentos inferiores (15´)*.
- El profesor/entrenador plantea a los grupos la siguiente pregunta: ¿De qué manera se puede practicar las patadas de frente y empeine utilizando la paleta, guante de foco, elástico, silla, escudo o bolso?
- Los estudiantes/deportistas con la guía del profesor/entrenador y apoyo de sus compañeros, utilizando recursos didácticos específicos realizan de forma dinámica las fases de la patada de frente a pie firme mediante diversos ejercicios o actividades analizadas en los documentos facilitados por el maestro/entrenador (25´)*.



Secuencia metodológica de ejecución patada de frente

1. La técnica de patada de frente inicia desde la posición pal chagui chumbí (en guardia o posición de combate).
2. En forma simultánea, el pie derecho y el cuerpo giran alrededor de 45° y 90° respectivamente, la rodilla izquierda se eleva (ángulo de elevación) a nivel del abdomen, manteniendo la pierna flexionada y la zona convexa delantera de la planta del pie izquierdo hacia abajo.
3. Simultáneamente al extender la pierna se direcciona a impactar con la zona convexa delantera de la planta del pie izquierdo al objetivo (parte media o alta del adversario, paleta, guante de foco o escudo)

La inteligencia musical se utiliza para la ejecución de ejercicios que impliquen ritmo, intensidad y/o fuerza. Destacarán en ejercicios con música, como la danza y el baile, o en juegos o marchas a los que se acople una canción que marque el ritmo (Jiménez, 2021).

4. La pierna izquierda se flexiona regresando al ángulo de elevación, es decir, la rodilla izquierda regresa a nivel del abdomen.

5. El pie izquierdo desciende al piso, pudiendo hacerlo adelante o atrás, pero siempre adoptando la posición de combate

■ Los estudiantes/deportistas con la guía del profesor/entrenador y apoyo de sus compañeros, utilizando recursos didácticos específicos realizan de forma dinámica las fases de la patada de empeine a pie firme mediante diversos ejercicios o actividades analizadas en los documentos facilitados por el maestro/entrenador (25´)*.



Secuencia metodológica de ejecución patada de empeine

1. La técnica de patada de empeine inicia desde la posición pal chagui chumbí (en guardia o posición de combate).

2. Simultáneamente, el pie izquierdo y el cuerpo gira aproximadamente 180°, ubicando a la pierna derecha flexionada adelante, su rodilla a nivel del abdomen, la espinilla inclinada y el pie con sus dedos hacia abajo forma el empeine e inicia un recorrido semicircular.

3. Al tiempo que, el pie izquierdo gira unos 20° más de lo anterior, la pierna derecha se extiende adelante, golpeando al objetivo con el empeine del pie derecho, culminando así el recorrido semicircular.

4. La pierna derecha se flexiona volviendo al ángulo de elevación, es decir, la rodilla derecha regresa a nivel del abdomen.

5. El pie derecho desciende al piso adelante o atrás adoptando la posición de combate.

■ En parejas: Ejercitar la patada de frente en turnos utilizando la paleta, guante de foco, elástico, silla, escudo o bolso.

- En parejas: Ejercitar la patada de frente en turnos utilizando la paleta, guante de foco, elástico, silla, escudo o bolso.
- Individual: Practicar la patada de frente al vacío.
- En parejas: Ejercitar la patada de empeine en turnos utilizando la paleta, guante de foco, elástico, silla, escudo o bolso.
- Individual: Practicar la patada de empeine al vacío.
- Individual y en parejas: Combinar indistintamente las técnicas de patada de frente y empeine hacia adelante. (Posibilidad para evaluar el dominio psicomotriz).

Evaluación (5´)*

Dominio Conceptual: Individual o grupal (prueba escrita u oral)

Responder las preguntas iniciales:

¿Cuáles son las etapas de ejecución de las técnicas de patadas de frente y empeine a pie firme?, ¿Cuál es la diferencia entre las dos patadas?

¿En qué momento de la vida cotidiana pueden ser útiles las técnicas de patada?

Dominio Procedimental: Individual o grupal (observación). Demostrar la secuencia de ejecución de las patadas de frente y empeine de forma alternada e indistintamente.

Dominio Actitudinal: (observación). Observación sistemática durante la sesión, del interés y solidaridad demostrados por los estudiantes y grupos en las actividades de aprendizaje.

- Coevaluación entre pares o grupos.
- Evaluación al profesor/entrenador

Vuelta a la calma (5´)*

Individual, en parejas o grupal: Realizar ejercicios de flexibilidad, respiración y relajación.

- Organización de los materiales didácticos en sus respectivos lugares.
- Concurrir a los lugares de aseo.

(#´)* Los asteriscos representan la flexibilidad de aplicar los tiempos que se necesiten en cada actividad planeada. Dependerá de la organización y decisión del profesor/entrenador de Taekwondo

NOTA: Para alcanzar las competencias u objetivos, se planeará el número de clases o sesiones necesarias para desarrollar el trabajo teórico y práctico

RÚBRICA PARA VALORAR LOS APRENDIZAJES

NIVEL DE LOGRO COGNITIVO (Prueba oral o escrita)	INSUFICIENTE CONOCIMIENTO	CONOCIMIENTO REGULAR	BUEN CONOCIMIENTO	MUY BUEN CONOCIMIENTO	EXCELENTE CONOCIMIENTO
DESCRIPCIÓN	No se aprecia conocimiento de las etapas de ejecución de las patadas y sus diferencias.	La presencia de rasgos en el conocimiento de las etapas de ejecución de las patadas y sus diferencias es mínima.	Se aprecian algunos rasgos en el conocimiento de las etapas de ejecución de las patadas y sus diferencias.	La presencia en el conocimiento de las etapas de ejecución de las patadas y sus diferencias es satisfactorio.	Amplio y completo conocimiento de las etapas de ejecución de las patadas y sus diferencias.
NIVEL DE LOGRO PROCEDIMENTAL (Observación)	INSUFICIENTE APLICACIÓN	REGULAR APLICACIÓN	BUENA APLICACIÓN	MUY BUENA APLICACIÓN	EXCELENTE APLICACIÓN
DESCRIPCIÓN	No se aprecia la aplicación de las etapas en las patadas.	La aplicación de las etapas en las patadas es mínima..	Se aprecia algunos rasgos en la aplicación de las etapas en las patadas.	La aplicación de las etapas en las patadas es	Completa aplicación de las etapas en las patadas
NIVEL DE LOGRO AFECTIVO (Observación)	INSUFICIENTE ACTITUD	REGULAR ACTITUD	BUENA ACTITUD E INTERÉS	MUY BUENA ACTITUD E INTERÉS	EXCELENTE ACTITUD E INTERÉS
DESCRIPCIÓN	No se aprecia interés y solidaridad en las actividades de aprendizaje.	El interés y solidaridad en las actividades de aprendizaje son mínimos	Se aprecia algunos rasgos de interés y solidaridad en las actividades de aprendizaje.	El interés y solidaridad en las actividades de aprendizaje son satisfactorios.	Amplio interés y solidaridad en las actividades de aprendizajes.
CALIFICACIÓN	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS

Tabla 16.

Planificación micro curricular para Taekwondo.

PLAN DE CLASE O SESIÓN DE ENTRENAMIENTO N° 2							
TEMA	Fundamentos técnico-tácticos en el combate de Taekwondo	FECHA	01-04-2023		TIEMPO TOTAL		120´* (´)* Tiempos aproximados
ENTRENADOR	Marcelo Méndez Urresta	CATEGORÍA	Juvenil, 16 años		NIVEL/ CINTURÓN		Medio/ Azul-Rojo
PERÍODO	Preparatorio	DIRECCIÓN DEL ENTRENAMIENTO	TEÓRICO	X	TÉCNICO	X	PSICOLÓGICO
METODOLOGÍA	Resolución de problemas, descubrimiento guiado, libre exploración		FÍSICO		TÁCTICO	X	NUTRICIÓN
COMPETENCIAS A SER DESARROLLADAS:							
CONCEPTUALES:							
- Reconocer los fundamentos técnico-tácticos que pueden presentarse en el combate para aplicarlos en la competencia.							
- Explicar diferentes condiciones o circunstancias de ataque/contraataque para aplicar en el entrenamiento o competencias.							
PROCEDIMENTALES:							
- Dramatizar la implementación de diferentes fundamentos técnico-tácticos para desarrollar la velocidad y precisión en la toma de decisiones durante el combate..							
ACTITUDINALES:							
- Demostrar solidaridad en las actividades de aprendizaje para lograr objetivos comunes entre todos.							
RECURSOS DIDÁCTICOS: Área pedagógica-deportiva, paletas, guantes de foco, bolso, guías de trabajo, redes conceptuales, dispositivos móviles, videos y links de combates, proyector, protectores para combate: cabezales, petos, antebrazos, inguinales, canilleras, empeineras.							
METODOLOGÍA (EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE)				FUNDAMENTO CIENTÍFICO			
CICLO DE KOLB (ERCA) (Experiencia, Reflexión, Conceptualización, Aplicación)							
EXPERIENCIA (8´)*							

<p>Presentación del tema-problema ¿Qué fundamentos técnicos y acciones tácticas se pueden utilizar en el combate de Taekwondo, y cuáles son los más efectivos? (Método resolución de problemas)</p> <p>Socialización del objetivo y forma de evaluación. Objetivo: Reconocer, explicar y dramatizar los fundamentos técnico-tácticos en el combate de Taekwondo; y demostrar solidaridad (citado anteriormente).</p>	<p>La disonancia cognitiva se refiere a la tensión, malestar o incomodidad que se percibe cuando se mantienen dos ideas contradictorias o incompatibles, o cuando las creencias no están en armonía con la conducta (Castro, 2022). Esta tensión interna o disonancia provee la necesidad de resolver dicho conflicto, siendo la mejor respuesta utilizar la indagación.</p>
<p>Evaluación: a) Responder las preguntas del tema-problema, b) Dramatizar cinco contraataques a partir de cinco ataques diferentes, c) Demostración de solidaridad.</p> <p>Diálogo en relación a los fundamentos técnicos y acciones tácticas en el combate de Taekwondo Suponiendo trabajar con deportistas juveniles de nivel medio se podría preguntarles: ¿En qué consiste el ataque y contraataque?, ¿Qué acciones técnicas del Taekwondo conocen?, ¿Qué acciones tácticas dominan?, ¿Qué acciones de ataque y contraataque se pueden aplicar en combate?, ¿Qué recursos tácticos conocen?, ¿Cuáles son las acciones técnicas, tácticas y recursos tácticos que se aplican en el ámbito nacional e internacional?, ¿Cuáles son sus limitaciones y fortalezas en el combate de Taekwondo?</p>	<p>La indagación es una actividad polifacética que incluye la observación, la formulación de preguntas, la búsqueda de información en libros y otras fuentes para conocer lo que ya se sabe sobre un tema, el diseño y planificación de investigaciones, la revisión de ideas atendiendo a la evidencia experimental disponible, el manejo de herramientas asociadas a la adquisición, análisis e interpretación de datos, la formulación de respuestas, explicaciones y predicciones y la comunicación de resultados (Romero, 2017)..</p>
<p>REFLEXIÓN (32 ´)*</p>	

<p>Trabajo grupal, conformar equipos de 4 estudiantes/deportistas (un líder en cada grupo).</p> <p>Tarea docente (Guía de trabajo). A partir de las siguientes actividades, distinguir las acciones técnico-tácticas que pueden implementarse en el combate de Taekwondo</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Leer en qué consiste el ataque y contrataque. ■ Analizar los esquemas conceptuales relacionados con acciones de ataque y contraataque. ■ Observar los links facilitados sobre las acciones de ataque-contraataque. <p>https://www.youtube.com/watch?v=P_p_R9yrEOY https://www.youtube.com/watch?v=3j-Cly6NhOsE https://www.youtube.com/watch?v=777qqfiNjqc https://www.youtube.com/watch?v=r88nqyJ2-Hg&t=475s https://www.youtube.com/watch?v=bCil-3Fa4xul https://www.facebook.com/watch/?ref=tab</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Examinar en videos del internet diferentes situaciones de ataque y contrataque. <p>o Analizar respecto a la importancia de la precisión en las acciones de ataque y contraataque en las diversas circunstancias de los oponentes.</p> <p>Respondan las preguntas de reflexión: - En referencia a acciones de ataque y contraataque que se pueden visualizar en los videos, ¿Por qué los deportistas ganan y pierden?</p>	<p>La inteligencia intra personal está ligada a la personalidad y posibilita a quienes la poseen, comprender sus emociones y crear un modelo viable y eficaz de sí mismos, lo cual permite al individuo interpretar y orientar su conducta del modo más eficaz en el planteamiento y consecución de las metas del día a día (Zaleta, 2018). Por lo tanto, permite a los individuos entenderse a sí mismos.</p> <p>La inteligencia interpersonal denominada también como inteligencia social, permite al individuo interpretar y diferenciar los estados emocionales de quienes lo rodean. Las personas con elevado índice de inteligencia interpersonal se hallan especialmente capacitadas para el trato con la gente y el trabajo en equipo (Malas-Tolsá et al., 2019). Es decir, que esta inteligencia nos permite entender a las demás personas.</p> <p>La inteligencia lógico-matemática confiere a las personas una habilidad especial para el cálculo, la resolución de problemas, el razonamiento inductivo y deductivo, y en general aquellas habilidades necesarias para el desarrollo de métodos científicos (Fernández, 2015). Se corresponde con el modo de pensamiento del hemisferio lógico y con lo que nuestra cultura ha considerado siempre como la única inteligencia.</p>
--	--

<p> https://www.youtube.com/watch?v=WpxRnbwccRk 1º combate azul gana https://www.youtube.com/watch?v=G9puA36e_Dc 2º combate azul gana https://www.youtube.com/watch?v=vSM-diH1OqcM 2º combate rojo gana https://www.youtube.com/watch?v=kP-DkSjyisvw 3º combate rojo gana </p> <p> - Qué ataques o contraataques se produjeron en cada combate? - Lo ocurrido se relaciona con... - Mis experiencias al respecto son... - Mis conclusiones tentativas son que... </p>	<p>La inteligencia verbal-lingüística es la capacidad de usar las palabras de manera efectiva en forma oral, escrita o descriptiva. La poseen personas que saben expresarse de manera eficaz (Ubago-Jiménez et al., 2018). Las personas dotadas de inteligencia lingüística tienen una habilidad especial para comunicarse mediante lenguaje oral, escrito o mediante signos. Por tanto, no debemos caer en el error de pensar que una persona muda carece de inteligencia lingüística (Malas-Tolsá et al., 2019).</p>
<p>CONCEPTUALIZACIÓN (5´)*</p>	
<p>Actividad: En parejas o grupalmente, los estudiantes/deportistas reconocen los fundamentos técnico-tácticos que pueden presentarse en el combate para aplicarlos en la competencia; explican diferentes condiciones o circunstancias de ataque/contraataque para aplicar en el entrenamiento o competencias. (Posibilidad para valorar el dominio cognitivo).</p>	
<p>APLICACIÓN (75´)*</p>	
<p>Trabajo en parejas o en equipos de 4 estudiantes/deportistas (mismos o diferentes grupos) Tarea docente: (Guía de trabajo), (Métodos descubrimiento guiado y libre exploración)</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Con la orientación del profesor/entrenador, los estudiantes/deportistas de forma autónoma y dinámica realizan el calentamiento general utilizando la diversidad de recursos y medios didácticos; y ejercicios de calentamiento específico mediante ejercicios de elasticidad de segmentos inferiores (15´)*. ■ El maestro/entrenador plantea a las parejas o equipos la siguiente pregunta: ¿Qué fundamentos técnicos y acciones tácticas se pueden utilizar en el combate de Taekwondo, y cuáles son los ataques y contraataques más efectivos? ■ Los estudiantes/deportistas con la guía del profesor/entrenador y apoyo entre compañeros, utilizando recursos didácticos específicos y en base al esquema conceptual y los videos analizados, realizan de forma dinámica las acciones tácticas y los recursos tácticos: (50´)* 	<p>La inteligencia kinestésica es la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas, y para expresar ideas y sentimientos. Es la inteligencia de los deportistas y bailarines, los artesanos, los cirujanos, y en definitiva de cualquier profesional que utilice su cuerpo para realizar actividades o labores que implican utilizar el cuerpo con precisión, coordinación y habilidad (Zaleta, 2018).</p> <p>Se dice que las personas con inteligencia visual y espacial ven en imágenes, perciben colores y/o formas con más detalle y precisión que otras personas a través de la visión (o del tacto en el caso de personas ciegas) y capacitan a las personas para el cálculo espacial, la interpretación de mapas y artes visuales en general (Malas-Tolsá et al., 2019). Consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Ofensivas de ataque y contraataque; - Defensivas de afrontamiento y esquivas, y - En situación de clinch. - Finta y corrección <p>(Posibilidad para valorar el dominio psicomotriz).</p> <p><u>Evaluación (5´)*</u></p> <p>Dominio Conceptual: Individual o grupal (prueba oral) Responder las preguntas iniciales: ¿Qué fundamentos técnicos y acciones tácticas se pueden utilizar en el combate de Taekwondo, y cuáles son los ataques y contraataques más efectivos?</p> <p>Dominio Procedimental: En parejas (observación) Demostrar las acciones tácticas y los recursos tácticos.</p> <p>Dominio Actitudinal: (observación). Observación sistemática durante la sesión, de la demostración de solidaridad en las actividades de aprendizaje.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coevaluación entre pares o grupos. - Evaluación al profesor/entrenador <p><u>Vuelta a la calma (5´)*</u></p> <p>Individual, en parejas o grupal: Realizar ejercicios de elasticidad, respiración y relajación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización de los materiales didácticos en sus respectivos lugares. - Concurrir a los lugares de aseo. 	<p>La inteligencia naturalista es la capacidad de percibir las relaciones existentes entre varias especies o grupos de objetos y personas, así como reconocer y establecer si existen diferencias y similitudes entre ellos. Estos alumnos se caracterizan por la interacción con el entorno por observar, clasificar, experimentar o crear hipótesis (Ubago-Jiménez et al., 2018). Las personas que poseen una inteligencia naturalista elevada, tienen una gran habilidad para cultivar, para organizar y botar los desechos en la basura, para organizar y ubicar los implementos y recursos didácticos en los lugares que corresponden, para mantener limpio el lugar de entrenamiento, etc.</p>
<p>(#´)* Los asteriscos representan la flexibilidad de aplicar los tiempos que se necesiten en cada actividad planeada. Dependerá de la organización y decisión del profesor/entrenador de Taekwondo</p> <p>NOTA: Para alcanzar las competencias u objetivos, se planeará el número de clases o sesiones necesarias para desarrollar el trabajo teórico y práctico</p>	

RÚBRICA PARA VALORAR LOS APRENDIZAJES

NIVEL DE LOGRO COGNITIVO (Prueba oral o escrita)	INSUFICIENTE CONOCIMIENTO	CONOCIMIENTO REGULAR	BUEN CONOCIMIENTO	MUY BUEN CONOCIMIENTO	EXCELENTE CONOCIMIENTO
DESCRIPCIÓN	No se aprecia conocimiento de las acciones y recursos tácticos.	La presencia de rasgos en el conocimiento de las acciones y recursos tácticos es mínima.	Se aprecian algunos rasgos en el conocimiento de las acciones y recursos tácticos.	La presencia en el conocimiento de las acciones y recursos tácticos es satisfactorio.	Amplio y completo conocimiento de las acciones y recursos tácticos.
NIVEL DE LOGRO PROCEDIMENTAL (Observación)	INSUFICIENTE APLICACIÓN	REGULAR APLICACIÓN	BUENA APLICACIÓN	MUY BUENA APLICACIÓN	EXCELENTE APLICACIÓN
DESCRIPCIÓN	No se aprecia la aplicación de las acciones y recursos tácticos.	La aplicación de las acciones y recursos tácticos es mínima.	Se aprecia algunos rasgos en la aplicación de las acciones y recursos tácticos.	La aplicación de las etapas en las acciones y recursos tácticos es satisfactoria.	Completa aplicación de las acciones y recursos tácticos.
NIVEL DE LOGRO AFECTIVO (Observación)	INSUFICIENTE ACTITUD	REGULAR ACTITUD	BUENA ACTITUD E INTERÉS	MUY BUENA ACTITUD E INTERÉS	EXCELENTE ACTITUD E INTERÉS
DESCRIPCIÓN	No se aprecia la solidaridad en las actividades de aprendizaje.	La solidaridad en las actividades de aprendizaje es mínima.	Se aprecia algunos rasgos de solidaridad en las actividades de aprendizaje.	La solidaridad en las actividades de aprendizaje es satisfactoria.	Amplia solidaridad en las actividades de aprendizajes.
CALIFICACIÓN	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS

4.5.5. Evaluación de aprendizajes en Taekwondo

Pausa para la reflexión

¿Por qué considerar las diferencias entre evaluar, medir, calificar y valorar en Taekwondo?, ¿Por qué y para qué evaluar?, ¿Es posible evaluar sin medir, y medir sin evaluar?, ¿Quiénes son los llamados a evaluar?, ¿Qué se pone en juego con la evaluación?

4.5.5.1 Definiciones de medición, valoración y evaluación pedagógica en el proceso educativo/deportivo

El proceso evaluativo en el Taekwondo al igual que en otras artes marciales o cualquier disciplina deportiva es de vital importancia, para determinar la consecución de objetivos y logro de competencias (saberes) en los estudiantes/deportistas. Respecto de los vocablos evaluación, medición y valoración se han propuesto varias definiciones, las cuales están establecidas por diferentes razonamientos, pero una de las más aceptadas, es que se centraliza en precisar el valor o cualidad de algo. Interpretar ese valor, presupone información intencionada y con sustento que constituye un conocimiento, así: Fernández (2017) define a la evaluación como la valoración que se lleva a cabo, a partir de la observación y análisis de los datos, ya sea del proceso de aprendizaje con el fin de tomar decisiones orientadas a mejorar el trabajo y ayudar a progresar, o de la consecución de unos objetivos o del nivel de dominio en el uso de la lengua, con el fin de llevar a cabo un juicio o una calificación (evaluación del aprendizaje).

Arribas (2017) plantea que la evaluación en su dimensión pedagógica, formativa, como un elemento más del proceso de enseñanza aprendizaje se manifiesta netamente cuando la evaluación no lleva aparejada una calificación o cuando esta no tiene repercusiones más allá de la valoración del progreso del interesado, es decir, cuando únicamente el aprendizaje, per se, es el objetivo, bien por la satisfacción que el objeto de ese aprendizaje nos produce en sí mismo-motivación intrínseca-o por las consecuencias derivadas de dicho aprendizaje -motivación extrínseca-.

De esta manera, dentro del campo amplio de la evaluación se encuentran otros elementos fundamentales relacionados con esta, estos son la medición, la valoración y la calificación. Martínez y Ramírez (2015) determinan que la medición no es evaluación, es sólo una parte de ella asociada al proceso de recopilación de información. La información recopilada, si es cuantitativa, puede ser objeto de medición lo que permitirá mayor precisión en la presentación de datos y la construcción de indicadores y parámetros comparativos. En esta misma línea, Maureira et al. (2020) afirman que la medición se define como la asignación de un valor numérico al desempeño del estudiante con base en una serie de criterios. Por ello, es un término asociado a la evaluación sumativa, la valoración cuantitativa, la emisión de una calificación y el proceso de acreditación.

Por otro lado, la valoración se define como el proceso de recopilar información sobre los logros del estudiante y sobre su desempeño. La información para la valoración proporciona los fundamentos para tomar

decisiones con respecto al aprendizaje y la enseñanza (Zubillaga y Cañadas, 2021). En síntesis, “valorar” proporciona retroalimentación sobre el aprendizaje del alumno para promover en éste, un desarrollo mayor (Gil-Álvarez et al., 2017). Un programa de valoración balanceado incluye una variedad de estrategias de valoración que se adecuen a los productos específicos del estudiante. Planear para valorar es una parte esencial de la instrucción. La valoración que se realiza en clase se refiere a todas las actividades que se llevan a cabo y que posibilitan al estudiante demostrar qué es lo que entiende, sabe y puede hacer.

Por último, Vázquez (2019) nos dice que el objetivo de la calificación es evaluar el rendimiento de un estudiante individual respecto a un conjunto de criterios para una unidad o curso concretos. Las calificaciones pueden ser una medición precisa del aprendizaje del estudiante o pueden no serlo, en función de lo que se esté evaluando. Por ejemplo, la asistencia, la entrega a tiempo de una tarea, el formato y la participación pueden no revelar mucho sobre cuánto ha aprendido un estudiante, pero pueden ofrecer indicadores o señales para la intervención del instructor. Por lo tanto, se puede definir “calificar” como la síntesis del proceso de evaluación, en la cual se representa mediante un valor numérico o un concepto el nivel de logro de los aprendizajes alcanzado por los alumnos. Suele utilizarse para comparar los resultados de la evaluación con los propósitos planteados al inicio del proceso (Guerrero, 2020). A partir de estas concepciones, nace la necesidad de plantear varias inquietudes como:

- ¿Qué procedimientos de evaluación utilizan los entrenadores de Taekwondo para valorar adecuadamente los aprendizajes de sus deportistas?
- ¿En qué teorías se sustenta la evaluación de saberes: saber/conocer, hacer, ser y convivir con los demás?
- ¿Cuáles son las características, funciones y finalidades con las cuales se evalúa?
- ¿Qué técnicas e instrumentos se utilizan para evaluar?
- ¿En qué medida se evalúan los dominios cognitivo, procedimental y actitudinal?
- ¿La evaluación es concebida solamente para determinar la consecución de resultados y productos de la preparación deportiva (medallas) o por el contrario, es de carácter integral?
- ¿La evaluación la hace solo el docente/entrenador o es democrática y participativa entre todos los actores de la actividad deportiva?
- ¿La evaluación es cuantitativa, cualitativa o mixta?
- ¿En qué momentos ha medido y evaluado los aprendizajes alcanzados por sus taekwondoinas?
- ¿La evaluación permite la autorreflexión pedagógica y didáctica del maestro/entrenador?
- ¿La evaluación proporciona información para implementar otras metodologías alternativas y diversos recursos o medios?

Dichas preguntas sin duda que pueden ser respondidas de manera breve y sin mayor sustento científico, como si se tratase de un proceso de medir y/o calificar algunas actividades de reproducción de conocimientos y aprendizajes que logran los deportistas. Sin embargo, el proceso didáctico

hacia el aprendizaje y entrenamiento del Taekwondo puede concebir una evaluación integral de varios parámetros: teórico, físico, técnico, táctico, psicológico, fisiológico, nutricional, datos antropométricos, estado de salud y apariencia, condición social, económica y cultural, niveles de discapacidad y problemas de aprendizaje entre otros.

Indudablemente que un diagnóstico que contemple una evaluación integral resulta necesario no sólo para comprender la problemática real en la actividad física y particularmente en nuestro deporte el Taekwondo, sino que permitiría a los profesores/entrenadores concienciar en la demanda de buscar otras formas alternativas de evaluación, que orienten su verdadero papel en el proceso educativo, deportivo y formativo. A continuación, a partir de su experiencia y conocimiento, se le invita a analizar algunos errores o desaciertos que usted haya vivenciado u observado en la evaluación que aplican los profesores/entrenadores de Taekwondo. En el análisis se pueden describir algunas inconsistencias, aunque no se puede generalizar en los entrenadores:

- La evaluación es considerada como sinónimo de medición.
- Los valores numéricos reemplazan a los amplios objetivos y funciones de la evaluación en el deporte.
- La evaluación está enfocada a la estricta aplicación de reactivos (test o pruebas).
- Se usa y abusa la medición de capacidades físicas como la resistencia, fuerza, velocidad, agilidad, flexibilidad entre otras.
- La evaluación se limita a medir, valorar o calificar los aprendizajes o dominios procedimentales de fundamentos deportivos.
- Escasa o ninguna evaluación de los dominios intelectual (operaciones mentales, estructuras y destrezas cognitivas) y socioafectivo (valores y actitudes).
- Uso de baremos y modelos de medición para nuestros deportistas ajenos al contexto deportivo nacional o local.
- La evaluación es tomada únicamente como un control de rendimiento deportivo de los estudiantes/deportistas y no de los profesores/entrenadores.
- Los resultados de la evaluación no son utilizados para rectificar planes de entrenamiento, sistemas y métodos de enseñanza-aprendizaje y/o preparación, recursos, medios, reactivos u otros.

De lo expuesto, valdría preguntarse: ¿Considera que los errores descritos anteriormente son reales?, ¿Cree que dichos desaciertos se cometen en nuestro deporte el Taekwondo?, ¿Piensa usted que es posible eliminar los errores o desaciertos y juicios en los que se incurren en la evaluación del Taekwondo? Ahora bien, haciendo un ejercicio de autovaloración personal, ¿De las prácticas evaluativas erróneas citadas, en cuál de ellas ha incurrido usted?, ¿Qué debe hacer para implementar una evaluación acorde a las exigencias de los principios pedagógicos, didácticos, psicológicos?

Para tener una lectura global aproximada del término evaluación, a continuación, se establecen algunas dimensiones e indicadores que serán analizados y que sin duda ayudarán a configurar un sistema de conceptos que el profesor/entrenador de Taekwondo debe conocer para implementar en el proceso educativo, deportivo y formativo de sus estudiantes/deportistas.

Tabla 17.
Dimensiones e indicadores en la evaluación.

DIMENSIONES	INDICADORES
Aprendizajes o dominios	<ul style="list-style-type: none"> - Cognitivos - Procedimentales - Actitudinales
Función	<ul style="list-style-type: none"> - Pedagógica - Social - Psicopedagógica - Pronóstica
Finalidad	<ul style="list-style-type: none"> - Adquisición de conocimientos - Afianzamiento de valores y actitudes - Identificar individualidades - Desarrollo de potencialidades - Reorientar prácticas pedagógicas - Consolidar logros - Oportunidades para aprender
Momento	<ul style="list-style-type: none"> - Inicial - Procesual - Final
Formas	<ul style="list-style-type: none"> - Autoevaluación - Coevaluación - Heteroevaluación
Clases/modelos	<ul style="list-style-type: none"> - Objetiva - Subjetiva - Mixta
Operacionalización	<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas - Instrumentos

4.5.5.2 La evaluación según los modelos pedagógicos

Tabla 18.

Evaluación según los modelos pedagógicos.

CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN
<p>Modelo tradicional</p> <p>Este modelo concibe al alumno-deportista como un ser pasivo, es decir, un receptor del conocimiento y objeto de la acción del profesor-instructor. El conocimiento se considera como algo que ya está dado y determinado por un conocedor exclusivo (el profesor) de la teoría y la práctica (Vives, 2016).</p> <p>El estudiante aprende como un receptor pasivo la información emitida por el profesor. Aprender consiste en repetir lo más fielmente posible las enseñanzas del profesor. Por esta razón, se valora la capacidad del alumno para reproducir los conocimientos transmitidos por el profesor durante un proceso de enseñanza y de aprendizaje. Esta evaluación hace hincapié en los resultados más que en los procesos.</p>
<p>Modelo conductista</p> <p>Diferentes autores y expertos en el tema definen al paradigma conductista como un esquema formal de organización en el cual se plantea cómo la conducta de un organismo puede ser explicada a través de diversas causas ambientales, sin tener que tomar en cuenta los procesos mentales internos, estas conductas son observables, medibles y cuantificables (Posso et al., 2020).</p> <p>El objeto de la enseñanza sigue siendo la transmisión de los contenidos científico - técnicos, organizados en materias esquematizadas. El objeto de la evaluación son las conductas de los alumnos y evaluar consiste en medir tales conductas que se expresan en comportamientos observables.</p> <p>La evaluación en el modelo conductista es el control periódico de los cambios de conducta especificados en los objetivos, mediante la aplicación de pruebas objetivas. El dominio de estas conductas por parte de los estudiantes determina su promoción al aprendizaje de una nueva conducta.</p> <p>En este sentido, el desarrollo del sujeto de la educación es entendido como la acumulación de saberes o conocimientos atomizados de la ciencia, que deben ser periódicamente controlados con fines de aprobación o reprobación.</p>
<p>Modelo humanista</p> <p>La educación humanista tiene como objetivo el desarrollo personal del alumno y un mayor desenvolvimiento en las áreas del conocimiento procurando la aproximación a la perfección por parte de este. Para este modelo pedagógico, los conocimientos impuestos desde el exterior en los planes y programas definidos sin consultar a los estudiantes atentan contra su libertad y su individualidad, son dos de sus valores fundamentales (Hours y De Marziani, 2015).</p> <p>Se respeta y se valora el desarrollo espontáneo del alumno a través de sus experiencias vitales y su deseo de aprender. Para este modelo pedagógico, los conocimientos impuestos desde el exterior en los planes y programas definidos sin consultar a los estudiantes atentan contra su libertad y su individualidad.</p> <p>El centro de atención es la persona. La única evaluación posible es la autoevaluación. Esta habilidad metacognitiva, siempre referida a los asuntos que el alumno quiere evaluar, es la que le permitirá analizar, valorar y asumir decisiones sobre sus avances y falencias.</p>

Modelo constructivista

En el modelo pedagógico constructivista se señala que un sujeto de aprendizaje pasa de ser inactivo a activo, cuando compara conocimientos previos con los nuevos, lo anterior se da cuando un sujeto (estudiante-deportista) investiga o ejecuta con autonomía una determinada tarea, permitiendo incorporar constructos teóricos y experimentales (Berni y Olivero, 2019).

Son los sujetos quienes construyen el conocimiento, desarrollan la curiosidad para investigar, la capacidad de pensar, de reflexionar y adquirir experiencias que posibiliten el acceso a estructuras cognitivas cada vez más complejas, propias de etapas superiores. La evaluación de los procesos que realiza el profesor es la que tiene prioridad (no exclusividad) en el modelo pedagógico cognitivo y su función es recoger oportunamente evidencias acerca del aprendizaje a partir de un proceso de búsqueda y descubrimiento de información previstos por el profesor. El profesor evalúa continuamente (que no es sinónimo de “todo el tiempo”) el aprendizaje alcanzado por los alumnos que consiste en la comprensión de los contenidos desarrollados (estructuras cognitivas superiores).

Modelo socio crítico

El modelo pedagógico socio crítico es una propuesta alternativa de solución a un problema científico planteado cuya estructura está constituida por: postulados, leyes, conceptos didácticos y estrategias de enseñanza aprendizaje, razón por la cual se considera un aporte teórico conceptual y metodológico de utilidad institucional y social (Mendoza, 2014). En este modelo el trabajo productivo y la educación están íntimamente relacionados. Su propósito esencial es el desarrollo de las capacidades fundamentales en los procesos de interacción y comunicación desplegados durante la enseñanza, el debate, la crítica razonada del grupo, la vinculación entre la teoría y la práctica y la solución de problemas reales que interesan a la comunidad. En la pedagogía social cognitiva el enfoque de la evaluación es dinámico, su propósito es evaluar el potencial del aprendizaje. Tiene la función de detectar el grado de ayuda que requiere el alumno de parte del maestro para resolver una situación. Vygotsky ha definido el concepto de zona de desarrollo próximo para referirse a lo que potencialmente el alumno es capaz de hacer sin la ayuda del profesor. En la pedagogía social la motivación se vincula con el interés que genera la solución de los problemas que por lo general no son ficticios sino tomados de la realidad, por lo tanto, no forman parte del currículo (escrito). La comunidad es la actora y la que se involucra con la situación problemática y su tratamiento se realiza a través de una práctica contextualizada. El profesor y los estudiantes tienen el compromiso de participar con sus opiniones para explicar su acuerdo o desacuerdo con la situación o temática estudiada. En esta pedagogía se concibe el aprendizaje y el conocimiento como una construcción social, que se concreta a través de la actividad del grupo.

4.5.5.3 Características de la evaluación

Rosales (2014), considera que la evaluación debe tener las siguientes características:

a) Sistemática: Porque establece una organización de acciones que responden a un plan para lograr una evaluación eficaz. Porque el proceso de evaluación debe basarse en unos objetivos previamente formulados que sirvan de criterios que iluminen todo el proceso y permitan evaluar los resultados. Si no existen criterios que sigan una secuencia lógica, la evaluación pierde todo punto de referencia y el proceso se sumerge en la anarquía, indefinición y ambigüedad. A través de la evaluación sistemática se tiene una valoración continua del aprendizaje de los deportistas y de la enseñanza del entrenador mediante la obtención periódica de datos, análisis de estos y toma de decisiones oportunas durante el proceso (Oroceno, 2012).

b) Integral: Porque constituye una fase más del desarrollo del proceso educativo y por lo tanto nos proporciona información acerca de los componentes del sistema educativo: Gestión, planificación curricular, el educador, el medio sociocultural, los métodos didácticos, los materiales educativos, etc. De otro lado, se considera que la información que se obtiene de cada uno de los componentes está relacionada con el desarrollo orgánico del sistema educativo. Esta evaluación involucra las dimensiones intelectual, social, afectiva, motriz y axiológica del alumno; así como a los demás elementos y actores del proceso educativo, y las condiciones del entorno socioeconómico y cultural que inciden en el aprendizaje (Barba-Martín et al., 2020).

c) Formativa: Porque su objetivo consiste en perfeccionar y enriquecer los resultados de la acción educativa. Así el valor de la evaluación radica en enriquecer al evaluador, a todos los usuarios del sistema y al sistema en sí gracias a su información continua y sus juicios de valor ante el proceso. La evaluación formativa es aquella que se realiza de forma continua, en función del ritmo de aprendizaje, mediante la observación sistemática de aspectos relevantes; en esta se evalúan los progresos en el aprendizaje, los saberes nuevos, los razonamientos y las representaciones mentales del deportista (Paez et al., 2019).

d) Continua: Porque se da permanentemente a través de todo el proceso educativo y no necesariamente en períodos fijos y predeterminados. Cubre todo el proceso de acción del sistema educativo, desde su inicio hasta su culminación. Además, porque sus efectos permanecen durante todo el proceso educativo, y no sólo al final. De este modo se pueden tomar decisiones en el momento oportuno, sin esperar el final, cuando no sea posible corregir o mejorar las cosas. La evaluación continua se realiza a lo largo del programa de entrenamiento. De esta manera la realimentación puede ser constante, por lo que sería también realmente formativa. No es exactamente lo mismo evaluación continua que formativa. La evaluación continua o procesual pone

el énfasis en la recogida sistemática de información desde las diferentes herramientas utilizadas en cada sesión de entrenamiento (García, 2020).

e) Flexible: Porque los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y el momento de su aplicación pueden variar de acuerdo con las diferencias que se presenten en un determinado espacio y tiempo educativo. La evaluación flexible toma en cuenta las características del contexto donde se desarrolla el proceso de entrenamiento, las particularidades, necesidades, posibilidades e intereses de cada deportista, así como sus diferentes ritmos y estilos de aprendizaje para la adecuación de las técnicas, instrumentos y procedimientos de evaluación (Ministerio de Educación del Perú, 2022).

f) Recurrente: Es un tipo de evaluación que se debe llevar a cabo durante todas las etapas de aprendizaje del estudiante. Esta se entiende como un proceso fundamental para la enseñanza que aumenta la probabilidad de que sea efectiva para el aprendizaje de los estudiantes. La evaluación continua permite al profesor manejar las diferencias entre los alumnos en una sala de clases, y por lo tanto también se entiende como una práctica inclusiva (García, 2020). Se presenta en el deporte porque reincide a través de la retroalimentación sobre el desarrollo del proceso, perfeccionándolo de acuerdo con los resultados que se van alcanzando.

g) Decisoria: Porque los datos e informaciones debidamente tratados e integrados facilitan la emisión de juicios de valor que, a su vez, propician y fundamentan la toma de decisiones para mejorar el proceso y los resultados. Este tipo de evaluación facilita la emisión de juicios de valor necesarios para la toma de decisiones respecto del proceso de enseñanza – aprendizaje (CEGEP, 2020).

4.5.5.4 Aprendizajes o dominios para evaluar

¿Qué evaluar?: Competencias, capacidades.

El docente/entrenador de Taekwondo, debe reflexionar mediante qué estrategias e instrumentos puede determinar si los estudiantes/deportistas han logrado las competencias planificadas, según Tobón S. (2008), constituyen el “proceso complejo de desempeño con idoneidad en determinados contextos, el cual requiere integrar distintos saberes (saber ser, saber hacer, saber conocer, saber convivir), para realizar las actividades o resolver problemas con sentido de reto, motivación, flexibilidad, creatividad, comprensión y entendimiento. Se desarrolla dentro de una perspectiva de procesamiento metacognitivo, de mejoramiento continuo y compromiso ético”.

Asimismo, es necesario tomar en cuenta las siguientes consideraciones:

- La finalidad de la evaluación es ayudar al desarrollo del estudiante/deportista, por lo cual la evaluación debe ser integral, es decir, considera los dominios cognitivo o conceptual, procedimental o psicomotriz y actitudinal

o social.

- La evaluación no es un mecanismo de exclusión sino de valoración de las capacidades de los estudiantes/deportistas que permiten tomar decisiones para mejorar los niveles de aprendizaje.
- No es pertinente evaluar los aprendizajes de manera aislada sino relacionándolos con su medio social y cultural.
- Se pueden implementar diversas técnicas e instrumentos de evaluación más allá de los test físicos y de fundamentos técnicos y/o tácticos defensivos y ofensivos.

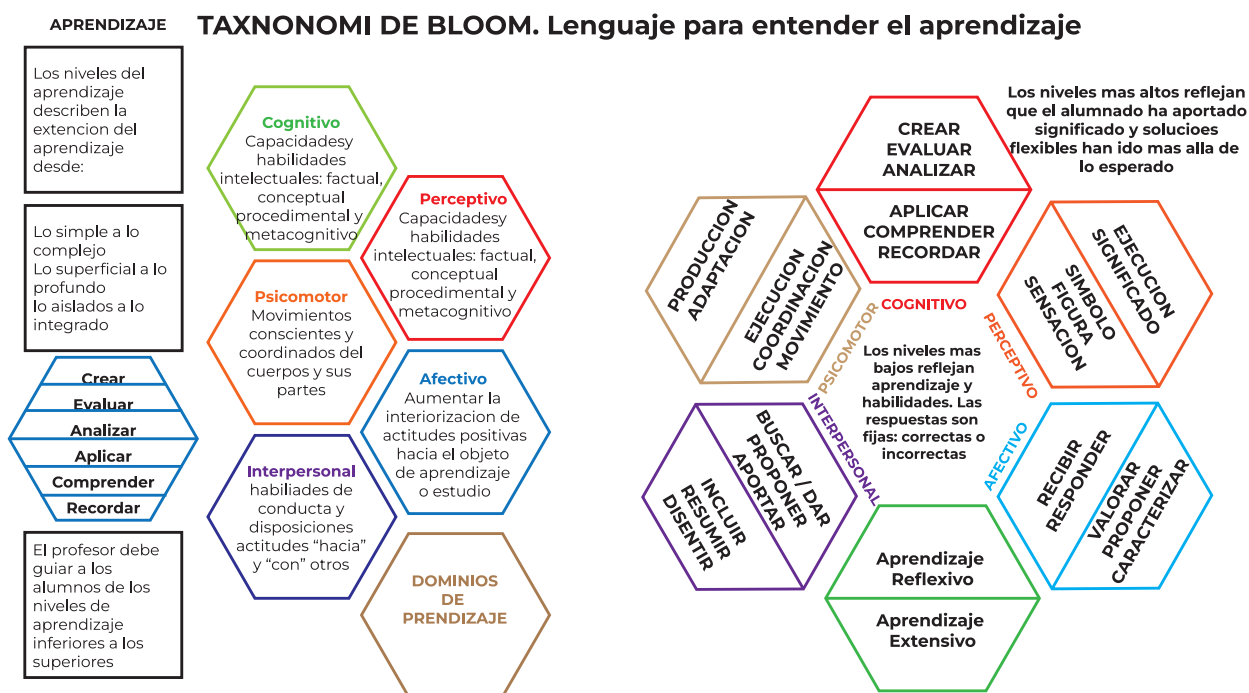
Tabla 19.

Dominios o aprendizajes en la educación y una aproximación al Taekwondo.

DOMINIOS O APRENDIZAJES (Capacidades)
<p>Cognitivo (Saber conocer)</p> <p>Está relacionado con procesos o habilidades cognitivas y meta cognitivas, es decir, procesos mentales, estructuras y destrezas cognitivas que se generan en el pensamiento del estudiante/deportista: análisis, síntesis, deducción, inducción, comparación, clasificación, concentración, creatividad, pensamiento crítico, memoria comprensiva, toma de decisiones, resolución de problemas, interpretación, argumentación, conceptualización, proposición entre otras (interpretación de las reglas de competencia del Taekwondo; comparación y diferenciación de las técnicas de patada; definición de la trilogía TAE, KWON y DO; datos de presidentes de la Federación Ecuatoriana de Taekwondo..., detalles de los mejores taekwondoinos del país; identificación de las tácticas o estrategias más pertinentes en un combate a partir de las características de los competidores...)</p>
<p>Procedimental (Saber hacer)</p> <p>Concierne a la ejecución, simulación o modelación de movimientos como por ejemplo los fundamentos técnicos defensivos y ofensivos del Taekwondo (posiciones, técnicas de: defensa, ataque, de patada, combinación de técnicas, habilidades en el combate, formas fundamentales, rompimientos), gestos psicomotrices y técnicos que deben realizar los estudiantes/deportistas de forma automática e integrada con los procesos del pensamiento.</p>
<p>Actitudinal (Saber ser y saber convivir con los demás)</p> <p>Se vincula al desarrollo valores y actitudes, emociones o sentimientos, para conducirse con responsabilidad y autonomía. Refiere a la autoconciencia, es decir, la capacidad de reconocer sus fortalezas y limitaciones en términos de sus percepciones, necesidades, posibilidades, intereses, sentimientos, estados de ánimo y preferencias; frente a ello, ser capaz de autorregularse y responsabilizarse de forma intrapersonal en sus pensamientos, expresiones, actuaciones y percepciones tomando decisiones pertinentes en la relación interpersonal. Concierne, además, la reflexión y compromiso en torno a la importancia de la práctica habitual de actividad física como el Taekwondo y su importancia en el mejoramiento de su salud integral y calidad de vida; ventajas y desventajas que brinda el internet, las redes sociales, entre otros aspectos.</p> <p>Involucra la adquisición de valores, actitudes y normas para participar y convivir de forma armónica con los suyos y los demás a través del respeto, cortesía, empatía, responsabilidad, cooperación, paciencia, autocontrol mental y espiritual, estado de paz, tranquilidad, serenidad interna, autodefensa, no agresión a sus semejantes, superación de conflictos, capacidad para tomar decisiones de forma autónoma tendiente a lograr una interacción e intercomunicación relevante.</p>

Cada uno de los dominios tiene a su vez una serie de categorías y verbos, de tal manera que, al seleccionar el dominio, se puede elegir la categoría y el verbo correspondiente para la ejecución, para lo cual es muy utilizada la taxonomía de Bloom que se representa en la siguiente figura.

Figura 14.



Taxonomía de Bloom.

Indicadores de logro: Son señales observables o niveles de cumplimiento de un estándar de aprendizaje. Por tanto, señalan en qué grado los alumnos/deportistas han desarrollado un estándar y/o una competencia clave en el proceso de enseñanza aprendizaje (Anabel, 2020).

Estándar de aprendizaje: Los estándares de aprendizaje son referentes que describen lo que los estudiantes/deportistas deben saber y poder hacer para demostrar en las evaluaciones, cumpliendo con los objetivos de aprendizaje y entrenamiento definidos. Estos estándares permiten categorizar el aprendizaje de los estudiantes/deportistas (CNED, 2022).

A pesar de que todavía no existe un modelo curricular determinado para el Taekwondo ecuatoriano, sin embargo, a continuación, se plantean a modo de ejemplo las siguientes competencias:

Competencia 1: Comprender las reglas de competencia del Taekwondo

SABERES	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Cognitivo o conceptual	Reconoce las diferentes reglas para lograr puntos a su favor y las infracciones en la competencia de Taekwondo	Nivel 1: No se ha desarrollado la competencia Nivel 2: Se ha desarrollado la competencia en su mínimo grado Nivel 3: Se ha desarrollado la competencia en grado medio Nivel 4: Se ha desarrollado la competencia en alto grado Nivel 5: Se ha desarrollado la competencia en su máximo grado

Competencia 2: Ejecutar las diferentes técnicas básicas de patada a pie firme.

SABERES	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Procedimental o psicomotriz	Ejecuta la combinación de técnicas básicas de patada a pie firme: de frente (ap chagui), de empeine (dollyo chagui), lateral (yop chagui), pico (chigo chagui) y hacia atrás (dui chagui) con las zonas del pie, cumpliendo las etapas o fases.	Nivel 1: No se ha desarrollado la competencia Nivel 2: Se ha desarrollado la competencia en su mínimo grado Nivel 3: Se ha desarrollado la competencia en grado medio Nivel 4: Se ha desarrollado la competencia en alto grado Nivel 5: Se ha desarrollado la competencia en su máximo grado

Competencia 3: Demostrar predisposición individual y cooperación en actividades de aprendizaje

SABERES	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Actitudinal o valorativo	Demuestra predisposición/ interés y coopera en las actividades de aprendizaje durante las sesiones de entrenamiento.	Nivel 1: No se ha desarrollado la competencia Nivel 2: Se ha desarrollado la competencia en su mínimo grado Nivel 3: Se ha desarrollado la competencia en grado medio Nivel 4: Se ha desarrollado la competencia en alto grado Nivel 5: Se ha desarrollado la competencia en su máximo grado

4.5.5.5 Funciones de la evaluación en el deporte

Función pedagógica: Relacionada con la comprensión, regulación y mejora del proceso de enseñanza y aprendizaje. Permite saber qué paso con las estrategias de enseñanza y cómo es que están ocurriendo los aprendizajes

en los alumnos. En este sentido, es la pieza clave de todo el dispositivo pedagógico y ha de permitir reconocer en cada momento cuáles son las dificultades que los deportistas encuentran en su proceso de aprendizaje y cuáles son las mejores estrategias para superarlas (Barba-Martín et al., 2020).

Función social: Se refiere al uso más allá de la situación de enseñanza y aprendizaje. Tiene que ver con la selección, promoción, certificación, información a otros. Esta función permite visibilizar el estado o progresión de los aprendizajes o conocimientos que se suponen adquiridos durante todo el periodo de entrenamiento, además de proporcionar la certificación que requiere el sistema que se esté siguiendo (Gil-Álvarez et al., 2017).

Función psicopedagógica: Permite que el proceso evaluativo sea personalizado y adaptado a las circunstancias de cada alumno o al menos, de aquellos que requieren más ayuda, adecuándose a su ritmo de aprendizaje. En resumen, la función psicopedagógica permite conocer cuál es el grado de desarrollo de un deportista y qué cambios se producen en él durante el proceso de entrenamiento. Por tanto, en primer lugar, se recoge información y después se elabora un informe donde se indica si se requiere algún tipo de intervención (Paez et al., 2019).

Función pronóstica: Es asumida como una actividad de investigación cuyos resultados servirán para verificar y pronosticar el desarrollo de competencias profesionales y de rasgos de personalidad en los estudiantes, así como también, la pertinencia de las estrategias y contenidos de enseñanza. Facilita la determinación de posibles logros a alcanzar a través de la acción educativa. “Si esperamos algo positivo de los estudiantes, estos mejorarán, si no confiamos en que progresen, no lo harán” (Gil-Álvarez et al., 2017).

4.5.5.6 Finalidades de la evaluación en el ámbito deportivo

Adquisición de conocimientos. La enseñanza y el aprendizaje del deporte requieren organización y planificación por parte del entrenador, quien debe moldear las actividades, y pensar en las metodologías y recursos más adecuados para que los contenidos puedan ser comunicados a los practicantes de la forma más eficaz posible. Estos contenidos constituyen los conocimientos, habilidades y actitudes esenciales que un practicante de Taekwondo debe dominar para lograr un desempeño competente en este deporte (Briñones et al., 2020).

Afianzamiento de valores y actitudes. Estos apartados se aplican a la valoración como persona de cada deportista; por lo que, como parte de la actitud ante la vida y la sociedad, también la personalidad debe manifestar paciencia para alcanzar el perfeccionamiento en el entrenamiento. Por ello mismo, la personalidad debe trabajar su perfeccionamiento a fin de lograr tener esa paciencia que les conducirá a vencer las limitaciones físicas y mentales y cumplir así con responsabilidad cada dificultad afrontada en la vida del deportista (Alcántara-Espinoza, 2019).

Identificar individualidades. Cuando un profesional de la enseñanza (de cualquier especialidad) tiene una formación pedagógica adecuada, inicialmente es capaz de identificar las habilidades a desarrollar (en este caso desde un punto de vista teórico, filosófico, físico, técnico y táctico) en relación con su especialidad marcial. Entonces sobre esa base; será capaz de planificar, aplicar y evaluar el proceso de enseñanza y educación mediante la correcta articulación de las categorías rectoras de la didáctica tales como el objetivo (por qué se enseña), contenido (qué se enseña), método (cómo se enseña), medio (con qué se enseña) evaluación (para qué se enseña) (Gonzalez, 2017).

Desarrollo de potencialidades para el deporte. Normalmente en el Taekwondo competitivo un deportista para poder tener éxitos debía ser solamente alto, delgado y flexible. Eran condiciones aparentemente “sine qua non” para ser un futuro campeón y cumplir así con el requisito de ser declarado un posible talento deportivo. Sin embargo, el avance de las distintas ciencias aplicadas al deporte, nos invitan a repensar que no alcanza con solo evaluar las condiciones morfológicas o la superación de ciertos test destinados a conocer los resultados de alguna capacidad condicional o desempeño de una habilidad motora, sino que habría que disponer de otras evaluaciones que obliguen a contar con equipos multidisciplinarios con formación académica y científicamente comprobable que permitan evaluar todas las potencialidades de cada deportista (Akilian, 2018).

Consolidar logros deportivos. Sánchez et al. (2020) refiere que son varios los estudios que tratan de analizar cómo los atletas expertos o de una alta maestría deportiva han llegado a sus resultados, indagando en los itinerarios de vida desarrollados, pero, en definitiva, el interés por estudiar el desarrollo de la pericia en el deporte ha residido en cuatro aspectos fundamentales que, vistos desde los deportes de combate, serían: Conocer cómo interactúan el conocimiento de base, las habilidades técnicas y las situaciones en el combate, analizar el tipo de procesos cognitivos implicados en los diferentes deportes de combate, dilucidar las relaciones entre el conocimiento y la competencia para combatir y encontrar las posibles aplicaciones pedagógicas, es decir, cómo se preparan y entrenan para ganar en los deportes de combate.

Reorientar prácticas pedagógicas. Para Bernal et al. (2020) la práctica de Taekwondo como medio formativo es una estrategia que garantiza los objetivos educativos por la variedad de posibilidades pedagógicas que ofrece ya que, como deporte, permite orientar a los estudiantes en valores, en la formación de la personalidad, en la motivación y en el manejo y control de la ansiedad por parte de los practicantes, logrando así una reestructuración de las prácticas pedagógicas de los entrenadores deportivos.

4.5.5.7 Modelos de evaluación cuantitativo y cualitativo

Los modelos cuantitativos se centran, básicamente, en la evaluación de los logros de los objetivos, es una concepción empobrecida de la evaluación,

sólo está interesada en los rendimientos académicos, teniendo muy poco en cuenta los procesos ocurridos para llegar a ello. Por el contrario, todos los modelos cualitativos se dirigen a valorar los procesos más que los resultados, e intentan valorar los hechos humanos tal como se viven en su propio contexto (Martínez, 2017). Estos modelos se fundamentan en paradigmas distintos que implican diversas concepciones de la realidad, múltiples maneras de entender la ciencia o la naturaleza del conocimiento científico e incluso, de los procedimientos para comprender los fenómenos humanos. La siguiente tabla enumera algunas diferencias:

Tabla 20.

Diferencias entre los modelos cuantitativos y cualitativos.

MODELO CUANTITATIVO	MODELO CUALITATIVO
Uso de métodos cuantitativos, numéricos, estadísticos	Plantea el empleo de métodos cualitativos
Interesado en hechos y causas de los fenómenos sociales, prestando escasa atención a los estados subjetivos-personas	Interesado en comprender la conducta humana desde el propio marco de referencia de quien actúa
Medición penetrante y controlada	Observación naturalista, sin control
Pretende ser objetivo	Subjetivo
Orientado a la comprobación, confirmatorio, reduccionista, inferencial e hipotético-deductivo	Orientado a la exploración, al diagnóstico, a los descubrimientos, expansionista, descriptivo e inductivo

Por otro lado, tenemos el modelo mixto el cual trata de combinar las mejores cualidades de los dos modelos anteriores para abarcar en mayor medida la evaluación de aprendizajes, ya sea en la educación tradicional o en el deporte.

Los modelos mixtos de evaluación pueden utilizar varios diseños, por ejemplo, la incorporación de ensayos y estudios de caso. También pueden incluir diferentes técnicas de recolección de datos, tales como observaciones estructuradas, entrevistas, encuestas, y las revisiones de los datos secundarios existentes. En resumen, una evaluación mixta implica la integración sistemática de los diferentes tipos de principios, enfoques, técnicas y datos, por lo general procedentes de diferentes diseños. Como resultado de ello, las evaluaciones mixtas requieren una planificación avanzada y una gestión cuidadosa en cada etapa del proceso de evaluación (Arribas-Estebarez, 2017).

La utilización del método mixto es respaldada en investigaciones como la de Yagüe et al. (2012), quienes revelan que la planificación del aprendizaje deportivo debería combinar la estrategia analítica y global, pues para introducir al deportista en el manejo de habilidades menos comunes hay

que emplear el programa técnico, mientras que para mejorar la motricidad vinculada al lado dominante debe emplearse el programa táctico (Pascual et al., 2017).

4.5.5.8 La evaluación según el momento

Evaluación diagnóstica o inicial: Según Paredes (2017), es aquella que se realiza previamente al desarrollo de un proceso educativo. También se le denomina evaluación predictiva (evaluación inicial o evaluación diagnóstica inicial), tiene por objetivo fundamental determinar la situación de cada deportista antes de iniciar un determinado proceso de entrenamiento, para poderlo adaptar a sus necesidades específicas (García, 2020).

Evaluación formativa o continua: La evaluación durante el proceso de aprendizaje o formativa es un término que fue introducido el año 1967 por M. Scriven para referirse a los procedimientos utilizados por los profesores con la finalidad de adaptar su proceso didáctico a los progresos y necesidades de aprendizaje observados en sus alumnos. Es la que se realiza durante el proceso de enseñanza-aprendizaje para localizar las deficiencias cuando aún se está en posibilidad de remediarlas, esto es, introducir sobre la marcha rectificaciones a que hubiere lugar en el proyecto educativo y tomar las decisiones pertinentes, adecuadas para optimizar el proceso de logro del éxito por el alumno. Este tipo de evaluación tiene como finalidad fundamental, una función reguladora del proceso en los entrenamientos de Taekwondo para posibilitar que los medios de formación respondan a las características de los estudiantes. Pretende principalmente detectar cuáles son los puntos débiles del aprendizaje más que determinar cuáles son los resultados obtenidos con dicho aprendizaje en las sesiones de entrenamiento (Akilian, 2020).

Evaluación sumativa o final: Tiene por objetivo establecer balances fiables de los resultados obtenidos al final de un proceso de enseñanza-aprendizaje. Pone el acento en la recogida de información y en la elaboración de instrumentos que posibiliten medidas fiables de los conocimientos a evaluar. En el Taekwondo tiene como objetivo fundamental el control de los resultados del aprendizaje de las técnicas de golpeo. Ha de permitir determinar si se han conseguido o no, y hasta qué punto, las intenciones previstas en los entrenamientos. Al controlar solo la calidad del producto final no tiene posibilidad de intervenir a lo largo del proceso ni, por ello, modificarlo, pero sí permite emitir juicios de valor sobre la validez del proceso seguido y sobre la situación en que se encuentra cada uno de los deportistas en relación con la consecución de los objetivos propuestos (Akilian, 2020).

La evaluación sumativa o final debe ser pensada no como la finalización del proceso enseñanza-aprendizaje o entrenamiento del Taekwondo, sino como el inicio de un nuevo ciclo de aprendizaje a partir de los anteriores, es decir, la evaluación es una secuencia cíclica de recoger datos e información para continuar en su análisis e interpretación, hacer juicios de valor e implementar estrategias para lograr mayores niveles de aprendizaje significativos.

4.5.5.9 Dimensiones e indicadores de la evaluación

Tabla 21.

Dimensiones e indicadores para la evaluación de un taekwondoín.

DIMENSIONES	INDICADORES
ESTADO DE SALUD	Signos vitales (Frecuencia cardíaca, presión...), enfermedades, fractura, piezas dentales, l cintura-cadera, glándula pineal.
DATOS ANTROPOMÉTRICOS	Peso, talla, IMC, % de grasa, % de músculo, circunferencia cintura, curvas de crecimiento de peso y talla, biotipo.
CONDICIÓN FÍSICA	Resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad, agilidad, coordinación.
CONDICIÓN FUNCIONAL	Capacidad cardiovascular, capacidad respiratoria, consumo de oxígeno, capacidad de recuperación, zonas de intensidad.
CONDICIÓN PSICOLÓGICA	Pensamientos, sentimientos, emociones, motivaciones, frustraciones, caracterología, temperamento, equilibrio psicológico, espíritu de lucha, predisposición para la competición, perseverancia. La concentración, inteligencia motriz, creatividad y capacidades prácticas, resolución de problemas psicomotrices.
CAPACIDAD DE APRENDIZAJE	Entendimiento, capacidades de observación y análisis, velocidad de aprendizaje, estilo de aprendizaje
HABILIDADES DEPORTIVAS	Posiciones, defensas, patadas, fintas, ataque, contraataque, combinación de técnicas.
PARTICIPACIÓN EN COMPETENCIAS	Capacidad y desempeño en la preparación deportiva (teórico, físico, técnico, táctico, psicológico) en competencias preparatorias y fundamentales.
CONOCIMIENTOS TEÓRICOS	Aspectos teóricos, antecedentes históricos, filosofía, concepciones, generalidades, terminología y reglas de competencia.
CONDICIÓN SOCIAL	Espectro social, económico y cultural.
CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	Intelectual, espectro autista de alto funcionamiento, auditiva, visual, físico-motora.
PROBLEMAS DE APRENDIZAJE	Necesidades educativas especiales no asociadas a la discapacidad.
ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN	Carbohidratos, vitaminas, proteínas, minerales, lípidos, hidratación. Consumo de las 24 horas.

4.5.5.10 Técnicas e instrumentos de evaluación

La técnica se define como el procedimiento o actividad que los profesores/entrenadores utilizan con el propósito de medir y/o evaluar el aprendizaje, mientras que el instrumento, aunque no es un fin en sí mismo, pero constituye un documento que ayuda a obtener datos e información que se toma como evidencia del aprendizaje alcanzado por el estudiante/deportista.

Las técnicas de evaluación en el Taekwondo son las estrategias que los entrenadores utilizan para recoger información sobre todo lo que los deportistas van aprendiendo en los entrenamientos. Las técnicas para utilizar son diferentes en función de si el deportista participa o no en el proceso de evaluación. Pueden ser de tres tipos, la observación, la encuesta o entrevista y el análisis documental (Hamodi et al., 2015).

Los instrumentos de evaluación en el Taekwondo son las herramientas que tanto el entrenador como el deportista utilizan para plasmar de manera organizada la información recogida mediante una determinada técnica de evaluación (Hamodi et al., 2015). Como ya hemos señalado, todas y cada una de las técnicas anteriormente indicadas sirven para recoger información acerca del medio que se pretende evaluar, pueden ser técnicas de golpeo (puños y patadas) o la técnica defensiva; pero esa información debe registrarse de manera sistemática y precisa para que la evaluación sea un proceso riguroso. En la tabla 22 se plantean, de modo general algunas orientaciones para esta tarea, aunque no son las únicas.

Tabla 22.

Contenidos para la evaluación.

COGNITIVO O CONCEPTUAL			PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
Datos, hechos y eventos referentes al Taekwondo	Conceptos o definiciones relacionadas al Taekwondo	Operaciones mentales, estructuras y destrezas cognitivas que se promueven en torno a un objeto de análisis del Taekwondo	Destrezas o habilidades de fundamentos técnicos deportivos ofensivos y defensivos del Taekwondo	Valores y actitudes que se cultivan en el Taekwondo

4.5.5.11 Ejemplificación de técnicas e instrumentos de evaluación para Taekwondo

A continuación, en la Tabla 23 se plantea una rúbrica para valorar los niveles de logro en los tres dominios cognitivo, procedimental y actitudinal, la misma que servirá de base y podrá ser modificada según los objetivos (competencias a lograrse) planteados en torno a fundamentos teóricos, prácticos y actitudinales que serán valorados o evaluados.

Tabla 23.

Técnicas e instrumentos para valorar los dominios cognitivo, procedimental y actitudinal en Taekwondo.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	DOMINIOS	MOMENTO
<p>Prueba oral (guía de preguntas) Técnica imprescindible para medir los objetivos educacionales/deportivos que tienen que ver con la expresión oral y la participación del alumno/deportista en el aprendizaje en relación con: dominio de los contenidos, habilidades comunicativas, actitudes, procesos reflexivos, etc. Con frecuencia pueden ser complemento de pruebas escritas, trabajos académicos, etc.</p>	Cognitivo	Al inicio, durante y al final de una sesión de entrenamiento, microciclo o proceso
<p>Prueba escrita (cuestionario) Prueba cronometrada efectuada bajo el control del profesor/entrenador, donde el alumno/deportista debe responder con sus propias palabras y por escrito, a una o varias cuestiones relacionadas con el programa de entrenamiento. En ocasiones, pueden consultar los apuntes, documentación, material de apoyo y/o acceder a internet.</p>	Cognitivo	Al inicio, durante y al final
<p>Prueba objetiva Examen escrito estructurado con diversas preguntas o ítems, en las que el alumno/deportista o bien elige la respuesta que considera correcta o bien la complementa con elementos precisos como una palabra o frase breve.</p>	Cognitivo	Al inicio, durante y al final
<p>Sopa de letras, crucigrama Instrumento de representación de conceptos que permite al estudiante/deportista, de manera gráfica, construir, organizar e interrelacionar las ideas clave de un área temática. Es útil cuando hay una fuerte carga conceptual, haciendo que el alumno/deportista sea más consciente de su conocimiento.</p>	Cognitivo	Al inicio, durante y al final

<p>Organizador gráfico: Pueden utilizarse en cualquier momento del proceso de enseñanza, pero son recomendables al concluir el proceso como instrumentos de evaluación porque permiten que los alumnos expresen y representen sus conocimientos sobre conceptos y las relaciones existentes entre ellos (Díaz, 2010). Para la valoración se utiliza la rúbrica.</p>	Cognitivo	Al inicio, durante y al final
<p>Debate El debate es un discurso oral catalogable como un tipo de conversación estructurada. Su objetivo es enfrentar dos o más opiniones acerca de un determinado tema polémico, o al menos, discutible desde diversos puntos de vista..</p>	Cognitivo	Durante y al final
<p>Entrevista Una entrevista es un intercambio de ideas u opiniones mediante una conversación que se da entre dos o más personas. Todas las personas presentes en una entrevista dialogan sobre una cuestión determinada.</p>	Cognitivo y actitudinal	Al inicio, durante y al final
<p>Solución de problemas Medio para evaluar los conocimientos y habilidades utilizados por el estudiante/deportista a la hora de enfrentarse y resolver un problema diseñado por el profesor/entrenador.</p>	Cognitivo y procedimental	Durante y al final
<p>Técnica de casos Técnica de evaluación especialmente indicada para valorar los diferentes casos resueltos por los estudiantes/deportistas.</p>	Cognitivo y procedimental	Durante y al final
<p>Observación Estrategia basada en la recogida sistemática de datos en el propio contexto de aprendizaje, sobre el desempeño, habilidades, destrezas y actitudes de los estudiantes/deportistas.</p>	Procedimental y actitudinal	Al inicio, durante y al final de una sesión de entrenamiento, microciclo o proceso
<p>Examen o prueba práctica Medio de evaluación que permite la valoración práctica de las habilidades, competencias y conocimientos adquiridos por los deportistas con su entrenamiento.</p>	Procedimental	Al inicio, durante y al final del proceso

<p>Escalas de valoración de actitudes Instrumento de evaluación que permite formular juicios sistemáticos sobre el grado hasta el que llega un comportamiento o característica determinada. Es decir, el observador no se limita (como en las listas de cotejo) en señalar la presencia o ausencia del comportamiento o característica, sino que ha de emitir un juicio personal sobre la intensidad con la que ésta se presenta. Permiten, por tanto, comprobar el grado de intensidad en que se diferencian los sujetos en relación con las características medidas.</p>	<p>Actitudinal</p>	<p>Durante el proceso de una sesión de entrenamiento o microciclo</p>
<p>Lista de cotejo Instrumento de evaluación donde el observador se limita a indicar si el deportista muestra (SÍ), o no muestra (NO), la conducta especificada. El SÍ y el NO pueden matizarse con otro tipo de respuestas como: siempre, casi siempre, etc. Las listas de control obligan al observador a dirigir su atención hacia características o indicadores muy bien especificados.</p>	<p>Cognitivo, procedimental y actitudinal</p>	<p>Al inicio, durante y al final de una sesión de entrenamiento, microciclo o proceso</p>
<p>Test Es una prueba destinada para evaluar conocimientos o aptitudes, en la cual hay que elegir la respuesta correcta entre varias opciones previamente fijadas, con el propósito de mejorar aspectos conductuales, emocionales o incluso, relacionados con el desempeño académico, que se puedan estar evidenciando en los estudiantes</p>	<p>Cognitivo, procedimental y actitudinal</p>	<p>Al inicio, durante y al final del proceso E-A o entrenamiento deportivo (micro, meso, macrociclo)</p>
<p>Tecnologías información y comunicación (TIC) Las herramientas TIC para la evaluación permiten conocer de forma inmediata los resultados alcanzados por un alumno durante el proceso de aprendizaje y detectar problemas en el aprendizaje en "tiempo real", es decir, en el momento en que se producen para tomar decisiones que permitan superarlos, se mide la capacidad del estudiante de buscar, acceder, evaluar y aplicar la información con la utilización de las Tics</p>	<p>Cognitivo, procedimental y actitudinal</p>	<p>Al inicio, durante y al final del proceso E-A o entrenamiento deportivo (micro, meso, macrociclo)</p>
<p>Rúbrica También denominadas matriz de valoración, son un instrumento para la evaluación y calificación del aprendizaje, de los conocimientos o del desempeño de los estudiantes/deportistas en una actividad concreta (o en un módulo, bloque o materia, sesión de entrenamiento) que establece criterios o indicadores y una escala de valoración para cada uno de ellos.</p>	<p>Cognitivo, procedimental y actitudinal</p>	<p>Al inicio, durante y al final de una sesión de entrenamiento, microciclo o proceso</p>

Tabla 24.

Ejemplo de rúbrica para valorar los dominios cognitivos, procedimental y actitudinal en Taekwondo.

NIVEL DE LOGRO COGNITIVO (Prueba oral...)	INSUFICIENTE CONOCIMIENTO	CONOCIMIENTO REGULAR	BUEN CONOCIMIENTO	MUY BUEN CONOCIMIENTO	EXCELENTE CONOCIMIENTO
DESCRIPCIÓN	No se aprecia conocimiento de ... (Ej: Aspectos filosóficos y formativos del TKD)	La presencia de rasgos en el conocimiento de ... (aspectos filosóficos y formativos del TKD) es mínima.	Se aprecian algunos rasgos en el conocimiento de ... (aspectos filosóficos y formativos del TKD)	La presencia en el conocimiento de ... (aspectos filosóficos y formativos del TKD) es satisfactorio.	Amplio y completo conocimiento de ... (aspectos filosóficos y formativos del TKD)
NIVEL DE LOGRO PROCEDIMENTAL (Observación...)	INSUFICIENTE APLICACIÓN	APLICACIÓN REGULAR	BUENA APLICACIÓN	MUY BUENA APLICACIÓN	EXCELENTE APLICACIÓN
DESCRIPCIÓN	No se aprecia la aplicación de ... (Ej: Técnica ofensiva y defensiva...)	La aplicación de ... (técnica ofensiva y defensiva ...) es mínima.	Se aprecia algunos rasgos en la aplicación de ... (técnica ofensiva y defensiva ...)	La aplicación de ... (técnica ofensiva y defensiva ...) es satisfactoria.	Completa aplicación de ... (técnica ofensiva y defensiva ...)
NIVEL DE LOGRO AFECTIVO (Observación...)	INSUFICIENTE ACTITUD	REGULAR ACTITUD	BUENA ACTITUD E INTERÉS	MUY BUENA ACTITUD E INTERÉS	EXCELENTE ACTITUD E INTERÉS
DESCRIPCIÓN	No se aprecia... (Ej: Interés y participación)	... (interés y participación) es mínima.	Se aprecia algunos rasgos de ... (interés y participación)	... (interés y participación) es satisfactoria.	Amplia ... (interés y participación)
CALIFICACIÓN	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS

Para la aplicación de varias técnicas e instrumentos de evaluación, se debe admitir que mediante diversas estrategias de enseñanza-aprendizaje, los temas a evaluar ya fueron analizados con antelación. Las respuestas según cada ejemplo que se plantean tendrán su valoración cuantitativa o cualitativa a partir de los resultados de las pruebas, o del juicio de valor del maestro/entrenador de Taekwondo.

En el proceso de elaboración de reactivos de medición, calificación, valoración y evaluación, es imprescindible considerar el nivel de conocimiento teórico-práctico del estudiante/deportista, cinturón y grado, así como la edad evolutiva y de madurez en la que se encuentra y las diferencias individuales, para que exista correspondencia con una verdadera evaluación.

Paralelamente a la medición y evaluación convencional en el Taekwondo, es factible en la actualidad el empleo de técnicas e instrumentos tecnológicos alternativos mediante el uso de las Tecnologías de la Información

y Comunicación (TIC), y Tecnologías de Aprendizaje y Conocimiento (TAC), así como las inteligencias artificiales AI. A continuación, se proponen algunos reactivos de evaluación utilizando estos recursos tecnológicos que pueden ser pertinentes y flexibles para los tres dominios o aprendizajes conceptual, procedimental y actitudinal.

Los ejemplos de técnicas/instrumentos de evaluación para los dominios: cognitivo o conceptual, dominio procedimental o psicomotriz y dominio actitudinal o social se plantean los siguientes, aunque no se constituyen en una receta, sino que deben ser implementados de forma relexiva según el caso.

1. Prueba oral (guía de preguntas)

Sírvase contestar las siguientes preguntas según su criterio.

1. ¿Qué significa la trilogía tae kwon do?
2. Establezca las diferencias y semejanzas entre el Taekwondo, karate do y judo.
3. ¿Cuáles son los cinturones y grados que existen en el Taekwondo?
4. ¿Cuál es el significado de los cinturones en Taekwondo?
5. ¿Qué valores se cultivan con la práctica del Taekwondo?
6. ¿Qué segmentos corporales se utilizan en la competencia (combate) del Taekwondo?
7. ¿Cómo un deportista puede ganar el combate?
8. ¿Cuáles son las infracciones en un combate?
9. ¿Cuáles son los 2 nombres primitivos o antiguos del Taekwondo?
10. ¿Por qué el Taekwondo trae beneficio para sus practicantes?

2. Prueba escrita (emparejamiento)

Unir mediante flechas las siguientes correspondencias o relaciones del Taekwondo:

Filosofía del Taekwondo	Formas, combate, rompimientos
Federación Mundial de Taekwondo (WTF)	Modalidad de combate que se hace contra otro adversario. Se prohíben golpes de puño a la cara o las patadas bajas y el combate se gana por puntos o KO al oponente
Chagui	Cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable
Kyukpa	Deporte olímpico que nace del arte marcial coreano, donde se utilizan manos y pies a través de técnicas defensivas y ofensivas
Choi Hong Hi	Es una combinación de técnicas de defensa y ataque, con un significado que tiene su origen en la filosofía y la cultura del pueblo coreano
Actividades que practican los taekwondoines	Arte de rompimiento de objetos con técnicas de golpes combinadas con saltos, movimientos acrobáticos y vencimientos de obstáculos
Concepto de Taekwondo	Bloqueo o defensa
Poomsae	Técnica de patada
Makgui	Entidad que regula este arte marcial como deporte olímpico y se le conoce como el estilo de Corea del Sur
Kyorugui	Creador y fundador del Taekwondo

3. Prueba objetiva (opción múltiple)

Elija la respuesta correcta en cada una de las siguientes preguntas:

1. El concepto de Taekwondo se relaciona con:

Opciones:

- Arte marcial donde se utilizan manos y pies a través de técnicas defensivas y ofensivas.
- Deporte que nace del arte marcial coreano, donde se utilizan manos y pies a través de técnicas defensivas y ofensivas.
- Deporte de contacto utilizado en las artes marciales y artes marciales mixtas.
- Deporte olímpico que nace del arte marcial coreano, donde se utilizan manos y pies a través de técnicas defensivas y ofensivas.

Respuesta d

2. ¿Cuál es el significado de la trilogía Tae Kwon Do?

Opciones:

- a. Tae=Patada o salto, Kwon=Mano vacía, Do=camino
- b. Tae=Patada o salto, Kwon=Filo de mano, Do=camino
- c. Tae=Patada o salto, Kwon=Mano abierta, Do=camino
- d. Tae=Patada o salto, Kwon=Puño, Do=camino

Respuesta d

3. En qué modalidades de Taekwondo se compite de forma oficial en el ámbito internacional?

Opciones:

- a. Formas o poomsaes y rompimientos o kyukpa.
- b. Combate o kyorugui individual y en equipo.
- c. Formas o poomsaes y combate o kyorugui.
- d. Combate o kyorugui y rompimientos o kyukpa.

Respuesta c

4. Cuáles son las técnicas que caracterizan la práctica del Taekwondo?

Opciones:

- a. Posiciones, patadas y derribos.
- b. Posiciones, defensas, patadas, ataques.
- c. Patadas, golpes de puño y barridos.
- d. Defensas, patadas, estrangulamientos.

Respuesta b

5. Cuáles son los 2 maestros coreanos que introdujeron el Taekwondo en el Ecuador?

Opciones:

- a. Bum Jae Lee, Chul Woong Jang.
- b. Un Yong Kim, Bum Jae Lee.
- c. Chul Woong Jang, Choi Hong-hi.
- d. Bum Jae Lee, Un Yong Kim.

Respuesta a

6.Cuál es el nombre del taekwondoin ecuatoriano que logró la primera medalla de oro en un campeonato mundial de Taekwondo?

Opciones:

- a. Geraldly Altamirano
- b. Jorge Ramírez
- c. Duvan Cangá
- d. José Cedeño Barre

Respuesta d

7. Cuáles son los 2 nombres de los taekwondoines ecuatorianos que lograron medallas de plata en campeonatos mundiales?

Opciones:

- a. Geraldly Altamirano y Pascual Pacheco
- b. Jorge Ramírez y Duvan Canga
- c. Duvan Canga y Fernando Jaramillo
- d. José Cedeño Barre y Xavier Romero

Respuesta b

8. Cuáles son los 2 nombres de los taekwondoines ecuatorianos que alcanzaron medallas de bronce en la copa mundo realizada en Finlandia en 1987 y campeonato mundial realizado en Hong Kong en 1997?

Opciones:

- a. Duvan Canga y Jorge Ramírez
- b. Fausto Zambrano y Jandy Arteaga
- c. Francisco Carvallo y Geraldly Altamirano
- d. José Cedeño Barre y Freddy Marín

Respuesta c

9. La filosofía y los principios del Taekwondo se relaciona con:

Opciones:

- a. Cortesía, integridad, perseverancia, descontrol e intolerancia
- b. Cortesía, integridad, perseverancia, soberbia e imprudencia
- c. Cortesía, espíritu indomable, agresividad, perseverancia, autocontrol
- d. Cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable

Respuesta d

10. De los siguientes personajes, ¿quién no fue presidente de la Federación Ecuatoriana de Taekwondo?

Opciones:

- a. Lic. Víctor Hugo Quishpe
- b. Lic. Ernesto Clavijo
- c. Lic. Aldair Meléndez
- d. Lic. Francisco Carvallo

Respuesta c

4. Sopa de letras

Buscar en la sopa de letras 20 palabras de técnicas de patada, defensa, posiciones y palabras que se usan en Taekwondo.

1. AP CHAGUI			2. DUI CHAGUI			3. ARE MAKI			4. MONTONG MAKI			5. OLGUL MAKI		
6. SONAL MAKI			7. AP SOGUI			8. AP KUBI			9. TI KUBI			10. POOMSAE		
11. KIUKPA			12. KYORUKI			13. DOLIO CHAGUI			14. CHIGO CHAGUI			15. HANA		
16. DUL			17. SET			18. NET			19. DASOT			20. CHUMBI		
X	Y	C	H	U	M	B	I	Z	A	B	C	D	T	
D	A	S	O	T	E	F	U	G	H	I	J	K	I	
L	R	P	M	N	Ñ	O	G	P	Q	R	S	I	K	
S	E	T	C	Y	X	W	A	V	U	I	T	U	U	
Z	M	A	B	H	E	C	H	D	E	U	A	G	B	
K	A	O	J	I	A	H	C	G	F	G	P	A	I	
L	K	L	N	M	S	G	I	N	L	O	K	H	Ñ	
Q	I	G	E	T	M	H	U	U	P	S	U	C	O	
R	S	U	T	T	O	A	D	I	U	P	I	O	V	
Y	Z	L	X	S	O	N	A	L	M	A	K	I	W	
A	B	M	C	D	P	A	G	E	F	G	H	L	I	
S	R	A	Q	P	O	Ñ	N	M	M	L	K	O	J	
A	P	K	U	B	I	T	U	V	A	W	X	D	Y	
E	D	I	C	I	K	U	R	O	Y	K	B	A	Z	
F	C	H	I	G	O	C	H	A	G	U	I	G	H	

RESPUESTA	4	8	12	16	20
VALORACIÓN	INSUFICIENTE	REGULAR	BUENO	MUY BUENO	EXCELENTE
CALIFICACIÓN	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS

5. Crucigrama.

Ejemplo: 20 respuestas.

- Organismos del Taekwondo a nivel mundial: 1) WTF, 2) KUKKIWON
- Antiguos nombres del Taekwondo: 3) SUBAK, 4) TAEKYON
- Maestros que introdujeron el Taekwondo en Ecuador: 5) BUM JAE LEE, 6) CHUL WOONG JANG
- Taekwondoines que lograron medallas en campeonatos mundiales, copa mundial, juegos panamericanos: 7) JOSÉ CEDEÑO, 8) JORGE RAMÍREZ, 9) DUVAN CANGA, 10) FRANCISCO CARVALLO, 11) GERALDY ALTAMIRANO, 12) FREDDY MARÍN, 13) MAYRA MONTALVO
- Presidentes de la Federación Ecuatoriana de Taekwondo: 14) MARIO DELGADO, 15) VÍCTOR QUISHPE
- Entrenadores nacionales de Taekwondo: 16) XAVIER ROMERO, 17) JORGE MEDINA, 18) MARCO CHANGO
- Modalidades de competencia del Taekwondo: 19) KYORUKI, 20) KYUKPA

	J	O	S	E	C	E	D	E	Ñ	O				O		
			B	U	M	J	A	E	L	E	E				V	
F	R	A	N	C	I	S	C	O	C	A	R	V	A	L	L	O
V	I	C	T	O	R	Q	U	I	S	H	P	E	G		A	N
		X								M		N		T	A	R
	M	A	R	I	O	D	E	L	G	A	D	O	A		N	R
		V								R		C		O	I	E
		I			W					K		F	N		M	M
		E			T					U		O	R	A	A	A
		R			F					K		C	E	V	R	T
		R								K		H		D	U	Y
K	Y	O	R	U	K	I	I			A		D	D		A	A
K	H	M								W		N	Y		T	M
Y		E								O		G	M		A	D
U		R								N		O	A		E	L
K		O	S	U	B	A	K						R		K	A
P													I		Y	R
A	C	H	U	L	W	O	O	N	G	J	A	N	G	O		E
J	O	R	G	E	R	A	M	I	R	E	Z			N		G

RESPUESTAS	4	8	12	16	20
VALORACIÓN	INSUFICIENTE	REGULAR	BUENO	MUY BUENO	EXCELENTE
CALIFICACIÓN	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS

6. Organizador gráfico

A partir de los contenidos analizados, elabore un mentefacto conceptual relacionado al Taekwondo.



7. Debate

El maestro de Taekwondo entrega a deportistas juveniles o senior 2 links relacionados con la filosofía del Taekwondo versus las artes marciales mixtas.

<https://artesmarciales.com/las-mma-son-un-mal-ejemplo-para-la-juventud-carece-de-filosofia-rickson-gracie/> y https://www.gimnasiolee.com/Taekwondo_html/filosofia_Taekwondohtml

Tareas:

- Tarea individual autónoma (fuera del entrenamiento): Analizar individualmente el contenido del documento.
- Debate en grupo de estudiantes/deportistas (en la sesión de entrenamiento): Cada estudiante/deportista realiza la exposición de ideas y defiende sus opiniones e intereses en torno al tema de análisis: Filosofía del Taekwondo versus las artes marciales mixtas.

8. Entrevista:

¿Qué sabes en relación con el Taekwondo?

1. ¿Cuáles son los 2 organismos que administran y promueven el acenso de cinturones de Taekwondo a nivel mundial?
2. ¿Qué antecedentes históricos conoce acerca del Taekwondo en el ámbito internacional y en nuestro país?
3. ¿Qué significado tiene la trilogía Tae Kwon Do?
4. ¿Cuáles son los valores formativos y filosóficos del Taekwondo?
5. ¿Cuáles son las actividades o modalidades que se practican en el Taekwondo?
6. ¿De qué manera se logra ganar un combate oficial?
7. ¿Qué significa maki? y ¿cuántas acciones técnicas existen?; ¿Qué significado tiene chagui? y ¿qué técnicas existen?, y ¿Cuáles son las posiciones en el Taekwondo?
8. ¿En qué consiste un Taeguk?
9. ¿Cuál es el significado de los colores de cinturones en el Taekwondo?
10. ¿Cómo se siente antes y durante un combate oficial?
11. ¿Cuáles son las acciones o fundamentos técnicos defensivos y ofensivos del Taekwondo que más domina y los que considera necesita mejorar?

Fortalezas en conocimientos, destrezas y actitudes	Debilidades en conocimientos, destrezas y actitudes
1.	1.
2.	2..
3.	3.

9. Solución de problemas

El profesor plantea a un deportista o equipo de taekwondoines adolescentes el siguiente problema para que lo resuelvan y demuestren: ¿Cómo crear en la práctica una combinación libre o serie aeróbica de fundamentos o acciones técnicas defensivas y ofensivas de Taekwondo? (Lapso a determinar).

10. Técnica de casos

El profesor de Taekwondo solicita a los deportistas de categoría juvenil o senior:

1. Analizar el combate del video, enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=Q9o9N3nvd5w>
2. Responder la siguiente pregunta: ¿Cuáles son los 5 tipos de ataque y contraataque del taekwondoin con peto color azul (NEPAL) que le conllevaron a imponerse ante el taekwondoin con peto color rojo (KOREA)?
3. ¿A qué conclusiones llegan respecto a los ataques y contraataques de los deportistas?

11. Observación

FUNDAMENTOS TÉCNICOS	Geraldty Altamirano				
	I	R	B	MB	EXC
Chu chum sogui momtong chumok chirugui					
Ti kubi jan sonnal montong maki					
Ap kubi momtong bande chirugui					
Ti kubi bakat palmok montong bakat maki					
Tui ap chagui					
Bakat palmok bakat maki					
Tui dollyo chagui					
Ap kubi chebipum mok chiki					
Ap kubi olgul bande chirugui					
Ap kubi montong maki montong dubon chirugui					

12. Examen o prueba práctica

Ejemplo de acciones técnicas de la 1º forma fundamental para examen de ascenso de cinturón.

ACCIONES 1º FORMA FUNDAMENTAL (POOMSAE TEGUK IL JHAN)	VALORACIÓN				
	I	R	B	MB	EXC
	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS
Naranji Sogui Kibon Chum- bi					
Oen Ap Sogui Are Maki					
Oen Ap Sogui Momthon Bande Chirgui					
Orun Ap Sogui Are Maki					
Orun Ap Sogui Momthon Bande Chirgui					
Oen Ap Kubi Are Maki					
Oen Ap Kubi Momthon Baro Chirgui					
Orun Ap Sogui Momthon An Maki					
Oen Ap Sogui Momthon Baro Chirgui					

Oen Ap Sogui Momthon An Maki					
Orun Ap Sogui Momthon Baro Chirgui					
Orun Ap Kubi Are Maki					
Orun Ap Kubi Momthon Baro Chirgui					
Oen Ap Sogui Olgul Maki					
Orun Bal Ap Chagui					
Orun Ap Sogui Momthon Bande Chirgui					
Orun Ap Sogui Olgul Maki					
Oen Bal Ap Chagui					
Oen Ap Sogui Momthohn Bande Chirgui					
Oen Ap Kubi Are Maki					
Orun Ap Kubi Momthon Bande Chirgui					
Naranji Sogui Kibon Chunbi					

13. Escalas de valoración de actitudes. Ejemplo valores y principios básicos del Taekwondo

RASGOS DE VALORES Y ACTITUDES	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Asistencia					
Puntualidad					
Respeto					
Constancia					
Integridad					
Autocontrol					
Espíritu indomable					
Solidaridad					

14. Lista de cotejo.

Ejemplo de dominio procedimental, cognitivo y actitudinal mediante valoraciones cualitativa y cuantitativa, o Si y No.

INSUFICIENTE (I)	REGULAR (R)	BUENO (B)	MUY BUENO (MB)	EXCELENTE (EXC)	SI	NO
0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS		

DOMINIO PROCEDIMENTAL, COGNITIVO Y VALORATIVO					
INDICADORES DE LOGRO	José Cedeño				
	I	R	B	MB	EXC
Ejecuta la técnica básica de patada de frente (Ap chagui) a pie firme cumpliendo la secuencia determinada.					
Demuestra la técnica básica de defensa alta en posición normal (Ap sogui olgul makgui) acatando la sucesión de movimientos establecidos.					
Realiza la patada lateral (Yop chagui) cumpliendo la secuencia definida.					
Ejecuta la técnica básica de defensa media en posición larga (Ap kubi momthon makgui) cumpliendo la secuencia determinada.					
Ejecuta contraataque con patada hacia atrás (dui chagui) acatando la progresión de movimientos.					
Demuestra contraataque con patada directa de empeine (dollyo chagui) frente a un ataque de patada.					
Reflexiona en torno a la filosofía del Taekwondo y las diferencias con las artes marciales mixtas.					
Demuestra equilibrio emocional frente a la victoria y la derrota en los combates					
Demuestra interés/predisposición en actividades de aprendizaje del Taekwondo					

15. Test

Ejemplos de prueba físicos, técnico-tácticos, funcionales y psicológicos

TEST FÍSICOS	Jorge Ramírez				
	I	R	B	MB	EXC
Fuerza explosiva					
Fuerza máxima					
Resistencia aeróbica					
Resistencia mixta					
Resistencia especial de combate					
Velocidad de reacción					
Velocidad de movimiento					
Flexibilidad					
Coordinación óculo-manual					
Coordinación óculo-pédica					
Lateralidad					
Equilibrio					

TEST ELEMENTOS TÉCNICOS	Duvan Canga				
	I	R	B	MB	EXC
DE DEFENSA Y PATEO					
Sonnal montong maki					
Ap chagui					
Bakat palmok bakat maki					
Dollyo chagui					
Olgul maki					
Montong maki					
Dui chagui					
Montong an maki					
Neryo chagui					
Are maki					
Chigo chagui					
Chumok chirugui					
Yop chagui					

TEST ACCIONES TÁCTICAS			Francisco Carvallo				
			I	R	B	MB	EXC
Ofensivas	Ataque	Directo, indirecto, encadenamiento					
	Contraataque	Anticipación (Directo, encadenamiento)					
		Simultáneo (Directo, encadenamiento)					
		Posterior (Directo, indirecto, encadenamiento)					
Defensivas	Esquiva	Lineal, circular					
	Afrontamiento	Bloquear, cortar					

TEST FUNCIONAL	José Cedeño				
	I	R	B	MB	EXC
Harvard					
VO2máx.					
Lactato					
Banda sin fin 12 min.					
Espirometría					

CARACTEROLOGÍA	SI	NO
Nervioso (Emotivo-noActivo-Primario)		
Sentimental (Emotivo-noActivo-Secundario)		
Colérico (Emotivo-Activo-Primario)		
Apasionado (Emotivo-Activo-Secundario)		
Sanguíneo (noEmotivo-Activo-Primario)		
Amorfo (noEmotivo-noActivo-Primario)		
Flemático (noEmotivo-Activo-Secundario)		
Apático (noEmotivo-noActivo-Secundario)		

HABILIDADES PSICOLÓGICAS	Geraldty Altamirano				
	I	R	B	MB	EXC
Autoconfianza					
Control de afrontamiento negativo					
Control atencional					
Control visual-imaginativo					
Nivel motivacional					
Control de afrontamiento positivo					
Control actitudinal					

16. Tecnologías de la información y comunicación

Tecnologías de la información y comunicación (TIC). Son el conjunto de tecnologías que permiten el acceso, producción, tratamiento y comunicación de información presentada en diferentes códigos (texto, imagen, sonido). El elemento más representativo de las nuevas tecnologías es sin duda el ordenador y más específicamente, Internet.

Las TIC han ido cambiando y actualizándose a lo largo de los años. Actualmente, se utilizan en varios ámbitos debido a los amplios beneficios que aportan en cuanto organización, rendimiento y apoyo a las metodologías de trabajo, haciéndolas más lúdicas y motivadoras. Desde el ámbito educativo, se cuenta con dispositivos y herramientas digitales que favorecen la tarea docente y el aprendizaje del alumnado. Desde la asignatura de educación física se puede disfrutar de los beneficios que aportan las nuevas tecnologías.

En este caso, se utilizan tanto para la realización de actividades que requieren movimiento por parte del alumnado (deportes, acrobacias...) como para el proceso de enseñanza-aprendizaje de conceptos teóricos relacionados con la asignatura (UNIR, 2021). Utilizando las TIC se pueden realizar y adaptar al Taekwondo diversas actividades como las siguientes:

- Búsqueda del tesoro en la que se trate temas de la asignatura mediante códigos QR y trabajo físico a través de pruebas y obstáculos en el recorrido.
- Análisis de deportes y actividades físicas mediante grabaciones y el uso del ordenador para modificar los vídeos y observar características de los deportes.
- Descubrir el cuerpo humano a través de la realidad aumentada, pudiendo observar los músculos y huesos desde todos los ángulos.
- Comprobar los conceptos aprendidos a través de aplicaciones lúdicas, como Kahoot, y participando con los compañeros.
- Trabajar la orientación espacial y la resolución de problemas con el uso de GPS o brújula.

- Fomentar el deporte mediante la utilización de un blog de aula y grabaciones de vídeo proponiendo retos físicos semanales a los compañeros u otros cursos del centro.
- Cuestionarios online son una herramienta versátil, podemos utilizarlos para realizar una evaluación inicial, o durante la evaluación formativa. Algunas de estas plataformas permiten valorar las preguntas, por lo que también podemos utilizarlos como instrumentos de evaluación sumativa.
- Videos interactivos como apoyo a las clases, para que los alumnos puedan, en sus casas, acceder a la explicación de un tema concreto visto en el aula o gimnasio.
- Inteligencias artificiales que apoyan aspectos del entrenamiento físico, técnico y táctico.

17. Rúbrica

Ejemplo para los 3 dominios cognitivo, psicomotriz y actitudinal.

NIVEL DE LOGRO COGNITIVO (Prueba oral...)	INSUFICIENTE CONOCIMIENTO	CONOCIMIENTO REGULAR	BUEN CONOCIMIENTO	MUY BUEN CONOCIMIENTO	EXCELENTE CONOCIMIENTO
DESCRIPCIÓN	No se aprecia conocimiento teórico de ... del Taekwondo	La presencia de rasgos en el conocimiento teórico ... del Taekwondo es mínima.	Se aprecian algunos rasgos en el conocimiento teórico ... del Taekwondo	La presencia en el conocimiento teórico ... del Taekwondo es satisfactorio.	Amplio y completo conocimiento teórico de ... del Taekwondo
NIVEL DE LOGRO PROCEDIMENTAL (Observación...)	INSUFICIENTE APLICACIÓN	APLICACIÓN REGULAR	BUENA APLICACIÓN	MUY BUENA APLICACIÓN	EXCELENTE APLICACIÓN
DESCRIPCIÓN	No se aprecia la ejecución de fases de ...	La ejecución de las fases de ... es mínima.	Se aprecia algunos rasgos en la ejecución de las fases de ...	La ejecución de las fases de ... es satisfactoria	Completa ejecución de las fases de ...
NIVEL DE LOGRO AFECTIVO (Observación...)	INSUFICIENTE ACTITUD	REGULAR ACTITUD	BUENA ACTITUD	MUY BUENA ACTITUD	EXCELENTE ACTITUD
CALIFICACIÓN	0-2 PUNTOS	2,1-4 PUNTOS	4,1-6 PUNTOS	6,1-8 PUNTOS	8,1-10 PUNTOS

4.5.5.12. Formas de evaluación deportiva

Autoevaluación: Proceso reflexivo y valorativo que se realiza sobre los procesos y resultados personales, conducentes a la metacognición. Por su parte, la metacognición es entendida como la capacidad para autorregular el aprendizaje; es decir, planificar, controlar y aplicar las estrategias a utilizar, para adoptar decisiones orientadas hacia la mejora (Tamayo, 2018).

Coevaluación: Se concibe como el esfuerzo conjunto que realizan entrenadores y deportistas para conseguir un objetivo compartido, para lo cual deportista y entrenador acuerdan a través de la negociación y argumentación una calificación basada en evidencias (Tamayo, 2018). Por su parte Gómez y Quesada (2017) consideran que es realizada y negociada de forma conjunta entre entrenadores y deportistas, en la que la responsabilidad es compartida, en la que es imprescindible el diálogo y en la que se prima llegar a un consenso sobre las valoraciones realizadas.

Heteroevaluación: Es la tradicional evaluación por parte de los docentes/entrenadores, últimos responsables de una evaluación sumativa. Por tanto, autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación habrían de complementarse oportunamente (García, 2020).

Por último, Dueñas (2001), en el trabajo post-curso se incluyen las actividades de análisis de las evaluaciones realizadas durante el ofrecimiento del curso, la toma de decisiones o medidas correctivas que permitan mejorar la propuesta de trabajo para el siguiente grupo de estudiantes y la reflexión sobre las relaciones tutor-estudiantes, tutor-conocimiento, estudiantes-estudiantes y estudiantes-conocimiento.

El contenido de la evaluación de la integralidad de los deportistas se expresa en síntesis generalizada y nexo dinámico, en las unidades de análisis, cognitivo-intelectual, comunicativo-vivencial y valorativo-actitudinal. Por su parte, la heteroevaluación, la autoevaluación y la coevaluación, expresan en un nexo dinámico, la evaluación compartida. Por consiguiente, entre el contenido de la evaluación de la integralidad de los deportistas y la evaluación compartida; como nuevas cualidades de los subsistemas teórico y metodológico respectivamente, así como de la manifestación de la relación dialéctica contenido-forma, surge la cualidad resultante del sistema que se establece como evaluación coprotagonica, en el modelo pedagógico de evaluación de la integralidad de los deportistas (Tamayo, 2018).

1. **Ejemplo:** Autoevaluación individual y grupal, y coevaluación

INDICADORES	I	R	B	MB	EXC
Cumplo compromisos, roles y funciones asignadas por el profesor de Taekwondo					
Termino a tiempo todas las tareas determinadas por el profesor					
Escucho atentamente los criterios del profesor de Taekwondo y de los demás					

Demuestro liderazgo en el proceso de interaprendizaje del Taekwondo					
Demuestro habilidades interpersonales socio afectivas en las actividades de aprendizaje cooperativo y colaborativo (grupales o en equipo)					
Contribuyo al desarrollo de la clase de Taekwondo					
Comunico claramente sus ideas en el tratamiento de la clase					
Comprendo y relaciono con precisión los conceptos del Taekwondo					
Realizo preguntas para alcanzar mayor claridad y conocimiento					
Presento ideas lógicas y argumentos y apporto en el análisis y solución de asuntos técnico-tácticos del Taekwondo					

2. Ejemplo: Autoevaluación y heteroevaluación al profesor de Taekwondo

INDICADORES	I	R	B	MB	EXC
Domina el tema de la sesión de Taekwondo					
Muestra un interés activo en el grupo y se interesa por facilitar el aprendizaje del Taekwondo					
Escucha y responde adecuadamente las preguntas de los deportistas					
Impulsa a los miembros del grupo a organizar sus tareas y actividades deportivas					
Evalúa y retroalimenta los conocimientos, habilidades, destrezas, valores y actitudes					
Organiza y planifica juntamente con los deportistas en función de integrar a los miembros del grupo y el logro de los objetivos de aprendizaje (contenidos, objetivos, metodologías, recursos e implementos deportivos, evaluación y formas de organización)					
Fomenta la participación integral con perspectivas de liderazgo					
Utiliza metodologías o formas de facilitar el aprendizaje del Taekwondo en diferentes entornos					
Permite autoevaluaciones de los propios grupos de deportistas, de un grupo sobre otros, y coevaluación entre deportistas y entrenador					
Provee suficientes recursos e implementos deportivos para las clases de Taekwondo					
Da lugar al intercambio de confianza, respeto y superación de conflictos					
Crea un ambiente motivante, relajado y abierto en el proceso enseñanza-aprendizaje					
Propicia la responsabilidad autónoma de los estudiantes					
Da lugar a la comunicación intergrupales e intercambio de ideas					
Considera las necesidades, circunstancias, características y expectativas del grupo de deportistas					
Promueve procesos que estimulan el pensamiento y la habilidad para analizar y solucionar problemas					

De lo expuesto y reconociendo la alta experiencia en el desempeño pedagógico y didáctico en los profesores de Taekwondo, se pudo auscultar debilidades y fortalezas en cuanto a la teoría y a la aplicación de procesos evaluativos en el proceso enseñanza-aprendizaje y entrenamiento deportivo, en este sentido se reconoce sin temor a equivocarse que si es posible medir sin evaluar integralmente (dimensiones e indicadores de evaluación); además, aunque existe relación se pudo examinar que existen marcadas diferencias entre los conceptos de evaluar, medir, calificar y valorar.

Reflexionar cuán necesario resulta evaluar a los deportistas desde la totalidad de dimensiones e indicadores y el constructo de capacidades, saberes o competencias que tienen los deportistas de Taekwondo a fin de tomar decisiones o medidas correctivas que permitan mejorar la propuesta de trabajo, en cuanto a replanificar e implementar metodologías alternativas para mejorar los niveles de aprendizaje y rendimiento deportivo; finalmente, se pudo reflexionar que están implícitas las relaciones entrenador-deportistas, entrenador-conocimiento, deportistas-deportistas y deportistas-conocimiento.

4.6. AUTOEVALUACIÓN

1. A partir del análisis del contenido del capítulo, ¿Cuál es su nivel de comprensión alcanzado?

Excelente	
Muy bueno	
Bueno	
Regular	
Deficiente	

2. Según su criterio, considera que los objetivos planteados en el presente capítulo, en usted se cumplieron:

En gran medida	
En mediana medida	
En baja medida	

3. ¿Cómo concibe a la didáctica en referencia al deporte o a la actividad física?

4. ¿Por qué los profesores/entrenadores de Taekwondo deben respaldar su desempeño en la didáctica de la actividad físico-deportiva?

5. ¿Por qué el desempeño del profesor/entrenador de Taekwondo debe fundamentarse en principios didácticos y metodológicos de la educación físico-deportiva?

6. ¿Cuáles son los elementos que contiene la planificación de clase o sesión de entrenamiento y que deben tener íntima relación?

7. ¿Cuáles serían las actividades/funciones del profesor/entrenador de Taekwondo en la etapa de planificación o diseño de la clase o sesión de entrenamiento?

8. ¿Qué actividades/funciones debe implementar el profesor/entrenador de Taekwondo en la etapa de ejecución?

9. ¿Qué métodos o estrategias serían recomendables para promover el aprendizaje activo o productivo en el Taekwondo, y por qué?

10. ¿Cuáles son los roles/funciones que debe cumplir el profesor/entrenador de Taekwondo en la etapa de evaluación?

11. ¿Por qué es necesario tener claridad en la concepción y aplicación de los términos: medir, calificar, valorar y evaluar?

12. ¿Qué técnicas e instrumentos serían factibles de aplicar en el proceso de evaluación de aprendizajes (conocimientos, habilidades, destrezas, valores y actitudes)?

13. ¿Por qué es importante evaluar no solo el dominio procedimental (destrezas técnicas del Taekwondo), sino, además, lo cognitivo y las actitudes y valores de los estudiantes/deportistas?

14. Finalmente, ¿Cómo concibe el contenido científico del presente capítulo?

Muy actualizado		Actualizado		Poco actualizado	
Muy profundo		Profundo		Poco profundo	
Muy necesario		Necesario		Poco necesario	
Muy pertinente		Pertinente		Poco pertinente	
Muy útil		Útil		Poco útil	

CONSIDERACIONES FINALES

La vigencia de modelos psicopedagógicos conductistas en el proceso enseñanza-aprendizaje y entrenamiento del Taekwondo, son evidentes y necesarios particularmente en las etapas iniciales de la práctica del Taekwondo.

Es ineludible asumir paralelamente perspectivas pedagógicas como el humanismo, constructivismo, socio crítico y de avanzada; además, los enfoques didácticos crítico y de la complejidad para orientar una nueva representación del docente/entrenador en la praxis de la disciplina para superar prácticas educativas y deportivas cotidianas tradicionales.

La formación ética, humanista, científica, tecnológica y pedagógica concebidas como componentes esenciales de formación integral del docente /entrenador de Taekwondo garantiza la educación integral, asimilación de aprendizajes y desarrollo de competencias e inteligencias múltiples en los estudiantes/deportistas.

La formación inicial y continua de los profesores de Taekwondo es la vía para mejorar los procesos pedagógicos y la educación integral de los taekwondoines.

Los involucrados entrenador y deportistas necesitan reflexionar sobre la práctica educativa y deportiva; es decir, que se ha hecho y dejado de hacer en las sesiones de clase o entrenamiento del Taekwondo.

Los profesionales de Taekwondo deben incursionar en procesos de formación, investigación e innovación para transformar la realidad educativa, deportiva y social.

Las orientaciones didácticas propuestas en el diseño, ejecución y evaluación de aprendizajes para Taekwondo sustentadas en presupuestos teóricos vigentes son viables y pertinentes de implementar para transformar las tradicionales y cotidianas formas de enseñanza-aprendizaje y solucionar un problema de carácter psicopedagógico didáctico de los docentes/entrenadores marciales.

La implementación de una propuesta alternativa e innovadora origina la ruptura de paradigmas cotidianos, incidiendo en la transformación de las actividades curriculares y deportivas de docentes/entrenadores y estudiantes/deportistas para garantizar el desarrollo de las múltiples dimensiones como entes de cambio dentro de la sociedad.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguado-Gómez, R., López-Rodríguez, A., & Hernández, J. L. (2017). Educación Física y desarrollo de la autonomía: la percepción del alumnado de Educación Secundaria. *Retos*, 31(1), 300-305. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.53506>
- Aguilar, J., & Flández-Valderrama, J. (2020). Identificación de factores obstaculizadores del proceso académico en deportistas federados y de elite en Chile. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 21(2), 1-13. <https://doi.org/10.29035/rcaf.21.2.1>
- Akilian, F. (13 de Febrero de 2018). La compleja tarea de identificar posibles talentos deportivos en Taekwondo. Obtenido de MAS TKD: <https://mastkd.com/2018/02/la-compleja-tarea-de-identificar-posibles-talentos-deportivos-en-tkd/>
- Akilian, F. (17 de Enero de 2020). El Taekwondo arte marcial y el Taekwondo deportivo: Condicionantes en la selección de los contenidos a enseñar. Obtenido de MAS TKD: <http://mastkd.com/2020/01/el-taekwondo-arte-marcial-y-el-taekwondo-deportivo-condicionantes-en-la-seleccion-de-los-contenidos-a-ensenar/>
- Akilian, F. (28 de Mayo de 2020). Taekwondo 3.0 y 4.0. Obtenido de MAS TKD: <https://mastkd.com/2020/05/taekwondo-3-0-y-4-0/>
- Alcántara-Espinoza, D. E. (2019). Principios filosóficos del taekwondo, para la formación de la personalidad. Repositorio Digital Universidad de San Carlos de Guatemala. Obtenido de <http://www.repositorio.usac.edu.gt/11758/1/Tesis%20201240786.pdf>
- Almeida-Carranco, J. (2020). Las competencias profesionales del entrenador de deportes individuales. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(271), 111-125. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i271.2692>
- Alvarado, L., & García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de educación del Instituto Pedagógico de Caracas. *Sapiens: Revista Universitaria de Educación*, 9(2), 187-202. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41011837011>
- Amiguet, T. (28 de Octubre de 2020). Sartre, un existencialista muy humano. Obtenido de La Vanguardia | Revista digital: <https://www.lavanguardia.com/hemeroteca/20201028/4956504957/jean-paul-sartre-existencialismo-filosofia-discursos.html?facet=amp>
- Anabel. (22 de Septiembre de 2020). ¿Qué son los indicadores de logro? Obtenido de Programaciones Didáctica Vírgula: https://virgulablog.es/programacion-didactica/elementos-de-la-programacion-didactica/evaluacion/que-son-los-indicadores-de-logro/#Indicadores_de_logro_y_competencias
- Andreu, G. (27 de Abril de 2021). Cómo usar el principio de especificidad para mejorar tus entrenamientos. Obtenido de Vitónica: <https://www.vitonica.com/entrenamiento/como-usar-principio-especificidad-para-mejorar-tus-entrenamientos>

- Antúñez, M. (2020). Reflexiones acerca de lo que la mujer representa para el deporte y el verdadero significado del deporte para la mujer. *Efdeportes*, 7(42). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd42/mujer.htm>
- Añorga-Morales, J. (2014). La Educación Avanzada y el Mejoramiento Profesional y Humano. *Varona*, 1(58), 19-31. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360634165003.pdf>
- Arango-Cardona, M., Fernández-Olaya, A. M., Quesada-Navarrete, D., & Noguera-Galeano, V. (2017). Competencias específicas en educación física para la formación de las estudiantes de licenciatura en educación para la primera infancia. Biblioteca Virtual Universidad de San Buenaventura Colombia. Obtenido de <http://bibliotecavirtualoducal.uc.cl:8081/handle/10819/4665>
- Araujo, J., Betancourt, J., Gómez, J., González, F., & Pareja, M. (2015). La pedagogía crítica el verdadero camino hacia la transformación social. Repositorio Institucional Universidad de Manizales. Obtenido de <https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/handle/20.500.12746/2230>
- Arribas-Estebanz, J. M. (2017). La evaluación de los aprendizajes. Problemas y soluciones. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 21(4), 381-404. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56754639020>
- Arrieta-Polanco, K., Cuesta-Guevara, F., & Romero-Rativa, W. (2019). El Taekwondo como estrategia pedagógica en la IED Confederación Brisas del Diamante. Repositorio Institucional Areandina. Obtenido de <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/3775/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Asamblea Nacional Constituyente. (2008). Constitución de la República del Ecuador. Montecristi.
- Barajas-Cruz, A. (2011). La Educación Física para el desarrollo de las inteligencias múltiples. *Ef Deportes*, 16(158). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd158/la-educacion-fisica-para-las-inteligencias-multiples.htm#:~:text=Asimismo%2C%20la%20educaci%C3%B3n%20f%C3%ADsica%20lleva,entorno%20en%20el%20que%20vivimos>
- Barba-Martín, R., Hortigüela-Alcalá, D., & Pérez-Pueyo, A. (2020). Evaluar en educación física: análisis de las tensiones existentes y justificación evaluación formativa y compartida. *Educación Física Y Deporte*, 39(1). <https://doi.org/10.17533/udea.efyd.v39n1a03>
- Barrena, P. (2010). Las competencias básicas en Educación Física. *Ef Deportes*, 15(148). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd148/las-competencias-basicas-en-educacion-fisica.htm>
- Bernal-Torres, C., Hoyos, J., Fracica, G., & Fernández-Otoya, F. (2020). Uso del video en el aprendizaje del taekwondo: estudio en niños en edad escolar. *Información Tecnológica*, 31(1), 311-320. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642020000100311>
- Berni, L., & Olivero, F. (2019). La investigación en la praxis del docente: Epistemología didáctica constructivista. *Revista Espacios*, 40(12), 3-9. Obtenido de <https://www.revistaespacios.com/a19v40n12/a19v40n12p03.pdf>

- Briñones, A., Bonet, L., & Briñones, W. (2020). Estrategia didáctica para el aprendizaje de las posturas básicas en el taekwondo. *Sobretaekwondo.com*. Obtenido de <https://www.sobretaekwondo.com/influencia-de-una-estrategia-didactica-para-el-aprendizaje-de-las-posturas-basicas-en-el-taekwondo/>
- Briñones, A., Bonet, L., & Ramos, H. (2021). Modelo didáctico alternativo: una vía para la enseñanza de las posturas básicas en Taekwondo. *ROCA*, 17(3), 99-119. Obtenido de <https://revistas.udg.co.cu/index.php/roca/article/view/2467/4791>
- Burgueño, R., Medina-Casaubón, J., Morales-Ortiz, E., Cueto-Martín, B., & Sánchez-Gallardo, I. (2017). Educación Deportiva versus Enseñanza Tradicional: Influencia sobre la regulación motivacional en alumnado de Bachillerato. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(2), 87-97. Obtenido de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/301941>
- Bustamante, M., Lapo, M., Oyarzún, C., & Campos, R. (2017). Análisis de la Percepción del Docente en Tres Universidades Chilenas tras la Implementación del Currículum Basado en Competencias. *Formación universitaria*, 10(4), 97-110. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062017000400009>
- Cantero, M. (2010). Historia Y Conceptos De La Psicología Del Desarrollo. En N. Pérez, & I. Navarro, *Psicología Del Desarrollo Humano: Del Nacimiento A La Vejez*. Club Universitario (p. 14). Alicante: Editorial Club Universitario.
- Cárdenas, M., & Rivera, J. (2014). La teoría de la complejidad y su influencia en la escuela. *Revista de Teoría y Didáctica de las Ciencias Sociales*(9), 131-141. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/652/65200908.pdf>
- Carvajal, R. (2020). 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. *EmásF Revista Digital de Educación Física*, 11(65), 1-20. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7475952>
- Cassidy, T., Potrac, P., & Jones, R. (2009). *Understanding sports coaching the social, cultural and pedagogical foundations of coaching practice*. London and New York: Routledge.
- Castillo, F., & Cordero, M. (2017). *Actividades en la naturaleza. Propuesta curricular para Educación Física*. Talca: Universidad Católica del Maule.
- Castillo-Retamal, F., Cordero-Tapia, F., & Soares, A. (2019). Interdisciplina y Educación: la orientación deportiva como propuesta sistémica. *Pensar En Movimiento: Revista De Ciencias Del Ejercicio Y La Salud*, 17(2), 163-185. <http://dx.doi.org/10.15517/pensarmov.v17i2.36693>
- Castro, S. (26 de Septiembre de 2022). Disonancia Cognitiva. Obtenido de Instituto Europeo de Psicología Positiva: <https://www.iepp.es/disonancia-cognitiva/#Definicion>
- CCADIP. (27 de Marzo de 2019). *Desarrollo Cognitivo: Piaget y Vygotsky*. Obtenido de <https://www.ccadip.com/post/desarrollo-cognitivo-piaget-y-vygotsky>
- Cedeño, A. (2020). *Metodología para le enseñanza de la técnica Mondolloyo Tuit Chagui en las taekwondistas de la categoría infantil 9-10 años*. (Tesis de Maestría). Bayamo: Universidad de Granma.

- CEGEP. (Noviembre de 2020). Evaluación de la educación: su concepto y funciones en la educación inicial. Obtenido de Centro de Especialización en Gestión Pública: <https://cegepperu.edu.pe/2020/10/31/evaluacion-de-la-educacion-su-concepto-y-funciones-en-la-educacion-inicial/>
- Centro de Estudios de Psicología. (13 de Octubre de 2022). Psicología deportiva: importancia, beneficios y formación. Obtenido de <https://cepsicologia.com/psicologia-deportiva/>
- Cho, I., Park, H., & Lee, T. (2018). The influence of taekwondo training on school-life adaptation and exercise value in the United States. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 14(2), 213-218. doi: 10.12965/jer.1836006.003
- Chrobak, R. (2020). La metacognición y las herramientas didácticas. Obtenido de Universidad Nacional del Comahue: <https://www.unrc.edu.ar/publicar/cde/05/Chrobak.htm#:~:text=La%20metacognici%C3%B3n%20se%20refiere%20al,algunas%20veces%20en%20forma%20inconciente.>
- CIEA Sypal. (2022). Educación Avanzada. Obtenido de Centro Internacional de Estudios Avanzados: http://www.cieasypal.com/educacion_avanzada/formulario-de-inscripcion
- CNED. (2022). Estándares de Aprendizaje. Obtenido de Consejo Nacional de Educación: <https://www.cned.cl/estandares-de-aprendizaje>
- Coll, F. (11 de Julio de 2020). Materialismo dialéctico. Obtenido de Economipedia: <https://economipedia.com/definiciones/materialismo-dialectico.html#:~:text=El%20materialismo%20dial%C3%A9ctico%20es%20una%20corriente%20filos%C3%B3fica%20que%20define%20la,esta%20es%20concreta%20o%20abstracta.>
- Comité Olímpico Internacional. (17 de Julio de 2020). Carta Olímpica. Lausana: COI. Obtenido de <https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/General/ES-Olympic-Charter.pdf>
- Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos. (14 de Marzo de 2017). Psicología educativa. Obtenido de Cuidate Plus: <https://cuidateplus.marca.com/familia/nino/diccionario/psicologia-educativa.html>
- Copello, M. (2013). Hacia un nuevo modelo teórico del entrenamiento deportivo. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 18(186). Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd186/modelo-teorico-del-entrenamiento-deportivo.htm>
- Copello, M., Alverdi, D., & Fuentes, N. (2013). Sistema de orientaciones metodológicas para los deportes de combate en la categoría 13-14 años. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 18(181). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd181/orientaciones-para-los-deportes-de-combate.htm>
- Coppiano, C. (6 de Enero de 2016). Creación de un club de tae kwon do para desarrollar las capacidades psicomotrices de manera integral en los estudiantes de 8,9 y 10 años de la escuela de educación básica fiscal Rommel Mosquera Jurado de la ciudad de Guayaquil. Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/16127>
- Corcho-Busto, H., González-Padrón, C., & Arrojo-Sureda, A. (2017). Optimización del pensamiento táctico a partir de los juegos simplificados de fútbol en la iniciación deportiva. *SportTK. Revista Euroamericana de Ciencias*

- del Deporte, 6(1), 81-90. <https://doi.org/10.6018/280451>
- Council of Europe. (2 de Noviembre de 2021). Carta Europea del Deporte 2021. Conoce todas las novedades y su contenido íntegro. Obtenido de Consejo COLEF: <https://www.consejo-colef.es/post/carta-europea-del-deporte-2021>
- Crowell, S. (2020). Existentialism. En E. Zalta, *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Stanford: Metaphysics Research Lab, Stanford University.
- Cruz, M. (30 de Abril de 2020). Elementos Determinantes De Las Funciones Docentes, En *La Iniciación Deportiva De La Disciplina De Taekwondo En Niños De 8 A 13 Años, Fundamentada En El Juego Motriz Dirigido*. Ipa 2019. Repositorio Universidad de Cundinamarca. Obtenido de <https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/handle/20.500.12558/2971>
- CuídatePlus. (14 de Marzo de 2017). Psicología educativa. Obtenido de Cuídate Plus: <https://cuidateplus.marca.com/familia/nino/diccionario/psicologia-educativa.html>
- Dick, F. (2014). *Sports Training Principles: An Introduction to Sports Science*. Londres: Bloomsbury Publishing.
- Diosdado, D. (28 de Febrero de 2017). La importancia de los principios del entrenamiento deportivo. Obtenido de Geek N Run: <https://geeknrun.com/la-importancia-de-los-principios-del-entrenamiento-deportivo/>
- Directores que Hacen Escuela. (2015). *Asesoramiento en Planificación Curricular*. Buenos Aires: OEI. Obtenido de <https://educra.cl/wp-content/uploads/2017/01/DOC1-asesoramiento.pdf>
- Dogliotti, P. (2010). Figuras de autoridad y enseñanza. *Páginas de Educación*, 3(1), 105-116. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761544>
- Domínguez, G. (2021). Importancia de los modelos de enseñanza de acuerdo a los objetivos en la clase de Educación Física e Iniciación Deportiva. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(1), 1-20. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2945>
- Echeverri, J. (2020). La formación de entrenadores deportivos más allá de su connotación en el rendimiento. *Viref Revista de Educación Física*, 9(4), 27-37. Obtenido de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/341269>
- ENFERDEP. (19 de Mayo de 2017). *Principios Fundamentales del Entrenamiento o del Acondicionamiento Físico*. Obtenido de <https://www.enferdep.com/articulos/principios-fundamentales-del-entrenamiento-o-del-acondicionamiento-fisico.html#:~:text=Multilateralidad.,de%20la%20multilateralidad%20o%20polivalencia>.
- Escaravajal-Rodríguez, J. C. (2017). La orientación deportiva como medio interdisciplinar. *Revista FEAFFYS*, 9(6), 885-908. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6431725>
- Espinoza, E., & Moreno, J. (2020). Modelo educativo basado en el Tui Taekwondo para desarrollar valores en estudiantes de secundaria. *Ciencia E Interculturalidad*, 26(1), 50-62. <https://doi.org/10.5377/rci.v26i01.9883>
- Estrada, A. (2020). Los principios de la complejidad y su aporte al proceso de Enseñanza. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 28(109), 1012-1032. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362020002801893>

- Etzel, E., & Skvarla, L. (2017). Ethical considerations in sport and performance psychology. Oxford Research Encyclopedias, Psychology, 1-19. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.141>
- Evangelio, C., Peiró-Velert, C., & González-Víllora, S. (2017). Hibridación como innovación: Educación deportiva y educación física relacionada con la salud. *Tándem*, 42(1), 24-30. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87274>
- Fermiska, T., & Fakhri, A. (2020). The Application of Cooperative Learning Model during Online Learning in the Pandemic Period. *Budapest International Research and Critics Institute-Journal*, 3(3), 1683-1691. Obtenido de <https://www.bircu-journal.com/index.php/birci/article/view/1100/pdf>
- Fernández, A. (2015). Inteligencias múltiples. *E-motion: Revista de Educación*, 4(1), 5-17. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i4.2694>
- Fernández, F. (23 de Febrero de 2018). La evaluación y su importancia en la educación. Obtenido de Nexos: <https://educacion.nexos.com.mx/la-evaluacion-y-su-importancia-en-la-educacion/>
- Fernández, S. (2017). Evaluación y Aprendizaje. *Marco Ele*, 24(1), 1-43. Obtenido de https://marcoele.com/descargas/24/fernandez-evaluacion_aprendizaje.pdf
- Fingermann, H. (9 de Noviembre de 2011). Epistemología de la educación. Obtenido de La Guía de Educación: <https://educacion.laguia2000.com/general/epistemologia-de-la-educacion>
- Fonseca, J., & Gamboa, M. (2017). Aspectos teóricos sobre el diseño curricular y sus particularidades en las ciencias. *Boletín redipe*, 6(3), 83-112. Obtenido de <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/211>
- Freire, P., & Shor, I. (2014). Miedo y osadía: la cotidianidad del docente que se arriesga a practicar una pedagogía transformadora. *Praxis Educativa*, 18(2), 86-87. Obtenido de <http://www.scielo.org.ar/pdf/praxis/v18n2/v18n2a10.pdf>
- Gallego-Lema, V., Muñoz-Cristóbal, J., Arribas-Cubero, H., & Rubia-Avi, B. (2017). Recursos tecnológicos para el aula de Educación Física en el Medio Natural. *Revista Tándem: Didáctica de la Educación Física*, 17(57). Obtenido de <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/24906>
- García, A. (2020). Algunas tipologías de evaluación. *Contextos universitarios mediados*, 1-6. Obtenido de <https://aretio.hypotheses.org/4148>
- García, L., & Gutiérrez, D. (2016). Roles y comités. Selección y asignación de responsabilidades. Barcelona: INDE.
- García, M., & de Rojas, R. (2013). Concepciones epistemológicas y enfoques educativos subyacentes en las opiniones de un grupo de docentes de la UPEL acerca de la enseñanza, el aprendizaje y la evaluación. *Investigación y Postgrado*, 18(1), 11-21. Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1316-00872003000100003&script=sci_abstract
- Garófalo, L. (Diciembre de 2016). El modelo pedagógico naturalista en el proceso de enseñanza aprendizaje. DSpace de la Universidad Técnica de Babahoyo. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/2666/P-UTB-FCJSE-EBAS-000107.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Garzón, J.; Constante, M.; Cárdenas, R.; Corrales, N.. (2018). La psicología

- evolutiva en relación al perfil docente en educación. *Revista Científica de Investigación actualización del mundo de las Ciencias*, 120-135.
- Garzón-González, J. A., Rojas-Londoño, O. D., Cañizares-Vasconez, L. A., & Culqui-Cerón, C. P. (2019). El impacto de la psicología en el ámbito educativo. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 3(2), 543-565. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(2\).abril.2019.543-565](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(2).abril.2019.543-565)
- Gil-Álvarez, J. L., Morales-Cruz, M., & Meza-Salvatierra, J. (2017). La evaluación educativa como proceso histórico social. *Perspectivas para el mejoramiento de la calidad de los sistemas educativos. Universidad y Sociedad*, 9(4), 162-167. Obtenido de <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>
- Girod, C. (13 de Octubre de 2022). La teoría del pensamiento complejo. Obtenido de *La mente es maravillosa*: <https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-del-pensamiento-complejo-de-edgar-morin/>
- Gómez, J., & Covarrubias, M. (2020). Zona de Desarrollo Próximo: Características del guía, del aprendiz y de los procesos psicológicos superiores potencializados. *Revista EDUCAmazônia - Educação Sociedade e Meio Ambiente, Humaitá*, 25(2), 462-490. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7618411>
- Gómez, M., & Quesada, V. (2017). Coevaluación o Evaluación Compartida en el Contexto Universitario: La Percepción del Alumnado de Primer Curso. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 10(2), 9-30. <https://doi.org/10.15366/riee2017.10.2.001>
- Gómez-Contreras, J. L., Monroy-Bermúdez, L., & Bonilla-Torres, C. A. (2019). Caracterización de los modelos pedagógicos y su pertinencia en una educación contable crítica. *Entramado*, 15(1), 164-189. <https://doi.org/10.18041/1900-3803/entramado.15428>
- González, A., & Avelino, I. (2016). Tutoría: una revisión conceptual. *Revista de Educación y Desarrollo*, 38(1), 57-68. Obtenido de https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/38/38_Gonzalez_Palacios.pdf
- Gonzalez, R. (23 de Noviembre de 2017). Las artes marciales ¿Enseñar sin pedagogía? Obtenido de *Sobretaekwondo*: <https://www.sobretaekwondo.com/artes-marciales-ensenar-sin-pedagogia/>
- González-Víllora, S., Evangelio, C., Sierra-Díaz, J., & Fernández-Río, J. (2019). Hybridizing pedagogical models: A systematic review. *European Physical Education Review*, 25(4), 1056-1074. <https://doi.org/10.1177/1356336X18797363>
- Guapi, D. (2021). Orígenes del taekwondo: un análisis etnográfico de su expansión en Ecuador. *PODIUM*, 16(1), 31-39. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000100031
- Güemez, F., & Chang, A. (2016). Concepción pedagógica de contenido humanista en la formación permanente del profesor de Medicina General Integral. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 15(2), 277-284. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2016000200015
- Guerrero, J. (29 de Noviembre de 2020). ¿Cuáles son las diferencias entre evaluar y calificar? Obtenido de *Docentes al día*: <https://docentesaldia.com/>

- com/2020/11/29/cuales-son-las-diferencias-entre-evaluar-y-calificar/
- Guijarro, E., Rocamora, I., Evangelio, C., & González, S. (2020). El modelo de Educación Deportiva en España: una revisión sistemática. *Retos*, 38(1), 886-894. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77249>
- Guillén, L.; Rosero, M; De la Rosa, Y. (2016). Influencia de los elementos psicopedagógicos en los procesos de aprendizajes de habilidades motrices deportivas en niños con discapacidad. *Ef Deportes*, 20(214). Obtenido de <https://efdeportes.com/efd214/habilidades-motrices-deportivas-con-discapacidad.htm>
- Guillen, L., Pupo, L., & Hoyos, C. (2018). La Gestión del Proceso de Preparación en los Deportes de Combate desde la Perspectiva de las Direcciones Técnicas, Tácticas y Psicológicas. En J. Sanabria, Y. Silveira, R. Vílchez, & R. Martínez, *La Actividad Física y sus Ciencias Aplicadas* (págs. 46 - 66). Cabimas: Fondo Editorial UNERMB.
- Guillen, P. (2015). Elementos esenciales que perfeccionan la labor pedagógica en el proceso de enseñanza aprendizaje del karate do con un enfoque técnico-táctico. *Ef Deportes*(206). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd206/karate-do-con-un-enfoque-tecnico-tactico.htm>
- Guillen-Pereira, L., Copello-Janjaque, M., Gutierrez-Cruz, M., & Guerra-Santiesteban, J. R. (2018). Metodología para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de los elementos técnicos-tácticos en los deportes de combate. *Retos*, 34(1), 33-39. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.58752>
- Hamodi, C., López-Pastor, V., & López-Pastor, A. (2015). Medios, técnicas e instrumentos de evaluación formativa y compartida del aprendizaje en educación superior. *Perfiles educativos*, 37(147), 146-161. <https://doi.org/10.22201/iisue.24486167e.2015.147.47271>
- Henao, H. (2017). Materialismo y educación en América Latina: La pedagogía Histórica Crítica de Dermeval Saviani. XIV Jornada de HISTEDBR, 14(1), 1-22. Obtenido de <https://dspace.unila.edu.br/bitstream/handle/123456789/4274/Hander%20Andres%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Henao, O., & Zapata, D. (2002). *La enseñanza virtual en la educación superior*. Bogotá: Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior.
- Hernández, B. (2009). Los métodos de enseñanza en la Educación Física. *Ef Deportes*, 14(132). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>
- Hernández, L. (2021). Las dos caras del relativismo: Crítica al fundacionismo e imagen relativista de la ciencia. *Praxis Filosófica*, 52(4), 119-144. <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i52.10681>
- Hernández, M., & Aguilar, T. (2008). Teoría de la Complejidad y aprendizaje: algunas consideraciones necesarias para la enseñanza y la evaluación. *Ef Deportes*, 1(121). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5604554>
- Holguín, C., Davis, R., & Weise, J. (2018). La pedagogía crítica y las ciencias sociales: estrategias para empoderar a estudiantes de español como lengua de herencia y de segunda lengua. *Hispania*, 101(3), 368-380.

- doi:10.1353/hpn.2018.0144
- Hours, G., & De Marziani, F. (2015). El naturalismo en el discurso de la Iniciación Deportiva española. *Memoria Académica*, 11(1), 1-12. Obtenido de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.7212/ev.7212.pdf
- Huaman-Auccapuri, A. A., Loaiza-Ortiz, Z., Urrutia-Mendoza, M. U., Cuentas-Salas, J., & Velasco-Palacios, M. D. (2021). Planificación curricular en la enseñanza universitaria y desempeño profesional de egresados en educación. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(3), 3397-3422. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i3.540
- Imbernón, F. (2011). Un nuevo desarrollo profesional del profesorado para una nueva educación. *Revista de Ciencias Humanas*, 12(19), 75 - 86. Obtenido de <http://revistas.fw.uri.br/index.php/revistadech/article/view/343>
- Inciarte, A., & Canquiz, L. (2009). Una concepción de formación profesional integral. *Revista de Artes y Humanidades UNICA*, 10(2), 38-61. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=170118863003>
- Irala, L. (13 de Marzo de 2018). Pedagogía de la Educación Física. Obtenido de ABC Color: <https://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/escolar/pedagogia-de-la-educacion-fisica-1683074.html>
- Jataco, L. (2020). La ética profesional docente desde un enfoque complejo. Obtenido de Yuracomplexus: <https://yura.website/index.php/la-etica-profesional-docente-desde-un-enfoque-complejo/#:~:text=La%20%C3%A9tica%20profesional%20pretende%20coadyuvar,y%2Fo%20formar%20mejores%20ciudadanos.>
- Jiménez. (16 de Octubre de 2017). Aprendizaje Motor | Mundo Entrenamiento. Obtenido de Mundo Entrenamiento: <https://mundoentrenamiento.com/aprendizaje-motor-fases-y-factores/>
- Jiménez. (22 de Febrero de 2018). Aprendizaje deportivo en el marco escolar | Mundo Rntrenamiento. Obtenido de Mundo Entrenamiento: <https://mundoentrenamiento.com/aprendizaje-deportivo-en-el-marco-escolar/#:~:text=El%20aprendizaje%20deportivo%20integra%20en,al%20aprendizaje%20deportivo%20en%20particular.>
- Jiménez, E. (2021). Las Inteligencias Múltiples en Educación Física y juegos extraescolares. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(272), 96-105. doi:<https://doi.org/10.46642/efd.v25i272.953>
- Johnson, J. (2017). From technique to way: an investigation into taekwondo's pedagogical process. *IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology*, 17(4), 3-13. doi: 10.14589/ido.17.4.2
- Kincheloe, J. (2008). *La pedagogía crítica en el siglo XXI: Evolucionar para sobrevivir*. Barcelona: Ocaedro.
- Lara-Bercial, S., Duffy, P., & Harrington, M. (2013). *International sport coaching framework*. Champaign: Human Kinetics.
- López, M. (2019). La pedagogía crítica como propuesta innovadora para el aprendizaje significativo en la educación básica. *Rehuso*, 4(1), 87-98. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7047149>
- López, C., Zas, B., & Hernández, D. (2021). Presencia del enfoque histórico cultural en el proyecto "Deporte en el barrio: El reto de vivir mejor". *Integración Académica en Psicología*, 9(26), 21-29. Obtenido de <https://integracion-academica.org/attachments/article/312/03%20Vivir%20>

- mejor%20-%20CLLopez%20BZas%20DHernandez.pdf
- López, R. (2017). Estrategias de enseñanza creativa: investigaciones sobre la creatividad en el aula. Bogotá: Universidad de La Salle.
- Lowery, K. (2019). Educators' perceptions of the value of coach mindset development for their well-being. *International Journal of Mentoring and Coaching in Education*, 8(4), 310-324. <https://doi.org/10.1108/IJMCE-02-2019-0032>
- Machado, M. (2021). Las competencias profesionales del entrenador de deportes colectivos. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(272), 2-15. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i272.2754>
- Macías, J., & Barzaga, O. (2019). Fundamentos teóricos del constructivismo para la enseñanza de la educación física. *Revista Cognosis. Revista de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación*, 4(1), 99-110. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v4i1.1578>
- Malas-Tolsá, O., Malas-Tolsá, K., & Ribas-Grebol, M. (2019). Las inteligencias múltiples en educación física: adaptación para la diversidad. *VIREF Revista de Educación Física*, 8(4), 14-26. Obtenido de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/337391>
- Malla, E., & García, D. (2022). Análisis de los Fundamentos Técnicos del Taekwondo Modalidad Poomsae en la Etapa de Iniciación. *Polo de Conocimiento*, 7(9), 882-900. doi: 10.23857/pc.v7i9.4607
- Mancebo, M., & Vaillant, D. (2022). Programas de recuperación de aprendizajes. Washington: Diálogo Interamericano.
- Marín, A. (1 de Febrero de 2021). Empirismo. Obtenido de Economipedia : <https://economipedia.com/definiciones/empirismo.html>
- Marín, A. (1 de Abril de 2021). Relativismo. Obtenido de Economipedia: <https://economipedia.com/definiciones/relativismo.html#:~:text=El%20relativismo%20es%20una%20doctrina,personales%20que%20tenga%20el%20investigador.>
- Martínez, J. (2017). La evaluación: conceptos, funciones y tipos. Repositorio Digital Universidad de la Costa. Obtenido de https://eduvirtual.cuc.edu.co/moodle/pluginfile.php/536832/mod_resource/content/0/la%20evaluaci%C3%B3n.pdf
- Martínez, J. (2018). Los principios del entrenamiento. Obtenido de IES Dionisio Aguado: <https://www.educa2.madrid.org/web/clase-ef1/tema-3-los-principios-del-entrenamiento#:~:text=PRINCIPIO%20DE%20PROGRESI%C3%93N,la%20intensidad%20de%20los%20ejercicios.>
- Martínez, R., & Ramírez, S. (2015). Evaluación de la enseñanza aprendizaje y la medición educativa. *Centro de Actualización del Magisterio en el Distrito Federal*, 2(1). Obtenido de <https://transformacion-educativa.com/2do-congreso/ponencias/Eje-7/L1-93.html>
- Martínez, R., Pineda, M., & Robles, J. (2021). La enseñanza aprendizaje de la técnica Ap Chagui en la iniciación deportiva del taekwondo. *Olimpia*, 18(2), 928-939. Obtenido de <https://xjournals.com/collections/articles/Article?qt=zuyq0i8G98gwict1PoPJlITQxJgfnlCX5QLmwsvtEgc=>
- Mateo, L. (2010). Origen y desarrollo de las Competencias Básicas en Educación Primaria. *Temas para la Educación*, 1(7), 1-17. Obtenido de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6989.pdf>

- Maureira, O., Vásquez, M., Garrido, F., & Olivares, M. (2020). Evaluación y coevaluación de aprendizajes en blended learning en educación superior. *Alteridad*, 15(2), 190-203. <https://doi.org/10.17163/alt.v15n2.2020.04>
- Mayen, J., Johnson, J., & Mayen, R. (2015). Taekwondo as one's life philosophy. *Journal of the International Association for Taekwondo Research*, 2(1), 24-29. Obtenido de https://preview.kstudy.com/W_files/kiss61/1v000012_pv.pdf
- Mayorga, M., & Madrid, D. (2010). Modelos didácticos y Estrategias de enseñanza en el Espacio Europeo de Educación Superior. *Tendencias Pedagógicas*, 15(1), 91-111. Obtenido de <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1934>
- McGregor, S. (2017). Transdisciplinary pedagogy in higher education: transdisciplinary learning, learning cycles and habits of minds. *Transdisciplinary Higher Education*, 17(1), 3-16. doi: 10.1007/978-3-319-56185-1_1
- Mendoza. (2014). Modelo Pedagógico Crítico para el Desarrollo de Capacidades del Pensamiento Científico de los Estudiantes del Área de Ciencia -Tecnología y Ambiente de la I.E. Mayta Capac de Educación Secundaria (Tesis Doctoral). Arequipa: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12893/1009>
- Mendoza, E. (4 de Junio de 2014). Principios psicológicos del aprendizaje. Obtenido de <https://sites.google.com/site/psicologia4toano/-principios-psicologicos-del-aprendizaje>
- Mendoza, V. (19 de Marzo de 2017). Actividad docente en el taekwondo. Obtenido de MAS TKD: <http://mastkd.com/2017/03/actividad-docente-en-el-taekwondo/>
- Ministerio de Educación. (2018). Guía de estrategias metodológicas para educación física en EGB y BGU. Quito: Ministerio de Educación del Ecuador.
- Ministerio de Educación del Perú. (Octubre de 2022). La evaluación de los aprendizajes en educación a distancia. Obtenido de <https://educrea.cl/la-evaluacion-de-los-aprendizajes-en-educacion-a-distancia/>
- Ministerio del Deporte. (27 de Septiembre de 2022). Organigrama de la Secretaría del Deporte. Obtenido de <https://www.deporte.gob.ec/organigrama-de-la-secretaria-del-deporte/>
- Miraval, L. (2018). Efecto de la metodología ERCA en el desarrollo del área Ciencia Tecnología y Ambiente del cuarto año de secundaria I.E. Repositorio Digital Universidad César Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35208/miraval_tl.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Montagud, N. (3 de Noviembre de 2019). La teoría del pensamiento complejo de Edgar Morin. Obtenido de Psicología y mente: <https://psicologiaymente.com/inteligencia/teoria-pensamiento-complejo-edgar-morin>
- Montagud, N. (7 de Noviembre de 2019). Psicología y Mente | Fenomenología. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/cultura/fenomenologia>
- Montagud, N. (26 de Junio de 2020). Pedagogía crítica: qué es, características

- y objetivos. Obtenido de Psicología y mente: <https://psicologiaymente.com/desarrollo/pedagogia-critica>
- Montes, L. (3 de Noviembre de 2017). Psicología educativa y procesos de aprendizaje. Obtenido de Psicología-Online: https://www.psicologia-online.com/psicologia-educativa-y-procesos-de-aprendizaje-360.html#anchor_2
- Morales, Y. (2014). Hacia la formación de un taekwondista competente. Limitaciones, retos y perspectivas. *Ef Deportes*, 18(190). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd190/hacia-la-formacion-de-un-taekwondista-competente.htm>
- Moreno, I. (2017). Didáctica de la educación física para la educación básica. *Rastros y Rostros del Saber*, 2(3), 55-63. Obtenido de <https://revistas.uptc.edu.co/index.php/rastrosyrostros/article/view/9151>
- Moreno, J., & Cruz, R. (2019). Uso de organizadores gráficos para mejorar el aprendizaje significativo en el curso teorías psicopedagógicas contemporáneas en estudiantes de educación inicial, Universidad Católica Trujillo, 2019. Repositorio Digital de la Universidad Católica de Trujillo. Obtenido de <https://library.co/document/ynelwpxy-organizadores-aprendizaje-significativo-psicopedagogicas-contemporaneas-estudiantes-educacion-universidad.html>
- Morris, T. (2019). Experiential learning—a systematic review and revision of Kolb’s model. *Interactive Learning Environments*, 28(8), 1064-1077. <https://doi.org/10.1080/10494820.2019.1570279>
- Moya-Bell, Y., Sánchez-Ramírez, L., & Bell-Castillo, J. (2021). La enseñanza-aprendizaje en el Taekwondo desde la táctica y sus componentes. *Maestros y Sociedad*, 18(2), 551-562. Obtenido de <https://maestrosysoiedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5358/4976>
- Munge, B., Thomas, G., & Heck, D. (2018). Outdoor fieldwork in higher education: Learning from multidisciplinary experience. *Journal of Experiential Education*, 41(1), 39-53. <https://doi.org/10.1177/1053825917742165>
- Muñoz, E. (2015). La enseñanza y el aprendizaje basados en el descubrimiento. La resolución de problemas y el descubrimiento guiado. Papel del profesor y del alumno en este enfoque de la enseñanza y el aprendizaje. Obtenido de Sportaquis Web de la Educación Física: <https://sportaquisarticulos.files.wordpress.com/2011/03/tema-60.pdf>
- Murcia, B., Correa, I., & Soto, W. (29 de Noviembre de 2018). Pedagogía y didáctica de la Educación Física desde la complejidad. Obtenido de Magisterio Editorial: <https://magisterio.com.co/articulo/pedagogia-y-didactica-de-la-educacion-fisica-desde-la-complejidad/>
- Muslikh, Siti, F., Didin, N., & Abas, H. (2022). Student-based Learning in The Perspective of Constructivism Theory and Maieutics Method. *International Journal of Social Science And Human Research*, 5(5), 1632-1637. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6535303>
- Noval, M. (6 de Abril de 2017). La Formación Profesional Inicial: un largo camino recorrido, un futuro por descubrir. Obtenido de Educaweb: <https://www.educaweb.com/noticia/2017/04/06/formacion-profesional-inicial-largo-camino-recorrido-futuro-descubrir-13882/#:~:text=La%20Formaci%C3%B3n%20Profesional%20Inicial%2C%20la,y%20al%2>

- Oejercicio%20de%20una
- Núñez, D. (2018). El interaccionismo simbólico y sus aportes a la teoría social contemporánea. *Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales, En Línea*. Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/cccss/2018/02/interaccionismo-simbolico.html>
- Oliverio, S. (2022). Subjetivación y existencialismo en la Teoría de la Educación contemporánea. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 34(1), 11-32. <https://doi.org/10.14201/teri.26668>
- Ordoñez-Ocampos, B. P., Ochoa-Romero, M., & Espinoza-Freire, E. E. (2020). El constructivismo y su prevalencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación básica en Machala. Caso de estudio. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 3(3), 24-31. Obtenido de <https://remca.umet.edu.ec/index.php/REMCA/article/view/305/330>
- Oroceno, M. (2012). La evaluación sistemática de la técnica en el entrenamiento deportivo. *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma*, 9(31), 1-8. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210755>
- Orozco, G., Sosa, M., & Martínez, F. (2018). Modelos Didácticos en la Educación Superior: Una realidad que se puede cambiar. *Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 22(2), 447-469. Obtenido de <https://recyt.fecyt.es/index.php/profesorado/article/view/66382/0>
- Ortiz, A. (2013). *Modelos Pedagógicos y Teorías del Aprendizaje*. Magdalena: University of Magdalena.
- Osses, S., & Jaramillo, S. (2008). Metacognición: un camino para aprender a aprender. *Estudios Pedagógicos*, 34(1), 187-197. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052008000100011>
- Ossorio, D., & Fernández, M. (2011). Orientaciones sobre la psicología del deporte. *Ef Deportes*, 16(163). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd163/orientaciones-sobre-la-psicologia-del-deporte.htm>
- Paez, M., Sánchez, N., & Mercedes, D. (2019). Evaluación formativa en Educación Física, a escolares con discapacidad intelectual. *Podium*, 14(2), 153-164. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v14n2/1996-2452-rpp-14-02-153.pdf>
- Palmi, J., & Riera, J. (2017). Las competencias del deportista para el rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 13-18. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232017000100002
- Palominos, F., Méndez, M., & Barrera, R. (2014). Sistema de Perfeccionamiento Orientado a Competencias para Docentes de la Educación Superior. *Formación Universitaria*, 7(3), 11-22. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062014000300003>.
- Pan, Y., Huang, C., Lee, I., & Hsu, W. (2019). Comparison of learning effects of merging TPSR respectively with Sport Education and Traditional teaching model in high school physical education classes. *Sustainability*, 11(7), 2057-2072. <https://doi.org/10.3390/su11072057>
- Partida, J. (Mayo de 2020). Diez formas en las que la psicología deportiva es clave en el rendimiento. Obtenido de *Saludeporte*: <https://www.saludmasdeporte.com/psicologia-deportiva/>

- Pascual, N., Guillén, D., & Carbonell, J. (2017). Análisis comparativo de la metodología mixta y la basada en juegos reducidos en el fútbol base. *Retos*, 32, 199-203. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i32.56039>
- Pavié, A. (2011). Formación docente: hacia una definición del concepto de competencia profesional docente. *REIFOP*, 14(1), 67-80. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3678767>
- Pelegrín-Carrión, S., Hernández-Rodríguez, M., & Pupo-Almira, C. (2012). Herramienta informática para el control de la calidad técnica del taekwondo categoría 13-15 años. *Revista científica Especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 9(17), 33-48. Obtenido de <https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/174/205>
- Pereda, J., & Calero, S. (2015). Proyecto actividad física y comunicación en personas con discapacidad en Ecuador. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 20(210), 1-9. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd210/actividad-fisica-y-comunicacion-con-discapacidad.htm>
- Pereira, M., Velastegui, C., & Paz, B. (2020). Prácticas deportivas y enfoques curriculares: Una perspectiva desde la educación física ecuatoriana. *Revista EDUCARE*, 24(1), 180-197. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1233>
- Pérez. (20 de Agosto de 2021). Inteligencia deportiva: qué es, cómo desarrollarla y aplicarla. Obtenido de https://www.sabervivirtv.com/medicina-general/inteligencia-deportiva-que-es-como-desarrollarla-aplicarla_5950#:~:text=Se%20entiende%20como%20inteligencia%20deportiva,otros%20%C3%A1mbitos%20de%20la%20vida.
- Pérez, A. (3 de Abril de 2020). Educación y Aprendizaje por Competencias. Obtenido de UNIR: <https://www.unir.net/educacion/revista/aprendizaje-por-competencias/>
- Pérez, C. (2013). Aprendizajes en Educación Física basados en competencias. Ejemplo de unidad didáctica para básica primaria. *Ef Deportes*, 17(177). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd177/aprendizajes-en-educacion-fisica-basados-en-competencias.htm>
- Pérez, E., Gutiérrez, M., & Ayala, E. (2017). Sistema de indicadores sociológicos para la caracterización de la población atlética holguinera. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 22(229). Obtenido de <https://efdeportes.com/efd229/sistema-de-indicadores-de-la-poblacion-atletica.htm>
- Pérez, R. (5 de Octubre de 2017). La importancia de la psicología deportiva: así es como te ayuda a alcanzar tu meta. Obtenido de Vitónica: <https://www.vitonica.com/entrenamiento/la-importancia-de-la-psicologia-deportiva-asi-es-como-te-ayuda-a-alcanzar-tu-meta>
- Petrovic, K. (2017). The Benefits of Taekwondo Training for Undergraduate Students: A Phenomenological Study. *Societies*, 7(3), 27. <https://doi.org/10.3390/soc7030027>
- Pimentel-Jaimes, J., Bautista-Álvarez, T., Ruiz-Gómez, G., & Rieke-Campoy, U. (2019). Concepto de competencias educativas desde la percepción del estudiante de enfermería. *Revista Iberoamericana de Educación e Investigación en Enfermería*, 3(9), 39-47. Obtenido de <https://>

www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/309/concepto-de-competencia-educativa-desde-la-percepcion-del-estudiante-de-enfermeria/#

- Piñeros, J. (2021). Interaccionismo simbólico: oportunidades de investigación en el aula de clase. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 1(1), 211-228. <https://doi.org/10.51660/ripie.v1i1.33>
- Piquer, M. (13 de Diciembre de 2020). Habilidades motrices en Educación Física. Obtenido de Mundo Entrenamiento: <https://mundoentrenamiento.com/habilidades-motrices-en-educacion-fisica/>
- Posso, R., Barba, L., & Otáñez, N. (2020). El conductismo en la formación de los estudiantes universitarios. *Revista Educare*, 24(1), 117-133. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1229>
- Puente, L., Martínez, G., & Tamayo, J. (2018). El desempeño docente desde la Teoría de Educación Avanzada. *Panorama Cuba y Salud*, 13(1), 191-195. Obtenido de <https://revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/939>
- Quicios, B. (29 de Marzo de 2018). Pedagogía tóxica, uno modelo educativo aun vigente en muchos colegios. Obtenido de Guía Infantil: <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/escuela-colegio/pedagogia-toxica-uno-modelo-educativo-aun-vigente-en-muchos-colegios/#header0>
- Quintero, L., Jiménez, F., & Area, M. (2016). Las e-actividades : aplicaciones y recursos web. *Tándem : didáctica de la educación física*(53), 12-18. Obtenido de <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/178870>
- Quiroga, A., Mora, B., Wainstein, F., Pastorino, M., Rodríguez, G., Benítez, L., ... Cáceres, I. (2019). Enseñanza crítica del deporte. Montevideo: Instituto Superior de Educación Física | Universidad de la República.
- Ramírez, D. (2021). Concepciones epistemológicas subyacen a las prácticas de enseñanza de los deportes y cómo se manifiestan. *Encuentro Educativo*, 2(2), 95-125. Obtenido de <https://revistas.uncu.edu.ar/ojs/index.php/encuentroE/article/view/5196>
- Ramos, G., & López, A. (2019). Formación ética del profesional y ética profesional del docente. *Estudios Pedagógicos*, 45(3), 185-199. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052019000300185>
- Real Academia Española. (2022). Deporte | Definición | Diccionario de la lengua española. Obtenido de <https://dle.rae.es/deporte>
- Rey, J., Ramos, J., & Rey, C. (2012). El entrenamiento deportivo como proceso pedagógico. *Ef Deportes*, 17(169). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd169/el-entrenamiento-deportivo-como-proceso-pedagogico.htm#:~:text=El%20Entrenamiento%20Deportivo%20es%20un,aumento%20de%20las%20capacidades%20de>
- Rivadeneira, E. (2017). Competencias didácticas-pedagógicas del docente, en la transformación del estudiante universitario. *Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*, 13(37), 41-55. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/709/70952383003.pdf>
- Rodríguez, Á., & Naranjo, J. (2016). El aprendizaje basado en problemas: una oportunidad para aprender. *Lecturas Educación Física y Deportes*,

- 21(221), 1-10. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd221/el-aprendizaje-basado-en-problemas.htm>
- Rodríguez, A., Fierro, R., Vela, D., & Quijano, M. (2018). La resolución de problemas: una oportunidad para aprender a aprender. *OLIMPIA*, 15(50), 160-171. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6578681>
- Rodríguez, A., Izaguirre, C., & Seara, Y. (2017). La formación humanista del profesional. Una mirada desde el componente económico en la cultura física en Cuba. *OLIMPIA*, 14(44), 200-211. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210539>
- Rodríguez, J., Navarrete, Y., & Holguín, R. (2018). Una didáctica para el desarrollo de las competencias investigativas del profesional en formación inicial y permanente. *Revista Cubana de Educación Superior*, 37(1), 162-170. Obtenido de <https://revistas.uh.cu/rces/article/view/3154>
- Rodríguez, M., & Tejada, M. (2021). Preparación técnica en el taekwondo. Sus características fundamentales. *Olimpia*, 18(3), 53-63. Obtenido de <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2717/5343>
- Rodríguez, R. (2018). El proceso de formación humanista de los profesionales de Cultura Física. *Revista Educación*, 42(2), 2215-2644. <https://doi.org/10.15517/revedu.v42i2.27920>
- Rodríguez-González, I., Tabares-Arévalo, R., León-Morales, Y., Mesa-Peña, R., & Ortega-Rodríguez, F. (2018). Estrategia pedagógica para la formación ética del profesor de levantamiento de pesas en Pinar del Río. *PODIUM*, 13(1), 63-73. Obtenido de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1091676>
- Rodríguez-González, R. (2017). Pensamiento decimonónico cubano: contribución a la educación física y el deporte. *Pensar en Movimiento*, 15(2), 1-12. <https://dx.doi.org/10.15517/pensarmov.v15i2.29590>
- Romero, M. (2017). El aprendizaje por indagación: ¿existen suficientes evidencias sobre sus beneficios en la enseñanza de las ciencias? *Revista Eureka sobre Enseñanza y Divulgación de las Ciencias*, 14(2), 286-299. Obtenido de <https://revistas.uca.es/index.php/eureka/article/view/3335>
- Ruiz, L.; Tamarit, I.; Martín, J. (2021). Valoración del Alumnado sobre el Boxeo y Taekwondo en la Educación Física. *Kronos*, 20(1), 1-11. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8012477>
- Ruiz, J. (14 de Julio de 2020). La psicología deportiva: entretenimiento mental y sus funciones. Obtenido de UPB: <https://www.upb.edu.co/es/noticias/psicologia-deportiva>
- Sánchez, B.; Lastres, A.; Arias, E.; Mesa, M.; Vidaurreta, R.; García, L. (2020). Deportes de combate, hacia un modelo de finalidad táctica de selección de talentos. *PODIUM*, 15(3), 389-409. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000300389
- Sánchez-Rivas, E., Sánchez-Rodríguez, J., & Ruiz-Palmero, J. (2015). Método para el tratamiento educativo de las conductas disruptivas en el aprendizaje deportivo. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 225-234. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311137747007.pdf>
- Sandoval-Cifuentes, A., Villarreal-Ángeles, M., & Ramos-Parrací, C. (2022).

- Formación académica permanente y experiencia de los entrenadores de rendimiento y alto rendimiento en Colombia. *Retos*, 46(1), 368-377. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.93256>
- Saneleuterio, E., & López, R. (2019). Contribución de la formación literaria a la educación integral: análisis del currículo básico de Educación Primaria. *EA, Escuela Abierta*, 22(1), 29-38. <https://doi.org/10.29257/EA22.2019.04>
- Sarmiento, M. (2014). Enseñanza y Aprendizaje. En M. Sarmiento, & A. Pío, *La enseñanza de las matemáticas y las Ntic. Una estrategia de formación permanente* (pp. 105-170). Tarragona: Universitat Rovira i Virgili.
- Segundo, P. (11 de Octubre de 2022). Paradigma. Obtenido de Concepto: <https://concepto.de/que-es-paradigma/>
- Siedentop, D., Hastie, P., & Van Der Mars, H. (2020). *Complete Guide to Sport Education* (3ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Tamayo, R. (2018). Heteroevaluación, autoevaluación, coevaluación y evaluación compartida. *Atlante*(en línea), 1-15. Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/10/heteroevaluacion-autoevaluacion.html>
- Tatis, F., & Gracia, A. (2015). Iniciación deportiva en fútbol sala en los niños y niñas de 4º del colegio María Teresa. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, 1(1), 14-24. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v1.n1.2015.294>
- Trujillo, L. (2017). *Teorías pedagógicas contemporáneas*. Bogotá: Fondo editorial Areandino.
- Ubago-Jiménez, J., Viciano-Garófano, V., Pérez Cortés, A., Martínez Martínez, A., Padial-Ruz, R., & Puertas-Molero, P. (2018). Relación entre la Teoría de las Inteligencias Múltiples y la actividad físico-deportiva. *Revisión bibliográfica. Sportis Sci J*, 4(1), 144-161. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6262921>
- UNESCO. (1 de Abril de 2020). UNESCO Biblioteca Digital. Obtenido de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000098178_spa
- UNIR. (13 de Febrero de 2020). ¿Qué es la psicología educativa? Obtenido de <https://www.unir.net/salud/revista/psicologia-educativa/>
- UNIR. (30 de Enero de 2020). Qué es la Psicología del Deporte. Obtenido de <https://www.unir.net/salud/revista/psicologia-del-deporte/>
- UNIR. (6 de Abril de 2021). Uso de las TIC en Educación Física: ventajas y cómo incorporarlas. Obtenido de <https://www.unir.net/educacion/revista/tic-educacion-fisica/>
- Universidad Continental. (2020). Psicología educativa: ¿cuál es su rol? Obtenido de <https://blogposgrado.ucontinental.edu.pe/psicologia-educativa-cual-es-su-rol>
- Universidad Europea. (7 de Octubre de 2022). ¿Qué es la formación continua? Obtenido de Blog de la Universidad Europea: <https://universidadeuropea.com/blog/que-es-formacion-continua/#:~:text=Definici%C3%B3n%20de%20formaci%C3%B3n%20continua,conocimientos%2C%20destrezas%20y%20actitudes%20profesionales.>
- Universidad Nebrija. (10 de Febrero de 2020). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Obtenido de Actualidad Nebrija: <https://www.nebrija.com/medios/actualidadnebrija/2020/02/10/fundamentos-del-entrenamiento-deportivo/#:~:text=Existen%20muchos%20principios%20del%20entrenamiento,%2C%20especificidad%2C%20>

- individualidad%20y%20periodizaci%C3%B3n.
Unyversia. (16 de Enero de 2020). El papel de la socialización en el deporte. Obtenido de Formación ACADEF: <https://www.formacionacadef.es/el-papel-de-la-socializacion-en-el-deporte/>
- Valls-Arévalo, A. (10 de Abril de 2019). Consejos para fomentar la práctica de deporte en la adolescencia. Obtenido de Sociedad Valenciana de Pediatría: <https://socvalped.com/educacion/2019/consejos-deporte-adolescencia-infancia/>
- Vargas, P., & Orozco, R. (2011). La importancia de la Educación Física en el currículo escolar. *InterSedes: Revista de las Sedes Regionales*, 4(7), 119-130. Obtenido de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/intersedes/article/view/826>
- Vázquez, N. (2019). La evaluación educativa como estrategia didáctica. *Atlante*(en línea). Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/02/evaluacion-educativa.html>
- Vicente-Sillo, H. (2019). Aplicación de los Principios Didácticos en la Educación Física. Repositorio Digital Universidad Nacional de Educación. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/3134>
- Vivas, L. (24 de Marzo de 2021). ¿Por qué es importante el aprendizaje por competencias? Obtenido de Universidad de Alcalá | Centro de Educación Superior: <https://www.cunimad.edu.es/noticias/importancia-aprendizaje-por-competencias/>
- Vives, M. (2016). Modelos pedagógicos y reflexiones para las pedagogías del sur. *Boletín Redipe*, 5(11), 40-55. Obtenido de <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/140>
- Wanceulen-Ferrer, A., Wanceulen-Moreno, J., & Wanceulen-Moreno, A. (2019). *Gestión y dirección deportiva del Fútbol Formativo: Cómo gestionar, cómo dirigir, cómo planificar, cómo seleccionar, cómo entrenar, cómo formar*. Sevilla: Wanceulen Editorial SL.
- Zaleta, L. (2018). Identificación de inteligencias desarrolladas en los alumnos de Educación Física para la implementación de nuevas estrategias didácticas que genere sus competencias profesionales. En M. Reyes, *La importancia de la tutoría en los diversos programas educativos de la Universidad Autónoma del Carmen* (págs. 23-31). México: Handbooks-ECORFAN.
- Zilberstein. (19 de Julio de 2021). El enfoque histórico cultural: Opción viable para la escuela Latinoamericana. Obtenido de Nación MX: <https://nacionmx.com/2021/07/19/el-enfoque-historico-cultural-opcion-viable-para-la-escuela-latinoamericana/>
- Zilberstein, J., & Olmedo, S. (2014). Las estrategias de aprendizaje desde una didáctica desarrolladora. *Atenas*, 3(27), 42-52. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4780/478047203004.pdf>
- Zubillaga, M., & Cañadas, L. (2021). Finalidades de los procesos de evaluación y calificación en Educación Física. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 14(29), 124-135. <https://doi.org/10.25115/ecp.v14i29.4398>

ISBN: 978-9942-845-35-1

