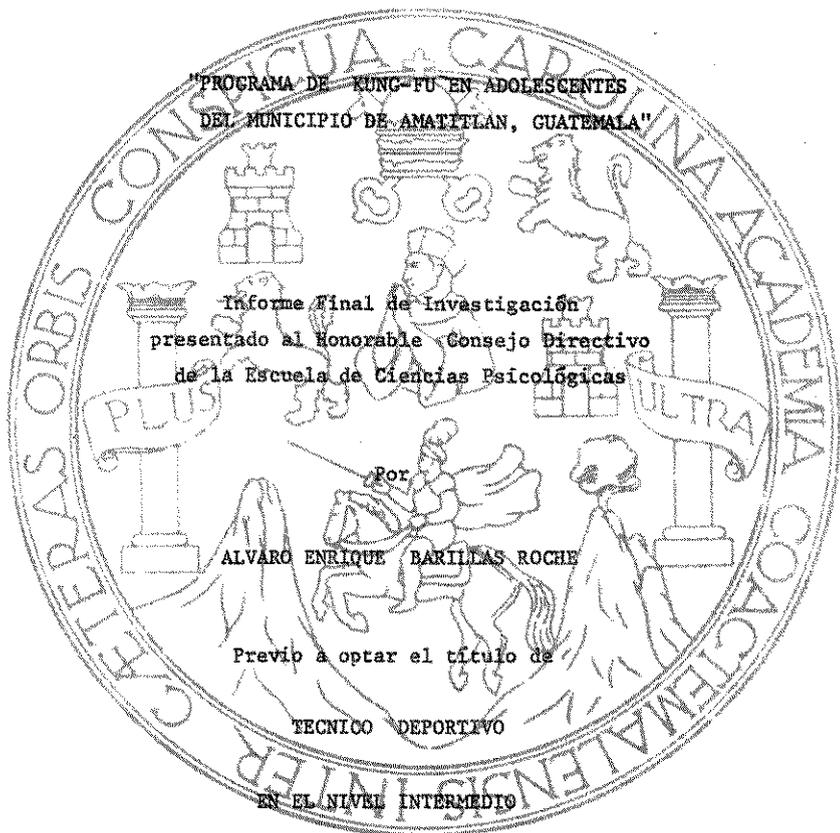


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-



PROPIEDAD DE LA BIBLIOTECA DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
Biblioteca Central

Guatemala, octubre de 1996.

10
T(1056)
e.4

TRIBUNAL EXAMINADOR

Licenciado Abraham Cortez Mejía
D I R E C T O R

Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce
S E C R E T A R I A

Licenciado Felipe Alberto Soto Rodríguez
R E P R E S E N T A N T E C L A U S T R O C A T E D R A T I C O S



ESCUELA DE
CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Edificio N-5, Cda. Universitaria, zona 12
Tels. 4780790-4, 4780885, ext. 480-9
Directos: 4789902, 4787218, fax. 4789914
GUATEMALA, CENTROAMÉRICA

cc.: Control Académico
Depto. EPS.
archivo

REG. 4024-96

CODIPa. 751-96

ORDEN DE IMPRESION INFORME FINAL DE
EPS.

31 de octubre de 1996

Señor Estudiante
ALVARO ENRIQUE BARILLAS ROCHE
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Señor Estudiante

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DECIMO QUINTO (15o.) del Acta CUARENTA NOVENTA Y SEIS (40-96) de Consejo Directivo, de fecha 30 del mes en curso, que copiado literalmente dice:

"DECIMO QUINTO: El Consejo Directivo conoce el expediente que contiene el Informe Final de EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO - EPS, titulado: "PROGRAMA DE KUNG-FU EN ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA", de la carrera de Técnica Deportiva, realizado por:

ALVARO ENRIQUE BARILLAS ROCHE

CARNET No.24-15531

El presente trabajo fue supervisado por el Licenciado Claudio Vinicio Solís Cortez y revisado por el Doctor Rafael Haeussler Paredes.

Después de conocido el expediente, Consejo Directivo AUTORIZA LA IMPRESION del mismo para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para elaborar Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional, en lo que sea aplicable."

Atentamente,

" ID Y ENSEÑAN A TODOS "



Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce
SECRETARIA

/Rosy



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
 ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE
 - E C T A F I D E -



Cubículo 221, 20. nivel, edificio M-5, Ciudad Universitaria, zona 12. Tels. 760790/4, ext. 490/491

REF. ECTAFIDE No. 181

Guatemala, 09 de Octubre de 1996.-

Señores
 Consejo Directivo
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Edificio

Señores Miembros:

Por este medio informamos a ese Consejo, que el informe final de EPS a nivel técnico del estudiante Alvaro Enrique Barillas Roche, Carnet No. 90-15531, fué aprobado por el Consejo Técnico Académico de ECTAFIDE, en virtud de lo cual solicitamos se realicen los trámites necesarios para su graduación.

Consideramos necesario resaltar el hecho que el estudiante Barillas Roche es el primer estudiante que se graduará de esta Escuela, razón por la cual el trámite que aún está por realizarse solicitamos se haga a la brevedad posible.

Sin otro particular me es grato suscribirme.

Atentamente,

Lic. Claudio Ferris Cortés

Lic. Ronald Ferris Zea

Dr. Víctor Manuel Ordóñez Landía

CONSEJO TECNICO ACADEMICO

C.C. Archivo



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
 ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE
 - E C T A F I D E -



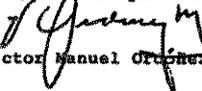
Cubículo 221, 20. nivel, edificio M-5, Ciudad Universitaria, zona 12. Tels. 760790/4, ext. 490/491

ACTA DOCE - NOVENTA Y SEIS (12-96)

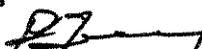
En la Ciudad de Guatemala siendo las nueve horas del día siete de octubre del año mil novecientos noventa y seis, reunidos en la oficina de la Coordinación Académica General de ECTAFIDE en el Edificio M-5, los miembros de la Comisión Técnica Académica: Lic. Ronald Solís, Dr. Víctor Ordóñez M., Lic. Claudio Solís y el que transcribe la presente, Dr. Romeo Ordóñez, dejan constancia de lo siguiente:

PRIMERO: Se tuvo a la vista el informe de EPS nivel Técnico del estudiante Enrique Barillas Roche Carnet No. 9015531, cuyo título "PROGRAMA DE KUNG-FU EN ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA"; el cuál fue realizado en el gimnasio de Kung-Fu de ese municipio en el tiempo estipulado. El proyecto y desarrollo del mismo tuvo como asesores a: Dr. Rafael Haussler como asesor académico y Lic. Hugo René Ovalle; y como asesor técnico al Profesor SIFU; Gerardo Galindo Alvarez. **SEGUNDO:** La Comisión Técnica Académica en base a que dicho informe llena con los requisitos solicitados; aprueba el mismo. **TERCERO:** Que con base a dicha aprobación decide notificar al interesado y enviar al Consejo Directivo de la Escuela de Psicología el presente acuerdo para su visto bueno; así como una solicitud de impresión del informe presente para efectos consiguientes y de graduación. **CUARTO:** Que no habiendo nada más que tratar, se da por terminada la presente sesión, en el mismo lugar y fecha de su inicio, una hora después. Por lo que damos fe de lo actuado.


 Lic. Claudio Solís Cortés


 Dr. Víctor Manuel Ordóñez Mendía


 Lic. Ronald Solís


 Dr. Romeo Ordóñez Quiñones

Testado: Gerardo, omitase. Luis Fernando Lease.

U S A G
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
 ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA
 DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE
- E C T A F I D E -

Cubículo 221, 20. nivel, edificio M-5, Ciudad Universitaria, zona 12. Tels. 760790/4, ext. 490/

Guatemala, 04 de octubre de 1996.-

Estimados Señores
Consejo Técnico Académico

Por medio de la presente hago de su conocimiento que en mi calidad de asesor de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte, analicé el informe final de EPS, de la Carrera de Técnico Deportivo del Estudiante Alvaro Enrique Barillas Roche, Carnet No. 90-15531, cuyo tema es "PROGRAMA DE KUNG-FU EN ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA".

Por lo anterior expuesto, emito el dictamen favorable que corresponde, luego de considerar que los resultados son satisfactorios, así como la metodología y el desarrollo de la misma.

Atentamente,

Lic. Hugo René Ovalle Rodas
Colegiado # 1274

U.S.A.G
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA
DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencia Psicológica
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y Deporte
Guatemala, C.A.

Octubre 3 de 1996

Estimados Señores
Consejo Técnico Académico

Por medio de la presente hago de su conocimiento que en m
calidad de revisor de la Escuela de Ciencia y Tecnología de l
Actividad Física y Deporte, analicé el informe final de EPS, de l
carrera de Técnico Deportivo del estudiante Alvaro Enrique Barilla
Roche, carnet No. 9015531, cuyo tema es "PROGRAMA DE KUNG-FU E
ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA".

Por lo anterior expuesto, emito el dictamen favorable qu
corresponde, luego de considerar que los resultados so
satisfactorios, así como la metodología y el desarrollo de l
misma.

Atentamente,



Dr. Rafael Haessler Paredes
Colegiado # 2829



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE
- E C T A F I D E -

Cubículo 221, 20. nivel, edificio M-5, Ciudad Universitaria, zona 12. Tels. 760790/4, ext. 490/491

Guatemala, 26 de Septiembre de 1996.-

Señores
Consejo Técnico Académico
ECTAFIDE
Edificio

Respetables Miembros:

Respetuosamente, me dirijo a ustedes con el fin de informar que he concluido la supervisión del Ejercicio Profesional Supervisado del estudiante: Alvaro Enrique Barillas Rocha con No. de Carnet 90-15531 cuyo título es "PROGRAMA DE KUNG-FU EN ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA".

El trabajo en mención cumplió con todos los requerimientos solicitados por esta Unidad Académica, razón por la cual brindo mi aprobación al EPS realizado por el estudiante Barillas Roche.

Sin otro particular, me suscribo, atentamente,

"YO Y MI SEÑAL A TODOS"

Lic. Claudio Vinicio Solís Cortés
SUPERVISOR E.P.S.

C.C. Expediente
Archivo

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE
CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Edificio N-5, Cda. Universitaria, zona 12
Tels. 4762782-4, 4762285, ext. 480-1
Directores: 4762622, 4762718, Fax. 4762914
GUATEMALA, CENTROAMÉRICA

cc.: Control Acad.
ECTAFIDE.
Asesor
Archivo

CODIPs. 894-95

DE APROBACION REALIZACION PROYECTO DE
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

Noviembre 24 de 1995

Señor Estudiante
Alvaro Enrique Barillas Roche
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Señor Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el punto VIGESIMO NOVENO (29o.) del Acta CUARENTA Y TRES NOVENTA Y CINCO (43-95) de Consejo Directivo, de fecha 22 de noviembre del año en curso, que copiado literalmente dice:

"VIGESIMO NOVENO: El Consejo Directivo conoce el expediente que contiene el proyecto de EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO (E.P.S.), sobre el tema "EL ALTO KUNG-FU EN EL ADOLESCENTE DEL MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA", de la Carrera a nivel intermedio de TECNICO DEPORTIVO, de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, presentado por:

ALVARO ENRIQUE BARILLAS ROCHE

CARNET No. 24-15531

Dicho proyecto se desarrollará en el Gimnasio "FENG YEN", del Municipio de Amatitlán, designándose al maestro Luis Fernando Galindo, especialista en Alto Kung-Fu, Supervisor Técnico por parte del gimnasio, y al Licenciado Claudio Vinicio Solís como Supervisor Docente por parte de ECTAFIDE, institución adscrita a la Escuela de Ciencias Psicológicas.

El Consejo Directivo, con base en el dictamen emitido por la Comisión Técnica de Ectafide, y considerando que el mismo satisface los requisitos metodológicos establecidos, resuelve **AUTORIZAR** la realización del proyecto de EPS presentado, en el gimnasio referido y bajo la supervisión de los profesionales designados."-----

Atentamente,

" ID Y ENSEÑAR A TODOS "

Licenciado Abraham Cortez Mejía S.A.C.
SECRETARIO



/Lillian

II. INTRODUCCION

El Kung-Fu, tiene sus orígenes históricos en China, donde los creadores del mismo, se encuentran acreditados a varios personajes de la cultura china, como Lao-Tse, Hua To, Kwok Yee, Yuen Fei y Bodhidarma entre otros, pero de las muchas tradiciones y leyendas sobre el origen del Kung-Fu, la más aceptada actualmente es la que establece que el Kung-Fu proviene del Monasterio Shaolin, el cual estaba situado en el Monte Su, Provincia de Honan de la Republica China.

Se cree que el año 500 D.C., un hindú vigésimo patriarca de la India, fué el responsable de la introducción de lo que tiempo después sería el Kung-Fu.

A este patriarca se el conoce como "Bodhidarma", en sanscrito, "Pú-T'i Ta Mo", en chino "Dat Mor", en cantonés y "Daruma Taishi" en japonés.

Bodhidarma, comenzó a enseñar sus prácticas budistas a un grupo de novicios y viendo que se quedaban dormidos durante sus lecturas, les enseñó 12 movimientos y 24 ejercicios musculares llamados "Eki KinKyo". Estos movimientos sirvieron para que adquirieran un fuerte cuerpo y una sólida capacidad de concentración.

Los movimientos estaban basados en movimientos naturales de 12 animales que son: El Aguila, El Rocho, El Ganeo Feroz, La Grulla, El Mono, El Leopardo, El Dragón, El Fénix, El Oso, El Chi-Lin, El Tigre y la Serpiente.

A la muerte de Bodhidarma, sus discípulos se dispersaron y los movimientos se perdieron en el olvido.

Durante la dinastía Yuan (1260-1368), un joven llamado Yen se hizo monje y tomó el sobrenombre de Chueh Yuan y estudio los 12 movimientos de Bodhidarma y los convirtió en 72, los cuales se esparcieron por toda China.

Chueh Yuan conoció a Li Ch'eng y este le presentó a Pai Yu Feng (maestro de pugilismo chino), los cuales se reunieron en el monasterio de Shaolin y convirtieron los 12 movimientos que son el fundamento del Shaolin actual, y fueron englobados en 5 estilos de animales, que son: El Dragón, El Tigre, El Leopardo, La Grulla y La Serpiente.

De esta manera, aquellos 5 estilos originarios fueron pasando a través de generaciones a muchos hombres y como todo está en constante cambio (I Ching), se fueron transformando con características propias de cada lugar (pueblos) y las formas de ver los maestros; por lo que al llegar a nuestros días han surgido de 300 a 360 estilos aproximadamente.

en la actualidad el Kung-Fu, ha tomado 2 vertientes:

- 1.- En la República Popular de China, los estilos se han unificado, los cuales han tomado un cariz deportivo y de cultura física y
- 2.- En Hong Kong y Formosa (Taiwan), continúa siendo enseñado de manera tradicional.

El Kung-Fu, fué introducido en Guatemala por medio de:

1.- Comerciantes e inmigrantes Chinos que lógicamente tienen conocimiento de Kung-Fu, originario del antiguo monasterio Shaolin.

2.- El mas reciente, el denominado "Alto Kung-Fu." El maestro Chao Wing Tak, lo introdujo a los Estados Unidos de America, donde lo aprendió entre tantos Adam Smith; este fué instructor directo del Guatemalteco Luis Fernando Galindo Alvarez (Ta Kwang), que lo trajo a Guatemala y lo enseñó entre otros al alumno Alvaro Enrique Barillas Roche, estudiante de *ECTAFIDE* que realizó su E.P.S. en Kung-Fu. En la investigación se planteó la siguiente Hipótesis: *"LA PRACTICA SISTEMATICA DEL KUNG-FU, DISMINUYE LA AGRESIVIDAD DE LOS ADOLESCENTES"*, bajo la supervisión directa del SIFU Luis Fernando Galindo Alvarez y del Licenciado en psicología Deportiva Hugo Rene Ovalle Rodas. El presente informe de E.P.S. de la Carrera de Técnico Deportivo, contiene:

- Antecedentes sobre la creación de ECTAFIDE.
- Una síntesis descriptiva sobre las actividades realizadas en docencia, servicio e investigación.
- Un marco teórico que esta relacionado al Kung-Fu, en lo cual encontramos aspectos históricos, filosóficos y culturales que dan origen al Kung-Fu; así como la descripción del Kung-Fu en Guatemala, sus objetivos y organigrama.

- Descripción de la institución donde se realizó el E.P.S. organigrama y sus objetivos.
- Planteamiento, caracterización y delimitación del problema, que comprende las actividades realizadas en Docencia, Servicio e Investigación a los alumnos durante el proceso y que comprende un rango de 12 a 16 años de edad de sexo masculino.
- Objetivos Generales y específicos que se alcanzaron en docencia, servicio e investigación.
- Metodologías que se utilizaron para el E.P.S. en docencia, servicio e investigación.
- Actividades realizadas durante el E.P.S. en docencia, servicio e investigación.
- Técnicas e instrumentos utilizados para la investigación, que comprende: Test Raming, Test Inventario de Personalidad por Eysenck, Test Idare y de Motivos Deportivos de D. S. Butte.
- Análisis e interpretación de resultados, en Docencia, donde se impartieron clases de tipo magistral con contenido teórico y filosófico de la diferentes técnicas de Kung-Fu. En servicio, evaluaciones específicas a los 3 meses y al final del proceso (6 meses), de patadas, defensas, fintas, avances, derribos, apresamientos, y técnicas de codo, así como Condición Física específica, general y elasticidad. En investigación, se realizaron evaluaciones Psicológicas a

los alumnos al inicio del proceso, en la parte media (3 meses) y al final del mismo (6 meses) y comprendió un perfil de personalidad, un perfil psicológico deportivo con las siguientes pruebas psicológicas. Test de ansiedad Idare, Test de interacción personal-social y Test de motivos deportivos; de donde salió la información para la comprobación de la hipótesis planteada.

- Conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO III
ANTECEDENTES

III.

3. ANTECEDENTES

En diferentes países del mundo, se ha tomado conciencia sobre la importancia de los beneficios que proporciona la Actividad Física, Recreación y el Deporte, para el desarrollo y bienestar, tanto individual como social, de niños, adolescentes y adultos, por medio del conocimiento de sus posibilidades físicas y funcionales.

En Guatemala, el 12 de julio de 1,989 se crea la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte, por el Honorable Consejo Superior Universitario, según consta en el punto de acta No. 39-89, y su finalidad es pretender fomentar LA CULTURA, LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE, en todas sus manifestaciones; participar en la vida constitucional del país y formar personal científicamente calificado y especializado en los campos de la Educación Física, el Deporte y la Recreación, capaces de contribuir eficientemente en la realización de planes y programas comprometidos con las necesidades reales existentes en estas áreas del conocimiento, de acuerdo a las exigencias del desarrollo socio-económico y cultural Guatemalteco, fundamentando la enseñanza, la investigación y la práctica de

las disciplinas que coadyuven al entendimiento de la actividad física y el deporte como práctica social.

En cuanto a la carrera de Técnicos Deportivos Universitarios, se tiene conocimiento de su existencia en la Universidad privada "RAFAEL LANDIVAR", la cual desapareció por motivos económicos; y de la cual se sabe que un promedio de 8 estudiantes cerraron su pensum de estudios.

El Ejercicio Profesional Supervisado (E.P.S.), en la Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC), tiene como fundamento general, que la enseñanza, el servicio y la investigación, contribuyen al desarrollo socio-económico y cultural del Guatemalteco, como una retribución a los impuestos que recibe del pueblo.

3.1 MARCO TEORICO

Para el desarrollo del Ejercicio Profesional Supervisado en Kung-Fu, se considera necesario dar a conocer, aspectos históricos, filosóficos y culturales que dan origen al Kung-Fu y a la misma Cultura China, como:

- Terminología del Kung-Fu
- Principios Históricos
- La historia de Bodhidarma
- Filosofía
- El Taoismo
- El Tao Te King
- El I Ching
- El Yin y el Yang

A continuación el desarrollo de los temas descritos, así como la descripción del Kung-Fu en Guatemala, sus objetivos y su organigrama.

3.1.1 *TERMINOLOGIA DEL KUNG-FU*

Es de suma importancia tanto para los alumnos como para cualquier iniciado en la práctica del Kung-Fu, conocer la terminología del Kung-Fu, es decir, el significado que se le dá en el lejano oriente y el resto del mundo.

Así como el estilo japonés de combate se llama Karate Do el coreano Tae Kwon Do y al vietnamita Viet Vo Dao, en china para denominar el arte de combate se utilizan términos como Chuen Tow, Chuan Shu, Chuan Fa, etc. que se pueden traducir como boxeo o pugilismo y se entiende como mover las manos las piernas, las rodillas, las caderas, los dedos del pie, las plantas de los pies, manos y pies juntos; así como adoptar ciertas posturas.

En occidente, se denomina Kung-Fu, a cualquier estilo chino de combate, el cual significa simplemente "entrenamiento", "disciplina", "habilidad", "esplendor", "tiempo", etcétera, es decir, que este término se puede aplicar a cualquier actividad o cosa que se hace bien.

Además de este concepto erróneo de llamar así a todos los estilos chinos de combate, existe el problema de los dialectos chinos como el Mandarín, el cantonés, etcétera, donde cambian los nombres de los estilos y complican más la terminología del Kung-Fu.

Así Kung-Fu, según el dialecto que se tome será similar a:

"Chuan-Fa" en Mandarín.

"Gun-Fu" en cantonés.

"Kempfo" (kempo) en el idioma Japonés.

Y del famoso templo Shaolin del que proviene el Kung-Fu, equivaldría a:

"Si Lum" en cantonés.

"Shorinji" en Japonés.

En conclusión se puede decir que pueden existir tantas interpretaciones como pueblos y culturas existen.

3.1.2 MARCO HISTORICO

El hombre al carecer de garras, colmillos aguzados, denso pelaje o plumas y con una posición bípeda, al luchar contra animales o enemigos se encontraba en desventaja; lo cual implicó la necesidad de crear o aprender técnicas de defensa y ataque complementadas a una exigencia natural, por el dominio de la naturaleza circundante; es decir, que la creación de estas técnicas no fueron para competir, ni para hacer ejercicio, sino para subsistir, por lo que se vió obligado a imitar a los animales, pero posteriormente desarrolló sus propios métodos de defensa y ataque.

El origen del Kung Fu se remonta a muchos centenares de siglos atrás, de los cuales hay muchas referencias, pero nadie puede aclarar con exactitud; se cree que "En el año de 2852 A.C. vivió Fu-Hsi (según otras referencias es posible que viviera 4480-5365 A.C.)" (1). Quien formó los ocho trigramas del I Ching, e inició el estudio del estilo interno del Pa Kwa Chang.

La realidad es que no se puede establecer con exactitud dicho origen, pero lo que sí es cierto es que el Kung-Fu está vinculado a la práctica religiosa, filosófica e histórica del pueblo Chino y que nació con este.

(1) Ping Fui Wong, Kung Fu, Historia-Filosofía-Técnicas-Kata página 17.

3.1.3 *CRONOLOGIA*

"EPOCA ANTERIOR A J.C.

- ?? Noche de los Tiempos.
- 2852 Epoca Fu-Hai, primer legislador chino interventor de la escritura y adivinación. Es importante por haber iniciado el estudio de los 8 trigramas (Pa Kwa) del I Ching.
- ?? Epoca legendaria de Tres Augustos y Cinco Soberanos.
- 2698-2598 Epoca de Hoang-Ti segundo de los míticos "Tres Augustos". Se le atribuye la invención de los vehículos de ruedas y del calendario. Su esposa según la tradición fué la primera persona que hiló la seda. Crónicas antiguas cuentan que Hoang-Ti se sirvió del Kung Fu para instruir a su ejército y lo utilizó en una batalla en el año 2675.
- 2600 Aparición del Canon de la Medicina.
- 2250 El emperador Shun, escapa de un incendio lanzándose de una torre asido a dos grandes sombreros a modo de paracaídas.
- 1112 Epoca de la fundación de la dinastía Chou.
- 604 Nacimiento de Lao-Tse y con él, tiempo después, nacera el Taoísmo. Lao-Tse escribe el libro del camino o "Tao Te King".
- 551-479 Epoca de Kung-fu Tse o Confucio.

Confucio recopila los cinco clásicos:

- El Libro de los Documentos "Chu King"
- El Libro de las Poesías "Che King"
- El Libro del Memorial de los ritos "Li King"
- El Libro de los Anales "Chen Tsieü"
- El Libro de las mutaciones "I Ching" en el que se basa la escuela interna Nei Chia.

389-372

Epoca de Meng-Ko ó Mencio, filósofo que dió al pueblo el primer lugar, a los dioses el segundo y al emperador el tercero.

265-190

Gran tradición sobre un brillante doctor llamado Hua-T'ò, que inventó una serie de movimientos para aliviar la tensión emocional y para dar vitalidad al cuerpo. Se cree que fué uno de los mejores cirujanos de la historia china. Sus movimientos imitaban al venado, al tigre, al mono y a los pájaros.

221

Epoca de Chi-Hoang-Ti, que se proclama emperador universal. Destrucción de la literatura antigua. Epoca del Chiao Ti, deporte de combate muy adelantado. Existían competiciones incluso con árbitro. Epoca de la construcción de la Gran Muralla.

220

Epoca de un arte deportivo llamado "Sho-pu" (forma o arte del puño).

EPOCA POSTERIOR A J.C.

- 0 En el siglo del nacimiento de J.C., un joven luchador llamado Kwok Yee crea un estilo de Kung-Fu llamado "El arte de la Larga mano", en el que se enseña la lucha a distancia. En la actualidad el estilo de Choy Lee Fut Kung Fu utiliza técnicas parecidas de lucha a distancia, con puños y piernas.
- 506-556 Epoca de la dinastía Liang. Epoca en que vivió Bodhidarma (Ta Mo en chino), legendario monje hindú que se instaló en el templo de Shaolín. Hasta el momento en China, existían algunos estilos de pugilismo muy poco conocidos, pero a partir de Bodhidarma, se originaron las artes marciales chinas.
- 960-1279 Epoca del general Yuen Fei, que desarrolla ciertos movimientos de tensión. Existe la creencia de que en esta época (dinastía Sung) el emperador Cho K'ang Yin, primero de esta dinastía, fué reverenciado y admirado como el originador del Kung-Fu en el templo Shaolín.
- 1260-1368 Epoca de la Dinastía Yuan. Se promueve el boxeo de Shaolin por toda China a través de un monje llamado Chueh Yuan.
- 1127-1179 Epoca de la dinastía Sung. Sistematización del Pa Kwa Chang?

- 1400 El Kung-Fu empieza a penetrar a Okinawa debido a los intercambios comerciales y a la navegación. Otra causa muy importante es el ataque de los piratas de Okinawa a las costas chinas, los cuales se apropian de las técnicas chinas de combate.
- 1656 Se adopta la costumbre de afeitarse la cabeza, dejando la llamada "cola de cerdo" .
- 1796-1880 Epoca del misterioso y gran maestro Tung Hai Chuan creador en Pekin del estilo interno de pugilismo Pa Kwa Chang.
- 1839-1840 Los ingleses acuerdan mantener la importación del opio, pero los chinos se oponen. Inglaterra declara la guerra y obtiene Hong Kong.
- 1850 Epoca de la rebelión de los Taipings. Inglaterra declara la guerra y toma Cantón. El pueblo chino se defiende con armas blancas (sable, lanza, y cuchillo) y con las manos desnudas.
- 1900 Rebelión de los "Boxers" contra los "diablos extranjeros". Al irse incrementando la explotación desde 1870, se empiezan a formar sociedades secretas de artes marciales, muy influidas por los Taoistas, pero que nada pueden hacer contra las balas inglesas.
- 1900 A principio de este siglo, el Kung-fu se expandiona por toda Asia combinándose con estilos

autóctonos de cada país y se forman el Viet Vo Dao, Pentjak, Silat, Kun Tow, etc.

- 1909 Muerte de uno de los maestros más importantes de las artes marciales chinas y conocedor del estilo Mi Tsung I Pay: "Huo Yuan Chia".
- 1917 Mao Tse Tung escribe el "Estudio Sobre la Cultura Fisica" (ensayo de los beneficios del Kung-Fu).
- 1945 Final de la Segunda Guerra Mundial. Principio de Guerra Civil China entre Nacionalistas y Comunistas.
- 1949 Formación del Gobierno Central de la República Popular China.
- 1949-1977 El Kung-Fu ha tomado dos vertientes:
- 1.- En la República Popular China los estilos se han unificado. El Kung-Fu ha tomado un cariz deportivo y de cultura física. Los estilos Internos se utilizan como terapéutica de grupo aunque la imagen tradicional de hombres y mujeres practicando Tai Chi Chuan en las calles, por la mañana, todavía perdura.
 - 2.- En Hong-Kong (protectorado inglés) y Formosa (Taiwan-Nacionalista-), el Kung-Fu continúa siendo enseñado a la manera tradicional. En Hong Kong se encuentran todos los estilos."
- (2)

(2) *ibid* pag. 15
paginas 18-19-20.

3.1.4 *BODHIDARMA*

Como parte del aspecto histórico, tradicional y filosófico, es necesario que los alumnos conozcan el origen del Kung-Fu y la relación de éste con Bodhidarma.

"Según eruditos chinos y japoneses, ha establecido el hecho de que Bodhidarma vivió durante el periodo 520-555 d.de J.C.," (3)

Se cree que Bodhidarma, vigésimo patriarca hindú, fué responsable de la introducción de lo que tiempo después sería Kung-Fu.

Ta Mo (Bodhidarma en chino) llegó a Cantón, trabajó con el emperador Wu de Liang, quien lo despidió por lo áspero de su método de enseñanza del budismo, fué cuando se dirigió al monasterio de Shaolin de Soog Shan en la provincia Honan, instalándose en el templo de Chor Jo Um.

Empezó a enseñar sus prácticas budistas a un grupo de novicios y viendo cómo caían dormidos durante sus lecturas, les enseñó doce movimientos y veinticuatro ejercicios musculares llamados *Eki Kinkyō*, los cuales servían para que fortalecieran el cuerpo y tuvieran sólida capacidad de concentración.

Los doce movimientos estaban basados en doce animales que son: el águila, el rocho, el ganso feroz, la grulla, el dragón, el ave fénix, el oso, el chí-lin, el tigre, el leopardo, el mono y la serpiente.

(3) Parker Ed. *Secretos del Karate Chino*, pag. 24

Según otros autores estos ejercicios atribuidos a Bodhidarma, no pueden clasificarse como físicos ya que los pies permanecían de manera estacionaria y que destacaban los diferentes métodos de respiración.

3.1.5 FILOSOFIA

"La voz "filosofía" es una voz doble, compuesta por otras dos voces de origen griego (philein, amar, aspirar, y shopia, sabiduría)" o, más exactamente, "aspiración a la obtención de sabiduría." (4)

Sin embargo para definir concretamente lo que es filosofía hay que señalar su característica fundamental, la cual desde el momento mismo, que aparece, constituye una concepción del mundo más o menos completa; es decir, constituye un sistema de ideas generales sobre el mundo, la naturaleza, la sociedad y el hombre.

De esta razón describimos algunos conceptos que nos llevan a entender la Filosofía del Kung Fu:

" FILOSOFIA. Conjunto de concepciones sobre los principios y las causas del ser, de las cosas del universo y del hombre." (5)

" La Filosofía es la ciencia de las cosas Humanas y Divinas" (6)

" La Filosofía es el Saber de todo Saber, la Ciencia de todas las Ciencias, la Ciencia Universal." (7).

De los conceptos anteriores podemos deducir que con el nacimiento de la Cultura China, su concepción sobre el Universo, el Hombre y las Cosas Divinas que están basadas en el Taoísmo, Ch'an (Zen) y del I Ching, el cual está relacionado directamente al Kung Fu; que significa la vida del hombre de acuerdo con las leyes que rigen la Naturaleza Universal.

(4) (6) (7) ENCICLOPEDIA AUTODIDACTICA OCEANO, Ediciones Oceano-Exito, S.A., pagina 438.

(5) GUANAHANI CONTENAU, Diccionario Enciclopedico Exito 2.

"Hay algo natural y perfecto
Existente antes que el cielo y la tierra"
Inmóvil e insondable
Permanece solo y sin modificación
Está en todas partes y nunca se agota
Se le puede considerar la madre de todas las cosas
no conociendo su nombre lo llamo Tao
Obligado a darle un nombre lo llamaría Trascendente
Trascendente significa avanzar
Avanzar es llegar más allá
Llegar más allá quiere decir retornar
Por esto el Tao es supremo..."
Lao Tse (Tao Te King) (8)

La filosofía taoísta se le atribuye a Lao Tse, quien probablemente naciera en el año 604 A.C. en el sur de China en el estado Chow.

Según las Crónicas cuentan que viajó a la india en el año 517 A.C. desempeñaba el cargo de guarda-archivos del estado donde había nacido. También en el año 517 A.C. se entrevistó con Confucio y cuando la dinastía Chow decayó se marchó al sur y nunca se supo más de él.

(8) Ibid pag. 15

A Lao-Tse se le atribuyen un millar de libros, pero en la actualidad solo se conservó el Tao Te King, el cual ha llegado a nuestros tiempos muy deformado y mutilado por diversas causas a través del tiempo.

El libro consta de dos partes, la primera con treinta y siete capítulos sobre principios filosóficos; la segunda parte es referente a los problemas del hombre.

3.1.7 "EL TAO TE KING"

El "Tao" está formado por dos caracteres, un pie avanzado (Ch'Ō) y una cabeza (Shou). Que unidos forman la palabra "Tao", que se puede traducir como "Dios", "Razón", "Ser Absoluto", etc.

"Te" se puede traducir como "Virtud" ó "Poder"; y "King" como "Biblia", "Canon", "Tratado", "Libro", etc.

Lao Tse a la vez aprendió del I Ching, que el mundo está en constante cambio.

El Kung-Fu está unido con el ideograma del Tao, en japonés Do, que significa la vida del hombre de acuerdo con las leyes que rigen la naturaleza universal. La unión del Taoísmo y el Kung-Fu se les atribuye a los monjes taoístas, quienes en sus enseñanzas religiosas enseñaban ejercicios y formas de pelea. Y podríamos terminar con el poema de Lao Tse que marca la más clara relación con el Kung-Fu:

"El que sabe caminar, no lucha
El que sabe luchar bien, no se irrita
El que sabe vencer bien, no combate
El que sabe vencer fuerte, se mantiene abajo."

Lao Tse (9)

3.1.8 "I CHING"

I Ching: "Libro De Los Cambios o Mutaciones"

Kung-Fu: La Seguridad Interior (Sinceridad)



"Kung-Fu, mueve hasta los cerdos y
a los peces y conduce a la buena fortuna.
Será bueno cruzar el gran torrente.
Será conveniente mantenerse firme y correcto"

I CHING (10)

El estudio del I Ching, es muy importante para entender
los estilos internos como el Tai Chi Chuan y Pa Kwa Chuan.

Se cree que tiene unos 3,000 años y en el están basados
los principios del Kung-Fu.

(9) Ibid pag. 15

(10) Lauer Mirco I Ching pag. 291

Está compuesto de sesenta y dos figuras (exagramas) formados por seis líneas que pueden ser enteras ————— (YANG) o partidas — — — (YIN) que son El Principio Básico Del Pensamiento Chino y están relacionadas además con el Yoga, La Acupuntura, etc.

"El I Ching, es uno de los 5 libros clásicos que se denominan Confusianos." (11)

El origen del I Ching se remonta al reino que algunos consideran legendario de Fu-Hsi en el siglo 34 A.C. Para el I Ching todo nace de la lucha de dos fuerzas opuestas que se complementan, el YIN y el YANG.

3.1.9 "EL YIN Y EL YANG"

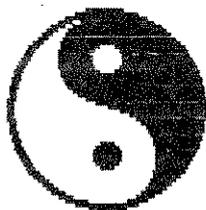
Al igual que el I Ching, el Kung-Fu está basado sobre el principio del Yin y el Yang y los podemos describir de dos formas:

YIN	YANG
Débil	Fuerte
Femenino	Masculino
Pasivo	Activo
Inconciente	Conciente
etc.	etc.

O sea que son términos diferentes que se necesitan o complementan y no puede existir uno sin el otro.

(11) Benz Rosalina, I Ching, La Llave del Destino pag. 15

REPRESENTACION DEL YIN Y EL YANG



6

————— Yang

—— ——— Yin

La relación del Kung-Fu con el Yin y el Yang, que es un arte chino de defensa y ataque debe ir acompañado de su teoría para que el practicante pueda hacer conciencia de su significado y que en determinado momento se de cuenta que la cualidad interna del Ying se puede comparar con el esquivo de un ataque y la cualidad externa con el contrataque que el atacado debe realizar al defenderse, y que llegue a la conclusión que la misma defensa es un ataque.

3.2 DESCRIPCION DE LA INSTITUCION DEL KUNG-FU EN GUATEMALA

La escuela de Alto Kung-Fu, tiene sus orígenes históricos en China, de donde el creador del estilo fué un monje del monasterio de Shaolin, de donde lo aprendió:

- Hung Hei Kun, este lo enseñó a
- Luk Ah Choi, este lo enseñó a
- Wong Ki Ying, este lo enseñó a
- Wong Fei Hung, este lo enseñó a
- Tang Fong, y este a
- Chao Wing Tak, quien lo trajo a Estados Unidos de América, en donde entre otros lo aprendió el Norte Americano Adam Smith, quien fué instructor directo del Guatemalteco Luis Fernando Galindo Alvarez (Ta Kwang), quien lo introdujo a Guatemala.

El monasterio Shaolin, pertenece a la escuela externa o Wai Chia, que puede ser "Comparada" a los estilos Japonés (Karate) y Coreano (Tae Kwon Do), en cuanto al aspecto de "duros", (utilización de la fuerza y la potencia).

Las posiciones de las piernas son parecidas a las de Karate. Las Técnicas de ataque también son parecidas, pero existe una gran diferencia en las defensas (bloqueos).

Las guardias tambien varian con respecto al Karate y al Tae Kwan Do.

Los practicantes son recios, duros, y desarrollan una musculatura fuerte, tambien endurecen sus armas naturales, al igual que el Karate; utilizando para los entrenamientos, Punch (saco lleno de aserrin), pesas, makivaras y para competencias y entrenamientos usan protectores de manos, pies, pectorales y cabeza.

Las practicas (entrenamientos o ensenanza-aprendizaje) se efectuan delante del maestro y la atenta mirada de los instructores.

Y como parte de vital importancia, se protege la salud integral del practicante, asi como la modelacion del caracter y su comportamiento, tanto durante el entrenamiento como en cada una de las actividades de su vida.

3.2.1 *OBJETIVOS DE LA ESCUELA DE ALTO KUNG-FU* ..

A: Generales Lograr:

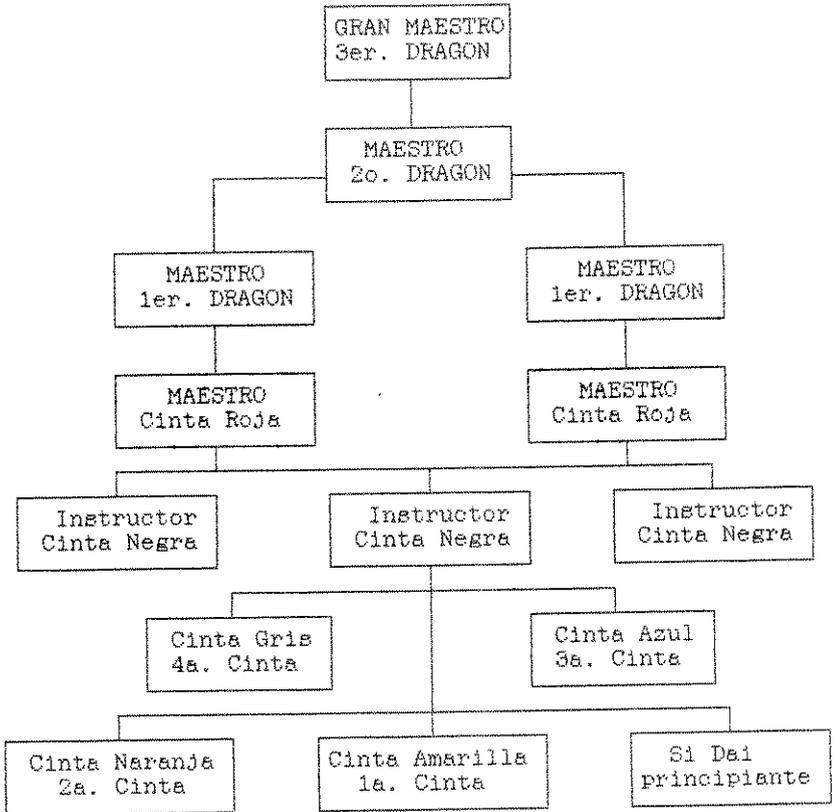
- La ensenanza-aprendizaje de las diferentes tecnicas del Kung-Fu a la sociedad Guatemalteca, sin discriminacion de raza y religion.
- La salud integral que proporciona a los practicantes, las diferentes tecnicas del Kung-Fu.
- El conocimiento de los principios filosoficos, historicos y culturales del pueblo chino.

B: Especificos. Lograr:

- El dominio y aplicación de las técnicas de Kung-Fu.
- Las bases sólidas para su defensa personal.
- La disciplina para cualquier actividad a realizar.
- La práctica del Kung-Fu como deporte.

3.2.2

ORGANIGRAMA DE LA INSTITUCION DEL KUNG-FU EN GUATEMALA



RELACION DIRECTA

3.2.3

*DESCRIPCION Y OBJETIVOS DE LA
INSTITUCION PARA LA PRACTICA DEL E.P.S.*



3.2.3.1 *DESCRIPCION DE LA INSTITUCION DONDE SE REALIZO
EL E.P.S.*

El E.P.S. - ECTAFIDE, Se realizó con alumnos de las escuelas de Educación Pública, Jornada Matutina, del área urbana, del municipio de Amatitlán, que comprenden:

- Escuela "Rafael Iriarte"
- Escuela "Mi Ilusión"
- Escuela "San Lorenzo"
- Escuela "Lupita"
- Instituto de Educación Básica Amatitlán "INBA".

3.2.3.2 OBJETIVOS DE LA INSTITUCION DONDE SE REALIZO
EL E.P.S.

Entre los objetivos de cada una de las escuelas a las que se les tomó en cuenta para la realización del E.P.S. tenemos:

- 1.- Administrativos: los cuales se pueden resumir en planificar, coordinar, dirigir y controlar las actividades educativas.
- 2.- Técnicos-Pedagógicos: capacitar a los maestros.
- 3.- Aspectos Cívicos, Culturales y deportivos: participar en actividades cívico-culturales y promover el desarrollo físico, psicomotriz y emocional del alumno a través de actividades deportivas y recreativas.
- 4.- Proyección Comunitaria: Buscar la cooperación con la familia e instituciones de servicio con la comunidad.
- 5.- Mejorar la calidad de educación y el desarrollo integral de la familia a través de una buena educación.

3.2.3.3

DESCRIPCION DE LA POBLACION ATENDIDA

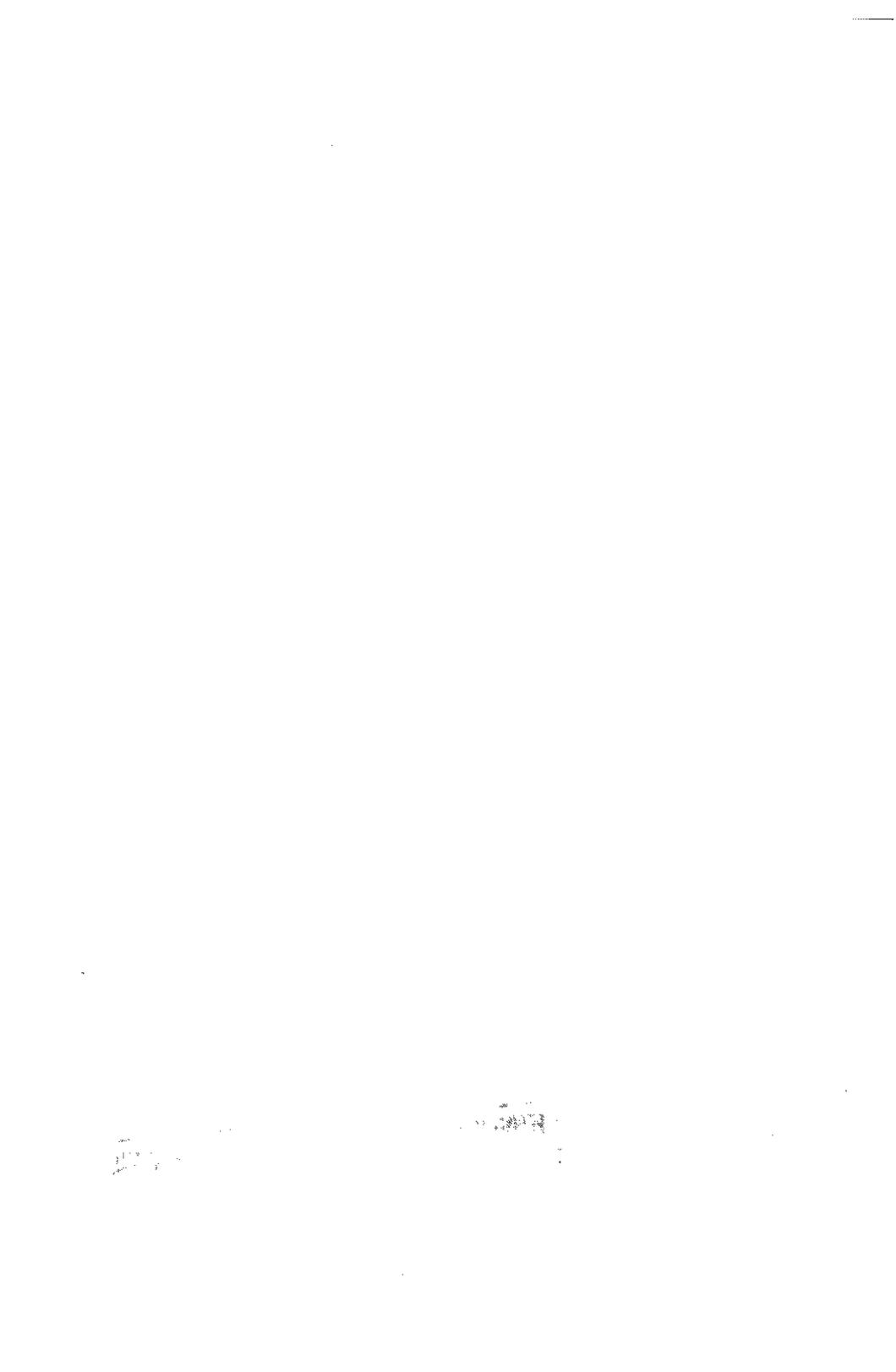
Con el fin de dar oportunidad a los alumnos de los diferentes establecimientos de educación pública de la jornada matutina de la ciudad de Amatitlán y por la naturaleza del estudio (Descriptivo, Exploratorio Experimental), se procedió a sacar un porcentaje de 3.5% de la población escolar de cada una de las escuelas, de alumnos que fueran de un rendimiento escolar alto, que estuvieran en un rango de edad de 12 a 16 años, de sexo masculino.

A continuación se describe la cantidad de alumnos de cada establecimiento así como su porcentaje relativo.

Escuela "Rafel Iriarte"	419	alumnos	46.8%	14 alumnos
Escuela "Mercedes Dardón"	95	alumnos	10.6%	3 alumnos
Escuela "Licda. de Pineda"	69	alumnos	7.8%	2 alumnos
Inst. Nac. Básico "INBA"	312	alumnos	37.8%	11 alumnos
Totales.....	895	alumnos	100%	30 alumnos

Obteniendose una muestra de 30 alumnos de un universo de 895 alumnos de cuatro establecimientos.

PROPIEDAD DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
Biblioteca Central



CAPITULO IV
PLANTEAMIENTO, CARACTERIZACION Y DELIMITACION
DEL PROBLEMA

4. PLANTEAMIENTO, CARACTERIZACION Y DELIMITACION DEL PROBLEMA

En el presente estudio se plantea como uno de los aspectos importantes, conocer la AGRESIVIDAD que manifiesta el adolescente, así como buscar su reducción por medio de la enseñanza-aprendizaje del Kung Fu apoyados en la metodología del entrenamiento deportivo y desarrollado por medio del Servicio la Docencia y la Investigación.

El problema principal se basa en función de la agresividad que manifiesta el adolescente dadas sus características psicosociales, considerando que la agresividad como comportamiento puede generar conflictos personales provocando en el adolescente estados de inadaptación en la interrelación social proyectados a nivel familiar, educativo y social, entendiendo por agresividad actos de confrontamiento que tienden a provocar alteraciones en la personalidad del sujeto, actitudes que aunque tienden hacia una destrucción tanto al interior como al exterior del adolescente, situación que es comprensible y aceptable dado el desarrollo social, biológico y psicológico característico de estas edades.

En tal sentido se considera que en esta edad las personas merecen un sistema de educación que satisfaga las necesidades morales y sociales del adolescente. En función de esto, la aplicación de la Metodología del Entrenamiento Deportivo por medio del Kung Fu, contribuirá a generar un

sistema de conocimiento y experiencias que ayudan al adolescente a conocer en mejor forma el medio social en el que viven así como a desarrollar criterios de valor moral mas adecuados a sus aspiraciones, lo que permitirá que ellos manejen y/o reduzcan sus niveles de agresividad para que estos se conviertan en actitudes positivas en el orden social y personal.

4.1 JUSTIFICACION

En Guatemala, como en todos los países del mundo, la violencia alcanza grados muy elevados, los cuales tienen como característica fundamental el periodo en que el sujeto alcanza la etapa de la adolescencia. En este periodo el adolescente manifiesta diferentes tipos de Agresividad (de lugar, de alteración de voz, de sexo, etc.), los cuales repercuten a nivel familiar, educativo y social.

El desarrollo del presente programa de E.P.S. en Kung Fu persiguió por medio de la Enseñaza-aprendizaje del Kung Fu en que medida se puede reducir la agresividad; y/o su manejo en participaciones a nivel competitivo y en su defensa personal.

Para lo cual nos apoyamos en la metodología del entrenamiento Deportivo y de una investigación de tipo descriptivo, exploratorio y experimental.

CAPITULO V
OBJETIVOS DEL E.P.S.



5. OBJETIVOS

5.1 **GENERALES:** Que el principiante tenga como fundamento, que el Kung Fu, le proporciona además de los conocimientos básicos de defensa personal, el incremento positivo en sus aspectos psicomotrices y psicobiológicos, también le permite participar a nivel competitivo en diferentes torneos propios del Kung Fu, así como su desarrollo integral, para la práctica de otros deportes.

5.2 **ESPECIFICOS:** Lograr que dentro de la práctica del E.P.S., haya un proceso de enseñanza-aprendizaje a fin que los alumnos conozcan la filosofía del Kung Fu.

5.2.1 Docentes: Que el alumno sea capaz de;

- Conceptualizar el Kung Fu, como Arte Marcial por medio de conferencias y exhibiciones, dadas por maestros expertos.
- Conocer la filosofía del Kung Fu, por medio de clases teóricas.
- Conocer los fundamentos Generales de la Biomécanica del Kung Fu.
- Reconocer las características propias del Kung Fu con relación a otras artes marciales.
- Aplicar las técnicas fundamentales del Kung Fu.

5.2.2 De Servicio: Que el alumno sea capaz de:

- Concientizar el conocimiento teórico y práctico del Kung Fu como un estilo de vida.
- Reconocer que la práctica del Kung Fu, contribuye al logro de la salud física y mental.

5.2.3 De Investigación:

- Establecer conforme el análisis de test psicológicos, en que grado o porcentaje (%), disminuye la agresividad en el adolescente que se dedica a la práctica sistemática del Kung Fu.

CAPITULO VI
METODOLOGIA

METODOLOGIA DE E.P.S. -ECTAFIDE EN:

SERVICIO

DOCENCIA

INVESTIGACION

Las metodologías que se utilizaron para el E.P.S., fueron: En servicio, fué a través del método inductivo (de lo simple a lo complejo), para la enseñanza-aprendizaje de las diferentes técnicas del Kung Fu. En la docencia, la cual fue de la mano con la práctica, también se utilizó el método inductivo, así como tareas de observación y discusión sobre temas relacionados al Kung Fu. Y la investigación fué de tipo descriptivo, exploratorio y experimental; la recolección de datos se realizó durante los 6 meses que correspondieron a la práctica del E.P.S., en el cual se realizaron:

- Evaluaciones médicas al inicio de las actividades, al igual que evaluaciones psicológicas.
- Evaluaciones psicológicas y prácticas a los 3 meses y
- Evaluaciones psicológicas y prácticas al final del curso (6 meses).

6.2 METODOLOGIA DEL E.P.S.-ECTAFIDE EN EL SERVICIO

Las actividades de servicio se desarrollaron al mismo tiempo que las docentes, para lo cual se procedió a programar el desarrollo del E.P.S., por medio de una metodología del entrenamiento deportivo que cuenta entre sus principios:

- "... El principio de Versatilidad
- El principio de conciencia
 - El principio de sistematización
 - El principio de durabilidad
 - El principio de graduación ..." (12)

La enseñanza-aprendizaje de las siguientes técnicas:

- Saludo
- Defensas básicas
- Patadas
- Formas de derribar (derribos)
- Formas de entradas de pelea (fintas)
- Técnica de codo
- Avances
- Introducción a la danza
- Pelea a Puntos (competitiva)
- Pelea Libre.

Estos principios coinciden con El Método Inductivo, el cual tiene como principio partir de lo simple hacia lo complejo.

Esto permitió además del aprendizaje de las técnicas del Kung Fu programadas, el desarrollo de los aspectos biológicos, psicológicos, psicomotrices y sociales de los alumnos. Estas actividades se evaluaron a los 3 meses de práctica y al final del curso, (6 meses), por el Maestro Supervisor Luis Fernando Galindo Alvarez.

(12) Ortiz Astua, Luis Enrique
Entrenamiento Deportivo
pág. 16

LIBRO DE ACTAS DE LA COMISIÓN DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA
CIC-1980-1981

6.3 METODOLOGIA DEL E.P.S.-ECTAFIDE EN DOCENCIA

La docencia que corresponde al E.P.S.-ECTAFIDE, estuvo dirigida a 23 alumnos adolescentes, comprendidos entre las edades de 12 a 16 años, de los niveles de educación primaria y secundaria, jornada matutina del municipio de Amatitlán.

La metodología de abordamiento del programa se desarrolló en una forma magistral en lo que corresponde al aprendizaje de las técnicas de Kung Fu, utilizando para ello el método inductivo que va de lo simple a lo complejo.

Por lo difícil que es el aprendizaje del Kung Fu, se partió de lo más elemental como fueron las patadas y defensas hasta llegar a los avances, para lo cual describimos el ejemplo del procedimiento de la enseñanza-aprendizaje de la patada No. 2

- 1.- Correcta Demostración (efectuada por el maestro).
- 2.- Posición inicial, piernas juntas, con manos a la altura de la cresta iliaca.
- 3.- Posición No. 2; desplazamiento de pierna derecha hacia atrás quedando la pierna que esta adelante flexionada y la de atrás estirada y abierta a la altura de los hombros unos 30 cms. abajo.
- 4.- Traslación de la pierna que está atrás, hacia adelante, elevando lo más posible la rodilla en forma flexionada.

- 5.- Estirar la pierna con fuerza, empujando hacia adelante la bola del pie (palma del pie).
- 6.- Regreso de la pierna que pateo, con la rodilla hacia arriba a posición No. 2
- 7.- Regreso a posición inicial.
- 8.- Repeticiones con la misma pierna.
- 9.- El mismo proceso con la otra pierna.
10. Realización de movimiento completo.
11. Repeticiones y corrección técnica para desarrollo de velocidad.

6.4 METODOLOGIA DEL E.P.S.-ECTAFIDE EN LA INVESTIGACION

6.4.1 TIPO DE ESTUDIO

Descriptivo, exploratorio experimental.

DESCRIPTIVO: Es la base y punto inicial de los tipos de estudio (analíticos, experimentales, etc.) que están dirigidos a determinar como es y como está la situación de las variables a estudiar en una población.

Dentro los estudios descriptivos se mencionan los estudios **EXPLORATORIOS**, que son los que le sirven al investigador para familiarizarse de como está determinada situación del área del problema a investigar.

EXPERIMENTALES: Son los que se utilizan para hacer estudios clínicos o biomédicos, se caracterizan por la introducción o manipulación del factor casual o de riesgo, para la determinación posterior del efecto.

JUSTIFICACION: La aplicación de un estudio de tipo Descriptivo, Exploratorio, Experimental, de un aspecto psicológico como lo es la "Agresividad", en la enseñanza-aprendizaje del Kung Fu, porque se consideró fundamental para la práctica de esta arte marcial, pues se relaciona con una población adolescente que de acuerdo al proceso de evolución

psicológica y social la agresividad se empieza a manifestar como una conducta que conlleva en si el adolescente, al experimentar su interacción social, y esta es de importancia orientarla hacia la toma de conciencia social del adolescente por medio del deporte, y contribuir a formar en el alumno una personalidad socialmente útil.

6.4.2 UNIVERSO Y MUESTRA

Después de hacer una muestra para explorar en la ciudad de Amatlán los establecimientos de Educación Pública Urbana de la jornada matutina que incluye primaria y secundaria, se estableció una población de 895 varones comprendidos entre las edades de 12 a 16 años, distribuidos de la siguiente forma:

PRIMARIA

Escuela de Varones "Rafael Iriarte"	419 alumnos
Escuela Mixta "Mercedes Dardón"	95 alumnos
Escuela Mixta "Linda. Aracely Judith Samayoa de Pineda"	69 alumnos

SECUNDARIA

Instituto Nacional de Educación Básica	312 alumnos
TOTAL	895 alumnos

Por la naturaleza del estudio (descriptivo, exploratorio y experimental) se tomaron 30 alumnos que corresponde al 3.5% de cada uno de los establecimientos, para que hubiera por lo menos 2 alumnos de cada uno, quedando de la siguiente manera:

Esc. "Rafael Iriarte"	419	46.8%	14 alumnos
Esc. "Mercedes Dardón"	95	10.6%	3 alumnos
Esc. "Licda. de Pineda"	69	7.8%	2 alumnos
Inst. Nac. Básico	312	37.8%	11 alumnos
TOTALES.....	895.....	100%.....	30 alumnos

Obteniendo una muestra de 30 alumnos de un universo de 895 alumnos.

6.4.3 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCION DE DATOS

Test Inventario de Personalidad por Eysenck

Test RAMDIG por Diego González S.

Test IDARE

Test Motivos Deportivos de D.S. Butts.

6.4.4 PROCEDIMIENTOS PARA LA RECOLECCION DE DATOS

La recolección de datos se llevó a cabo al inicio del curso. Transcurridos tres meses de la enseñanza-aprendizaje de las diferentes técnicas de Kung-Fu y al final (a los 6 meses) del curso, por medio de los test mencionados.

6.4.5 PLAN DE TABULACION Y ANALISIS

La tabulación y análisis de los datos recolectados se hizo a mano de forma escrita.

6.4.6 *ESTUDIO EXPLORATORIO EXPERIMENTAL DE LA AGRESIVIDAD EN
EL KUNG FU EN ADOLESCENTES DE 12 A 16 AÑOS DE EDAD EN EL
MUNICIPIO DE AMATITLAN, GUATEMALA 1994*

HIPOTESIS

"La práctica sistemática del Kung- Fu disminuye la agresividad de los adolescentes"

6.4.7 *VARIABLES:*

Independientes: Práctica sistemática del Kung-Fu

Dependientes: Agresividad

6.4.7.1 *DEFINICION CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES:*

- a. Práctica del Kung-Fu: desarrollo sistemático en el tiempo del arte marcial.
- b. Agresividad: es un componente afectivo humano; es un atentado a la integridad física o intelectual de las personas por agentes nocivos, que se manifiestan más o menos veladamente; la agresividad puede tener el valor de diálogo y a veces puede ser constructiva.

6.4.7.2

VARIABLE AGRESIVIDAD

Dimensiones de la variable agresividad para el Estudio:

- 1.- Personalidad
- 2.- Ansiedad
- 3.- Interacción Psicosocial
- 4.- Sociometria
- 5.- Motivos Deportivos

6.4.7.3 OPERACIONALIZACION DE LAS DIMENSIONES DE LAS
VARIABLES Y SUS INDICADORES

VARIABLE	OPERACIONALIZACION	INDICADOR	FUENTE
1. Personalidad	1.1 Temperamento	Es o no melancólico, colérico, sanguíneo, flemático.	Inventario de personalidad.
	1.2 Neurotiemo	Mayor o menor control social	Inventario de personalidad.
	1.3 Estabilidad Psíquica	Identificación de introversión extroversión	Inventario de personalidad.
	1.4 Reacciones Neuropsíquicas	Presencia de reacciones lentas o rápidas	Inventario de personalidad.

2. Interacción Social	2.1 Interacción Personal	Presencia o no de motivación o de necesidad de tipo personal	RAMDIG
	2.2 Interacción Social	Presencia o no de motivación o de necesidad de tipo social	RAMDIG
3. Sociometria	3.1 Relaciones afectivas en función al deporte	Existe o no liderazgo afectivo	Test Sociométrico
	3.2 Relaciones cognocitivas en función al deporte	Existe o no liderazgo cognocitivo	Test Sociométrico
4. Ansiedad	4.1 Ansiedad general como razgo de personalidad	Ansiedad baja, media o alta	IDARE
	4.2 Ansiedad especifica como estado de personalidad	Ansiedad baja, media o alta	IDARE
5. Motivos Deportivos	5.1 Motivación hacia la práctica del deporte	Existe o no: - conflicto - rivalidad - suficiencia - cooperación - agresividad	Motivos Deportivos

Dimensiones de la Variable Práctica del Kung-Fu

- 1.- Flexibilidad
- 2.- Velocidad
- 3.- Coordinación
- 4.- Relajamiento
- 5.- Equilibrio

6.4.7.4 VARIABLE OPERACIONALIZACION INDICADOR TIPO DE EJERCICIO

1. Flexibilidad	Facultad de desplazar los segmentos óseos que forman parte de las articulaciones	Cambio en el desplazamiento del segmento	Elongación o estiramiento de los tendones en forma individual o por pareja
2. Velocidad	Facultad de reaccionar a los estímulos externos, facultad de contracción muscular y facultad de traslación sobre sus pies, agua o implementos	Ejecución o reacción rápida de movimientos físicos	Todos los ejercicios de reacción, desde parado y en movimiento delante estímulos acústicos/ópticos
3. Coordinación	Facultad que utiliza las propiedades del sistema nervioso y muscular para que no haya	Dominio de lateralidad o perfiles izquierdo y derecho	Ejercicios de tipo cíclicos y acíclicos. repetición de movi-

	interferencia a los otros sistemas		mientos en ambos perfiles
4. Relajación	Característica para lograr el menor estado de tensión muscular	Recuperación de tono muscular y respiración o del sistema cardiorrespiratorio	Ejercicios respiratorios tipo Hatha Yoga en movimiento y en reposo
5. Equilibrio	Facultad de adoptar una posición en oposición a la fuerza de gravedad	Corrección motora en la correcta ejecución del movimiento	Ejercicios o posiciones para bajar el punto de equilibrio de cada segmento.



CAPITULO VII
ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE EL E.P.S.



7.1

ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE EL SERVICIO

Las actividades de Servicio, se realizaron al mismo tiempo que las docentes, conforme al programa y calendario de actividades.

Se impartieron conferencias y exhibiciones a los alumnos, por maestros expertos, sobre Filosofía y aplicación de Técnicas de Kung Fu. También se exhibieron películas y se discutió sobre las técnicas que estaban aprendiendo; de igual manera se impartieron pláticas de nutrición y sus beneficios para la salud, sobre los principios científicos del entrenamiento deportivo, que comprende los enumerados anteriormente en la metodología. Y explicación teórica de la biomecánica de determinadas técnicas, como ejemplo la patada No. 2 que comprende:

- La elevación de la rodilla a un ángulo de 45 grados, contando con un punto de apoyo y equilibrio, y al momento de patear o golpear existe una acción y una reacción.

7.2 *ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE LA DOCENCIA*

7.2.1 INTRODUCCION:

Las actividades que corresponden a la docencia, se realizaron al mismo tiempo que las actividades prácticas, es decir en el mismo proceso de enseñanza-aprendizaje y las cuales se pueden describir de la siguiente manera:

- Clases magistrales que contenían los aspectos teóricos y filosóficos de las diferentes técnicas de Kung Fu.
- Charlas por maestros expertos sobre la filosofía y aplicación de técnicas de Kung Fu
- Observación de determinada película de Kung Fu, para su discusión y comparación con lo aprendido.

Para lo cual se elaboró un programa, un calendario y un contenido de actividades.

7.2.2 JUSTIFICACION

Las actividades de docencia del E.P.S.-ECTAFIDE, se realizaron siguiendo el postulado "Enseñar es Aprender", la enseñanza-aprendizaje comprendió las diferentes técnicas, prácticas y principios filosóficos del Kung Fu, hasta el grado de Cinta Naranja, utilizando para su desarrollo metodologías del entrenamiento deportivo que se han recibido en el transcurso de la carrera de Técnico Deportivo en ECTAFIDE.

El desarrollo del programa de E.P.S.-ECTAFIDE, en Kung Fu tuvo entre sus fines que el practicante, además de contar con bases sólidas para su defensa personal, también tenga en cuenta que se puede practicar como un deporte individual y como desarrollo integral para la práctica de otros deportes.

7.2.3 OBJETIVOS

7.2.3.1 GENERALES:

- Aplicar el proceso de enseñanza-aprendizaje en el curso de Kung Fu, con una metodología de abordamiento que abarque las diferentes técnicas y métodos en el mismo proceso didáctico pedagógico.

7.2.3.2 ESPECIFICOS:

- Que al final del curso el alumno de Kung Fu, sea capaz de conocer y aplicar las diferentes técnicas de Kung Fu que le fueron enseñadas.
- Contribuir a la formación de conciencia del abordamiento científico del entrenamiento deportivo.

7.2.4 CONTENIDO:

El desarrollo del programa de docencia del E.P.S.- ECTAFIDE, comprendió la enseñanza-aprendizaje de las siguientes técnicas de Kung-Fu:

CONTENIDO DEL PROGRAMA

- 1.- Saludo
- 2.- 10 Defensas básicas
- 3.- 10 Patadae
- 4.- 8 Formas de derribar (derribos)
- 5.- 8 Formas de quitar apresamientos
- 6.- 8 Formas de entradas de pelea
- 7.- 2 Técnicas de codos
- 8.- 14 Avances
- 9.- Introducción a la danza
10. Pelea a puntos (competitiva)
11. Pelea Libre

1.- **SALUDO:** Al iniciar las clases se hace un saludo por el respeto al iniciador de este estilo, incluyendo a todos los que han estudiado antes que él, con él y que estudian bajo él, respeto al público, respeto por igual tanto a los que estudian como los hombres de las artes marciales por igual.

2.- **DEFENSAS:** Posición fija de 2 líneas que proporciona un punto de apoyo y equilibrio y la utilización de las extremidades superiores, para la obstrucción de un ataque a cualquier parte del cuerpo, con una reacción de estocada.

- 3.- PATADAS: Utilización de las extremidades inferiores, desde una posición fija que van desde patadas de frente, laterales, circulares, y aéreas.
- 4.- DERRIBOS: Forma de esquivar un ataque a cualquier parte del cuerpo, utilizando la fuerza o impulsos del atacante y derribarlo o bien inmovilizarlo con un contraataque.
- 5.- APRESAMIENTOS: Formas sencillas de defensa personal, cuando es atacado de cuerpo a cuerpo.
- 6.- ENTRADAS DE PELEA: Fintas o formas de engaño para hacer mas efectiva una forma de ataque o contraataque.
- 7.- TECNICAS DE CODOS: Utilización de los codos como ataque o contraataque en un espacio limitado.
- 8.- AVANCES: Introducción al movimiento, donde se ponen de manifiesto las defensas y patadas aprendidas en una posición fija, donde se trabaja de forma especifica el equilibrio, y la habilidad de defensa y ataque.
- 9.- INTRODUCCION A LA DANZA: Movimientos más fluidos que ponen en práctica la utilización de defensas y contraataques contra dos o más enemigos.
10. PELEA A PUNTOS: Pelea competitiva donde se protege al deportista parando el combate cuando a juicio de los jueces hay un golpe. Se da por ganador a quien obtenga 3 puntos en un tiempo de 2 minutos.
11. PELEA LIBRE: Pelea corrida donde gana el que conforme el juicio de los jueces golpea o hace más puntos efectivos en un tiempo de 2 minutos.

Para la efectiva realización del E.P.S.-ECTAFIDE en docencia, ésta contó con la supervisión de los coordinadores del E.P.S.-ECTAFIDE; el maestro supervisor en Kung Fu, el maestro instructor e invitados especiales.

Las clases tuvieron una duración de una hora, la cual se dividió en la siguiente forma:

- Una fase de calentamiento, cuya función es poner a tono el cuerpo para una carga más fuerte, partiendo de movimientos suaves.
- Una fase de desarrollo sistemático de los factores de rendimiento, cuyas características son resistencia, fuerza, velocidad y coordinación, aumentados en una forma gradual, la cual es trabajada con trotes, multisaltos, lateralidad, coordinación, equilibrio, endurecimiento de brazos, antebrazos, manos, nudillos, (despechadas), plexo solar (abdominales) y miembros inferiores (sentadillas).
- Una fase de relajamiento, con una duración de 1 a 3 minutos.
- Una fase de flexibilidad o elongación (trabajo de estiramiento, se realiza individual o en parejas).
- Una fase de enseñanza de técnicas de Kung Fu.

7.2.6 CALENDARIZACION

Las clases se impartieron los días martes, jueves y viernes desde las 15:00 horas a la 16:00 horas. A continuación se detalla el mes, las fechas que comprenden las semanas y los puntos que se desarrollaron durante cada semana:

ABRIL:

- Semana del 25 al 30: búsqueda del recurso humano.

MAYO:

- Semana del 2 al 7: exhibición, exámenes médicos y psicológicos.
- Semana del 9 al 14: 8 patadas
- Semana del 16 al 21: 8 defensas
- Semana del 23 al 28: 4 entradas de pelea
- Semana del 30 de mayo al 4 de junio: repaso de técnicas aprendidas.

JUNIO:

- Semana del 6 al 11: 4 derribos.
- Semana del 13 al 18: 4 apresamientos.
- Semana del 20 al 25: Técnica de codos No. 1
- Semana del 27 al 29: Repaso general.

JULIO:

- Semana del 4 al 9: 8 avances.
- Semana del 11 al 16: repaso de avances.
- Semana del 18 al 23: repaso general.
- Semana del 25 al 30: Exámen práctico y Psicológico.

AGOSTO:

- Semana del 1 al 6: 2 nuevas patadas.
- Semana del 8 al 12: 2 nuevas defensas.
- Semana del 17 al 20: 2 nuevas entradas de pelea.
- Semana del 22 al 27: técnica de codos No. 2 y exhibición.
- Semana del 29 al 31: repaso general.

SEPTIEMBRE:

- Semana del 1 al 3: 2 nuevos avances.
- Semana del 5 al 10: 4 nuevos avances.
- Semana del 12 al 17: introducción a la danza.
- Semana del 26 al 30: repaso general y conferencia por maestro invitado.

OCTUBRE:

- Semana del 3 al 8: repaso general.
- Semana del 10 al 15: repaso general.
- Semana del 17 al 22: repaso general y proyección de películas.
- Examen final práctico y Psicológico.

7.2.6.1

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

- Martes: Preparación física general
Preparación física específica
Enseñanza de técnicas básicas
- Miércoles: Películas, exhibiciones, conferencias.
- Jueves: Idem día martes.
- Viernes: Preparación física específica
Repaso de técnicas
Pelea de estudio

7.2.6.2

CONTENIDO DE ACTIVIDADES

- CALENTAMIENTO: (3 a 5 min.): trotes suaves, trabajo muscular general para todo el cuerpo.
- DESARROLLO SISTEMÁTICO DE LOS FACTORES DE RENDIMIENTO (10 a 20 min.): trabajo con predominio del desarrollo de las cualidades motrices, resistencia, fuerza, velocidad, y coordinación de movimientos.
- RELAJAMIENTO (1 a 3 min.): respiraciones profundas ya sea a trote, parado, sentado ó acostado.
- FLEXIBILIDAD O ELONGACION (5 min.): trabajo individual o en parejas el cual consiste en realizar estiramiento de los músculos y tendones de los miembros superiores e inferiores.
- TÉCNICAS (25 min.) Enseñanza-Aprendizaje de las diferentes técnicas ya enumeradas anteriormente.

7.3 ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE LA INVESTIGACION

7.3.1 INTRODUCCION:

La investigación del E.P.S.-ECTAFIDE en Kung Fu, se dirigió al aspecto de la influencia que podía tener el Kung Fu sobre la agresividad del practicante, hasta el grado de Cinta Naranja, lo cual se evaluó en el aspecto Psicológico, por medio de la aplicación de los test al inicio del proceso, a la mitad (3 meses) y al final (6).

La recolección, la tabulación y análisis de los datos se hicieron al final de cada una de las aplicaciones, de forma escrita y a mano.

7.3.2 JUSTIFICACION:

Con el fin de aprobar el E.P.S.-ECTAFIDE en Kung Fu, se desarrolló la presente investigación sobre la influencia que tiene el Kung Fu, sobre la agresividad del adolescente.

7.3.3 OBJETIVOS:

Establecer por medio de la actividad práctica del Kung Fu, que tipo de agresividad se desarrolló en el principiante al final de curso.

7.3.4 *DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS PARA LA
INVESTIGACION*

La recolección de datos se realizó durante la aplicación de Test los días que estaban programados de la siguiente forma:

- El día de la aplicación, se citó a los alumnos una hora antes de la práctica, trayendo un lápiz.
- Se procedió a la lectura de las instrucciones de cada uno de los test.
- Se les dió a cada uno un Test para contestarlo de forma individual.
- Después de contestarlo se procedió a recogerlos, para su tabulación y análisis.
- Después de la aplicación de los test, se procedió a la enseñanza-aprendizaje de las técnicas de Kung Fu
- Al final del proceso se analizó las diferencias entre las tres ocasiones que se aplicaron test: al principio, a la mitad del proceso y al final.
- Se describieron los resultados y se hicieron recomendaciones.

7.3.5

ADMINISTRACION DEL PROYECTO

7.3.5.1 INTRODUCCION:

La administración del proyecto, se procedió a elaborar conforme los cursos teóricos de Administración, en lo cual encontramos los recursos utilizados para su realización, presupuesto de gastos efectuados y la elaboración de la ruta crítica del E.P.S.-ECTAFIDE en Kung Fu.

7.3.5.2 RECURSOS HUMANOS:

- Coordinador de E.P.S.-ECTAFIDE
- Maestro supervisor de Kung Fu
- Maestro ejecutador del proyecto (investigador principal)
- Maestros de Kung Fu (invitados especiales)
- Supervisor de E.P.S.-ECTAFIDE
- Asesor específico de Psicología Deportiva
- Médico colaborador
- Asesor del E.P.S.-ECTAFIDE
- Alumnos practicantes del Kung Fu

7.3.5.3 RECURSOS MATERIALES:

- Local donde se desarrollaron cada una de las actividades
- Balanza
- Cinta Métrica
- Televisor
- Videocasetera
- Cuerdas

- Makivara
- Sacos de arena o aserrin (punch)
- Espejos
- Otros.

7.3.5.4

PRESUPUESTO

GASTOS FIJOS:

Impresión de Informe Final.....	Q. 1,140.00
(aprox. 110 hojas a un costo de Q.10.00 c/hoja + encuadernación y empastado Q. 40.00)	
Fotocopias.....	Q. 100.00
Videocartuchos.....	Q. 75.00
(3 unidades aprox. a Q.25.00 c/u)	
Exámenes Médicos.....	Q. 200.00
(un examen físico por alumno a Q. 5.00 c/u)	

GASTOS VARIOS:

Papelería y útiles.....	Q. <u>350.00</u>
-------------------------	------------------

TOTAL.....	Q. 1,865.00
-------------------	--------------------

7.3.6 *ROTA CRITICA DEL PROYECTO DE INVESTIGACION
EPS-ECTAFIDE*

Para la realización y comprobación del proyecto de EPS-ECTAFIDE en Alto Kung Fu, que comprende ejercicio práctico, docencia e investigación, se procedió a elaborar conforme los cursos teóricos de Administración, una ruta crítica (camino más largo a través de la red en términos de tiempo) conforme a la técnica CPM, que comprende:

1. La descripción de las actividades, con un tiempo aproximado.
2. Una tabla de secuencias, que comprende las actividades a realizar antes, durante y después.
3. Una matriz de secuencias, que tiene la misma función que la anterior.
4. La determinación de la ruta crítica por días de trabajo.
5. Determinación de la ruta crítica en la red (descripción gráfica del tiempo y actividades que se realizaron).

7.3.6.1 *DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS*

A. Diseño del plan de investigación y programa de docencia y práctica.....	30 días
B. Captación de recurso humano.....	15 días
C. Prueba piloto.....	7 días
D. Presentación de planes y programas.....	7 días
E. Autorización del programa.....	7 días
F. Pruebas Preliminares.....	7 días
G. Enseñanza-aprendizaje de Kung Fu.....	57 días
H. Pruebas Intermedias.....	7 días
I. Pruebas finales.....	7 días
J. Recolección de datos.....	21 días
K. Análisis de datos.....	7 días
L. Informe Final.....	7 días

7.3.6.2

TABLA DE SECUENCIA

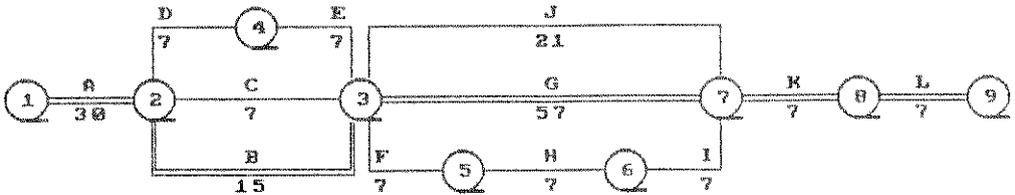
ANTES	DURANTE	DESPUES
---	A	BCD
A	B	FGJ
A	C	FGJ
A	D	E
D	E	FGJ
BCE	F	H
BCE	G	K
F	H	I
H	I	K
BCE	J	K
JGI	K	L
K	L	---

7.3.6.3

MATRIZ DE SECUENCIAS

DESPUES ANTES	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
A	-	X	X	X								
B						X	X			X		
C						X	X			X		
D					X							
E						X	X			X		
F								X				
G											X	
H									X			
I											X	
J											X	
K												X
L												-

DETERMINACION DE LA RUTA CRITICA EN LA RED



==== RUTA CRITICA

7.3.6.5

DETERMINACION DE LA RUTA CRITICA

1. A D E J K L	=	30+7+7+21+7+7	=	79 dias
2. A D E G K L	=	30+7+7+57+7+7	=	115 dias
3. A D E I H J K L	=	30+7+7+7+7+7+7	=	79 dias
4. A C G K L	=	30+7+57+7+7	=	108 dias
5. A C J K L	=	30+7+21+7+7	=	72 dias
6. A C F H I K L	=	30+7+7+7+7+7+7	=	72 dias
7. A B J K L	=	30+15+21+7+7	=	80 dias
8. A B G K L	=	30+15+57+7+7	=	116 dias
9. A B F H I K L	=	30+15+7+7+7+7+7	=	80 dias

RUTA CRITICA: A B G K L = 116 dias

CAPITULO VIII
TECNICAS E INSTRUMENTOS UTILIZADOS



B. *TECNICAS E INSTRUMENTOS UTILIZADOS
PARA LA INVESTIGACION*

B.1 **TECNICAS:**

Los diferentes test que se aplicaron a los alumnos, al inicio del proceso, a los 3 meses y al final del proceso (6 meses) se puede describir de la siguiente forma:

Se citaron a los alumnos el mismo día de práctica 1 hora antes en el lugar que ocupa el gimnasio (13 calle Colonia Villa Fernanda, Amatlán), donde se le leyó e indicó la forma correcta de contestar los test y se les resolvieron dudas; luego de llenados los test, se recogieron para luego analizarlos y tabular a información recabada.

B.2 **INSTRUMENTOS:**

Dentro los instrumentos utilizados para la realización del E.F.S. y que corresponde a la investigación, podemos describir:

- Test de inventario de personalidad de Eysenck

Ver anexo No. 1

- Test RAMDIG por Diego González S. (10 deseos)

Ver anexo No. 2

- Test de ANSIEDAD - IDARE

Ver anexo No. 3

- Test de los Motivos Deportivos de D. S. Butts

Ver anexo No. 4



CAPITULO IX
ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

- A. - *DOCENCIA*
- B. - *SERVICIO*
- C. - *INVESTIGACION*



ANALISIS:

De las actividades realizadas durante la docencia podemos describir que en el proceso de enseñanza-aprendizaje se dieron clases de tipo magistral con contenido teórico y filosófico de las diferentes técnicas de Kung Fu, conferencias por maestros expertos sobre filosofía y aplicación de técnicas de Kung Fu y observación de determinadas películas de Kung Fu, para su discusión y comparación de lo aprendido.

Al hacer el análisis de los resultados obtenidos con los programados en esta actividad, podemos concluir:

- Que se utilizó el método de observación conforme se fué desarrollando el programa.
- Que los alumnos que concluyeron el programa (3), profundizaron más en el Kung Fu que los que desartaron.
- Que las clases de tipo teórico dejaron otros conocimientos de tipo filosófico y cultural del Kung Fu.
- Que las clases de tipo teórico también motivaron a los alumnos para no abandonar la práctica.
- Y que de alguna manera, pueden diferenciar los tipos de arte marcial que existen.

Ver anexo No. 5 de Calendarización de Actividades programadas.

INTERPRETACION:

Lo cual nos da a entender que a pesar de la utilización de los métodos pedagógicos utilizados en la enseñanza-aprendizaje del Kung Fu, no fueron suficientes para motivar y retener a los 23 alumnos que asistieron a la primera clase.

9.2

ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

SERVICIO Y/O PRACTICA

9.2.1 EVALUACION ESPECIFICA DE LA PRACTICA Y/O SERVICIO DE KUNG FU

En la parte media del proceso (3 meses) y al final del proceso (6 meses), el Maestro LUIS FERNANDO GALINDO ALVAREZ, asesor específico de Kung Fu, procedió a evaluar la práctica de Kung Fu, lo cual nos permitió encontrar y analizar los siguientes resultados.

Ver anexo No. 6 de Actividades programadas y realizadas.

9.2.2 PRIMERA EVALUACION ESPECIFICA DE LA PRACTICA DE KUNG FU

La primera evaluación, se practicó a 11 alumnos de los 23 que iniciaron el proceso, la cual consistió en la observación de las siguientes técnicas:

- 8 patadas
- 8 defensas
- 4 fintas
- 8 avances
- 4 derribos
- 4 apresamientos
- 1 técnica de codo.

Tomando como parámetro el dominio de cada una de las técnicas, la condición física General, específica y elasticidad.

CUADRO DE PRIMERA EVALUACION TECNICA DE KONG FU

No.	NOMBRES	EDAD	SEXO	ESC.	8 PATAD	8 DEFEN	4 FINTA	8 AVANC	4 DERRI	4 APRES	1 TEC. COD	PROMED. PUNTEO
1.	Williams N. Marroquin	13	M	6o.	7	7	7	6	6	8	9	7.14
2.	Manlio Orlco Aguilar	14	M	6o.	6	7	6	6	6	8	8	6.71
3.	Hector Daniel Santos	14	M	1b.	8	7	6	7	9	8	9	7.85
4.	Celvin E. Tepeque	13	M	1b.	8	8	7	9	8	8	8	8.00
5.	Luis Carlos Pineda	12	M	1b.	7	8	7	7	8	9	9	7.85
6.	Carlos A. Aragón	12	M	6o.	6	6	6	6	6	7	8	6.42
7.	Fredy Antulio López	14	M	3b.	7	7	6	7	6	8	8	7.00
8.	José Estuardo Molina	13	M	5o.	7	7	6	7	6	7	6	6.57
9.	Angel Javier Marquez	14	M	6o.	8	8	7	7	6	7	6	7.00
10.	Douglas Omar	12	M	6o.	6	5	5	5	6	6	7	5.71
11.	Erick Gilberto Bran	13	M	1b.	6	6	6	5	4	4	7	5.42

MAYOR DE 70 PUNTOS, APROBADO.

ESC. = ESCOLARIDAD
 PATAD = PATADAS
 DEFEN = DEFENSAS
 FINTA = ENGANOS
 AVANC = AVANCES
 DERRI = DERRIBOS
 APRES = APRESAMIENTOS
 TEC. COD = TECNICA DE CODOS

9.3 ANALISIS DE LA EVALUACION ESPECIFICA DE LAS TECNICAS DE KUNG FU (Ver Cuadro Anterior)

ANALISIS:

Tomando como promedio 70 puntos que son los que se necesitan para ganar el derecho a Cinta Amarilla, podemos analizar que 6 alumnos aprobaron el examen con dicho promedio (70), lo cual representa el 54.54%

Tres (3) alumnos lo reprobaron con un promedio de 60 puntos lo que representa el 27.27%.

Y dos (2) alumnos lo reprobaron con un promedio de 50 puntos lo que equivale a un 18.18%

De lo cual se puede deducir que un 54%, asimiló las técnicas correspondientes, lo cual se puede calificar de aceptable; un 27% asimiló un promedio de 60 puntos, que se puede calificar como regular. Y un promedio de 18% de alumnos lo reprobó con un promedio de 50 puntos lo que se puede calificar como inaceptable.

También se puede deducir que tomando en cuenta que el desarrollo de los factores de rendimiento (resistencia, fuerza, velocidad), se trabajaron de 10 a 20 minutos; la flexibilidad 5 minutos y la enseñanza-aprendizaje de la técnicas 25 minutos; durante 3 días a la semana durante 3 meses que fué la fecha en que se evaluaron, adquirieron una buena condición física general y específica.

INTERPRETACION:

Esto nos indica que los 11 alumnos que se sometieron a la evaluación asimilaron en un 50% de la técnicas programadas, pero que de acuerdo al promedio (70 puntos) solamente 6 alumnos aprobaron la evaluación.

También se puede notar conforme al cuadro anterior que los 5 alumnos que no aprobaron la evaluación cuentan con buen dominio de determinadas técnicas, algunos de ellos en patadas, otros en defensas, otros en apresamientos, etcetera.

Lo cual se puede catalogar de positivo y que si no fuera por su retiro antes de finalizar el curso (6 meses) al mejorar sus capacidades de rendimiento (fuerza, resistencia, y velocidad), por medio del acondicionamiento físico, hubieran aprobado dicha evaluación.

9.4 SEGUNDA EVALUACION ESPECIFICA DE LA PRACTICA DE KUNG FU

De los 11 alumnos que participaron en la primera evaluación, terminaron el proceso de enseñanza-aprendizaje solo 3 jóvenes, a los cuales se les practicó el examen correspondiente, el cual consistió en la observación de las siguientes técnicas:

- 10 patadas
- 10 defensas
- 6 fintas
- 14 avances
- 6 derribos
- 6 apresamientos
- 2 técnicas de codo

Y tomando como parámetro el dominio de cada una de las técnicas, condición física general, específica y elasticidad.

9.4.1 ANALISIS DE LA EVALUACION ESPECIFICA DE LA TECNICAS DE KUNG FU (Ver Cuadro Siguiete)

Tomando como promedio 70 puntos que son los puntos que se necesitan para obtener el derecho a Cinta Naranja, podemos analizar que los 3 alumnos finalizarón el proceso, aprobaron satisfactoriamente su examen, lo cual representa el 100%, lo cual se puede calificar de aceptable. Y que por el dominio que mostraron de cada una de la técnicas, poseen una buena condición física general, específica y buena elasticidad.

9.4.1

COADRO DE SEGUNDA EVALUACION TECNICA DE KUNG-FU

No.	NOMBRES	EDAD	SEXO	ESC.	10 PATAD	10 DEFEN	6 FINTA	14 AVANC	6 DERRI	6 APRES	2 TEC. COD	PROMED. PUNTEO
1.	Hector Daniel Santos	14	M	1b.	7	8	7	7	7	8	9	7.71
2.	Celvin Estuardo Tepeque	13	M	1b.	8	6	9	9	7	8	7	8.00
3.	Luis Carlos Pineda	12	M	1b.	8	8	7	9	7	7	8	7.71

MAYOR DE 70 PUNTOS, APROBADO.

ESC. = ESCOLARIDAD
 PATAD = PATADAS
 DEFEN = DEFENSAS
 FINTA = ENGANOS
 AVANC = AVANCES
 DERRI = DERRIBOS
 APRES = APRESAMIENTOS
 TEC. COD = TECNICA DE CODOS

INTRODUCCION:

Al inicio del programa de Enseñanza-aprendizaje de las técnicas de Kung Fu, se realizaron, evaluaciones psicológicas a los alumnos, al inicio del proceso, en la parte media y al final del mismo.

La evaluación Psicológica inicial, en la parte media y al final consistió en:

un perfil de personalidad y un perfil psicológico deportivo.

Los resultados de cada evaluación fueron los siguientes:
Ver anexo No. 6 de Actividades Programadas y Actividades Realizadas.

PRIMER ANALISIS DE EVALUACION PSICOLOGICA

(ver cuadro No. 1 pag. 89)

9.5.1 PERFIL DE PERSONALIDAD

Con relación a la personalidad básica de los alumnos tienen una inclinación hacia la introversión y estabilidad emocional como cuadro general, habiendo alguna variante entre otros, tales como la inestabilidad Psicológica y extroversión

9.5.2 PERFIL PSICOSOCIAL

Es característico de los jóvenes de esta edad inclinarse por motivos personales, las que se identificaron en un 53% en relación a motivos deportivos que se manifestaron en un 19% y sociales que comprende familiares y educativas en un 28%, este perfil es fundamental porque indica un cuadro de madurez psicosocial favorable para la enseñanza-aprendizaje del deporte desde una perspectiva psicológica.

9.5.3 PERFIL DE ANSIEDAD GENERAL

Al hacer el análisis de ansiedad general, encontramos en los jóvenes una ansiedad media equivalente a 36 puntos, en la primera evaluación, dado al tipo de personalidad que predomina que es de tipo flemático, en la cual encontramos como características, controlado, tranquilo, equilibrado y pacífico.

9.5.4 PERFIL DE MOTIVOS DEPORTIVOS

En el primer test encontramos que un 46% corresponde a conflicto, un 33% a rivalidad, un 80% a suficiencia, un 93% de cooperación y un 86% de agresividad. Estos porcentajes son característico de Jovenes de este promedio de edad y denotan inclinación a la enseñanza-aprendizaje del deporte (Kung Fu), manifestando suficiencia y cooperación para el aprendizaje.

9.5.5

CUADRO No. 1, EVALUACION DE ENTRADA

No	Ed	Sex	PERSONALIDAD				PERFIL PSICOSOC			ANSIEDAD GENERAL			MOTIVOS DEPORTIVOS				
			N	E	L	T	P	D	S	B	M	A	C	R	S	Co	A
							%	%	%		Pt		%	%	%	%	%
23	13	M	10. 3	13. 7	4.3	F	53	19	28	-	36	-	46	33	80	93	86

DESCRIPCION DE INICIALES:

No. = Número de estudiantes
 Ed = Edad
 Sex = Sexo

Personalidad

N = Neurotismo
 E = Extroversión
 L = Válidez
 T = Temperamento

Perfil Psicosocial

P = Personales
 D = Deportivos
 S = Sociales

Ansiedad General

B = Baja
 M = Media
 A = Alta

Motivos Deportivos

C = Conflicto
 R = Rivalidad
 S = Suficiencia
 Co = Cooperación
 A = Agresividad

9.6 *SEGUNDO ANALISIS DE LAS EVALUACIONES PSICOLOGICAS*

9.6.1 PERFIL DE PERSONALIDAD

En la parte media del proceso de enseñanza-aprendizaje de Kung Fu, se evaluaron 11 jóvenes de los 23 que iniciaron el proceso, con los mismos datos y donde el test de personalidad indica una tendencia temperamental sanguínea, es decir con inclinación social, estable, responsable y dinámica, por lo que se manifiesta una variación con relación a la primera evaluación. (ver cuadro No.2)

9.6.2 PERFIL PSICOSOCIAL

En esta evaluación disminuyó la motivación personal de un 53% a un 50% y hubo un aumento significativo del 19% al 30% en motivaciones deportivas, de igual manera disminuyeron las motivaciones sociales en un 28% al 20%.

Este análisis denota que los 11 jóvenes que continuaron el proceso centraron más su atención en las motivaciones deportivas que los que se retiraron.

9.6.3 PERFIL DE ANSIEDAD ESPECIFICA

Con respecto a la ansiedad manifestada en la primera evaluación, hubo un aumento de 2 puntos en la segunda, pero se conservó el equivalente a 38 puntos que corresponde a una ansiedad específica media, la cual es favorable para la práctica deportiva.

9.6.4 PERFIL DE MOTIVOS DEPORTIVOS

En esta evaluación disminuyó el conflicto de un 46% a un 40%, aumentó la rivalidad de un 33% a un 40%, manteniéndose la suficiencia en un 80%, disminuyendo la cooperación de un 93% a un 80%, de igual manera la agresividad de un 86% a un 80%.

Lo cual indica que en el grupo predomina una tendencia temperamental sanguínea, por lo cual centraron más su atención en motivaciones deportivas, de una forma más estable y dinámica.

9.6.5 CUADRO No. 2, EN LA PARTE MEDIA DEL PROCESO DE
ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

No	Ed	Sex	PERSONALIDAD				PERFIL PSICOSOC			ANSIEDAD GENERAL			MOTIVOS DEPORTIVOS				
			N	E	L	T	P	D	S	B	M	A	C	R	S	Co	A
							%	%	%	-	Pt	-	%	%	%	%	%
11	13	M	9.9	14.5	5	S	50	30	20	-	38	-	40	40	80	80	80

DESCRIPCION DE INICIALES:

No. = Número de estudiantes

Ed = Edad

Sex = Sexo

Personalidad

N = Neurotismo

E = Extroversión

L = Validez

T = Temperamento

Perfil Psicosocial

P = Personales

D = Deportivos

S = Sociales

Ansiedad Especifica

B = Baja

M = Media

A = Alta

Motivos Deportivos

C = Conflicto

R = Rivalidad

S = Suficiencia

Co = Cooperación

A = Agresividad

9.7 ANALISIS FINAL DE EVALUACIONES PSICOLOGICAS

Al final del proceso se aplicó un retest psicológico, con la mismas pruebas señaladas, a los 3 jovenes que concluyeron el proceso, obteniendose a los siguientes resultados. (ver cuadro No. 3 pag. 99)

9.7.1 PERFIL DE PERSONALIDAD

Edad promedio 13 años, de personalidad media colérica, es decir con tendencia, segura, firme, valiente, decidida, activa y práctica; lo cual confirma las características que predominaron para terminar el proceso.

9.7.2 PERFIL PSICOSOCIAL

Con relación a la segunda evaluación, se mantuvieron las motivaciones en un 50%, hubo un aumento en las motivaciones deportivas de un 30% a un 32% y las motivaciones sociales disminuyeron de un 20% a un 18%.

Esta análisis demuestra que los 3 jovenes que terminaron el proceso, centraron nuevamente su atención en las motivaciones deportivas que los que se retiraron.

9.7.3 PERFIL DE ANSIEDAD ESPECIFICA

Con relación a la segunda evaluación hubo una disminución de 38 a 31 puntos, conservandose una ansiedad especifica media, lo cual es favorable para la práctica del deporte.

9.7.4 PERFIL DE MOTIVOS DEPORTIVOS

La tercera evaluación dió los siguientes resultados: El conflicto se conservó en un 40%, la rivalidad tuvo un aumento considerable de un 40% a un 53%, manteniéndose la suficiencia y cooperación en un 80%, cada una disminuyendo la agresividad de un 80% a un 73%.

De lo cual se deduce que con un temperamento colérico del grupo, hubo un aumento en las motivaciones deportivas, manteniéndose una ansiedad media y aunque aumentó la rivalidad, hubo una disminución de agresividad, lo cual denota la seguridad, firmeza y valentía que puede proporcionar la práctica constante del Kung Fu, que fué manifestada por los 3 jóvenes que terminaron el proceso.

9.7.5 CUADRO No. 3 EN LA PARTE FINAL DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

No	Ed	Sex	PERSONALIDAD				PERFIL PSICOSOC			ANSIEDAD ESPECIFI			MOTIVOS DEPORTIVOS				
			N	E	L	T	P	D	S	B	M	A	C	R	S	Co	A
							%	%	%	-	Pt	-	%	%	%	%	%
3	13	M	12. 6	14. 6	5	C	50	32	18		31		40	53	60	80	73
1	14	M	9	13	5	F	40	30	30	20	-	-	0	80	80	80	60
2	13	M	16	12	5	M	50	45	05	-	38	-	60	60	80	80	60
3	12	M	13	19	5	C	60	20	20	-	35	-	60	20	80	80	100

DESCRIPCION DE INICIALES:

No. = Número de estudiantes

Ed = Edad

Sex = Sexo

Personalidad

N = Neurotismo

E = Extroversión

L = Validez

T = Temperamento

Perfil Psicosocial

P = Personales

D = Deportivos

S = Sociales

Ansiedad Especifica

B = Baja

M = Media

A = Alta

Motivos Deportivos

C = Conflicto

R = Rivalidad

S = Suficiencia

Co = Cooperación

A = Agresividad

INTERPRETACION:

Se considera que el nivel de asimilación Técnica-Táctica, de los alumnos que participaron en la segunda evaluación, se manifestó en un promedio de 7.80% (según cuadro de segunda evaluación técnica de Kung Fu), y esto unido a las características psicológicas evaluadas, se considera que al final del programa de acuerdo al perfil del cuadro No. 3, se observa que un 32% de los alumnos manifestaron un adecuado interés por la práctica del Kung Fu. Así mismo un adecuado control de ansiedad el cual por las evaluaciones y observaciones practicadas, los alumnos reportaron un autocontrol de sus emociones favorable a la práctica de este deporte.

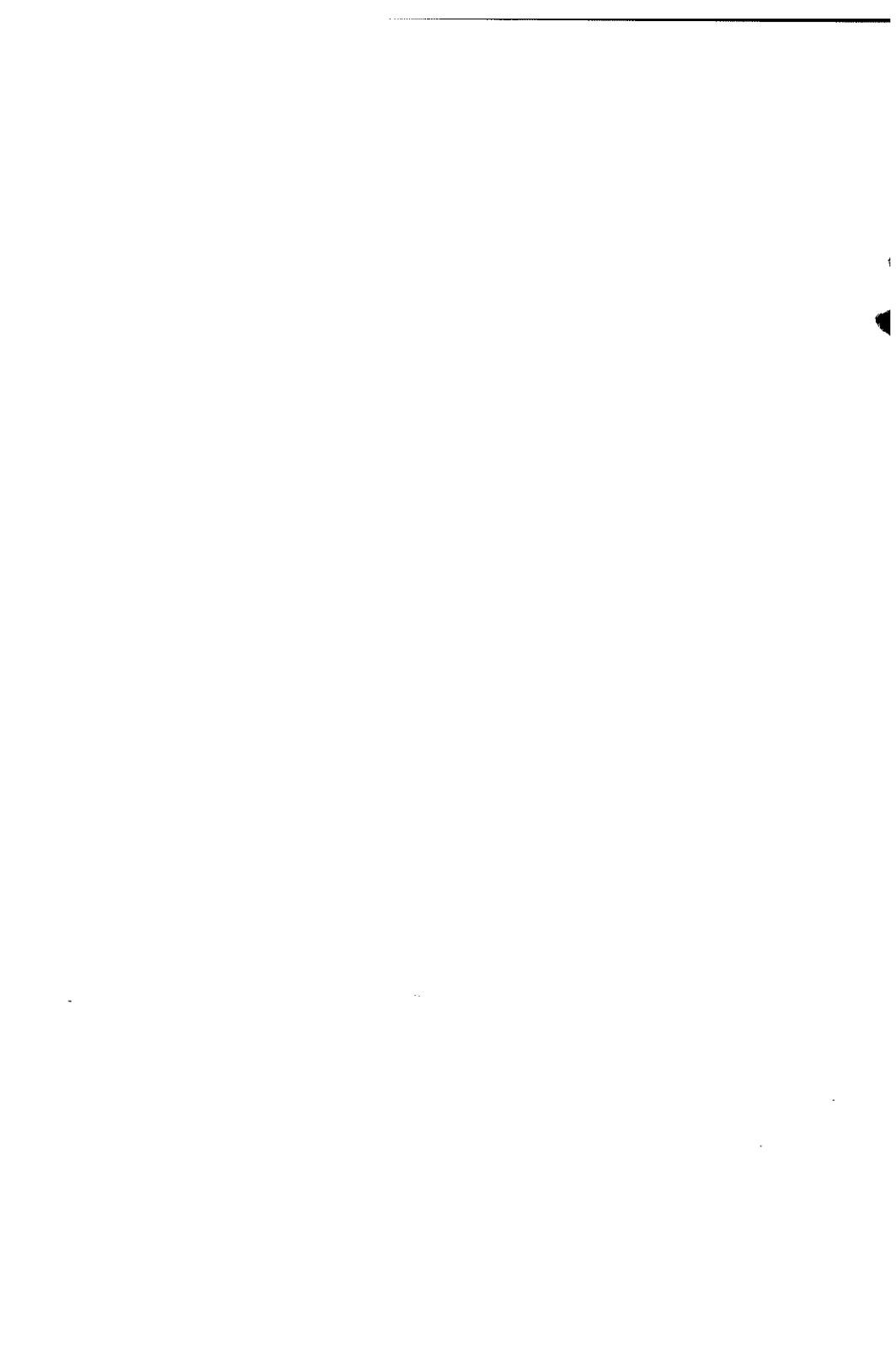
Así mismo un alto nivel motivacional con un promedio del 71.5%, el cual es considerado como favorable para el aprendizaje y práctica del Kung Fu, es importante hacer notar que cada alumno desarrolló durante este programa un adecuado apoyo a su personalidad así como el desarrollo de sus cualidades psicológicas.

Estos aspectos se pueden analizar en forma de promedios en el cuadro No. 3, así como de datos específicos de cada uno de los alumnos, tomando en cuenta que la práctica del deporte estimula en los deportistas, estados afectivos y competitivos que se pueden considerar como favorables el desarrollo de la personalidad desde el punto de vista social e individual.

Es importante identificar los datos individuales (ver cuadro No. 3) de los 3 Jovenes para un mejor análisis del proceso, en los casos 1 y 2, se observan resultados parecidos pues estos jovenes pudieron asimilar de acuerdo a sus aspiraciones y edad, la enseñanza-aprendizaje de la técnicas de Kung Fu; de esto se traduce en que la hipótesis de trabajo planteada "LA PRACTICA SISTEMATICA DEL KUNG-FU DISMINUYE LA AGRESIVIDAD DE LOS ADOLESCENTES", es aceptada, pues se notó un mayor control y equilibrio emocional de acuerdo a las evaluaciones psicológica practicadas. En relación al caso 3, que aún es un joven preadolescente de acuerdo a su edad, experimenta cambios, por lo que se puede inferir un factor no contemplado, consistente en los cambios de edad de niño a joven haciendose concluir que la observancia y orientación del joven es fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje de un deporte ante objetivos específicos; tal es el caso de la hipótesis planteada "LA PRACTICA SISTEMATICA DEL KUNG-FU DISMINUYE LA AGRESIVIDAD DE LOS ADOLESCENTES", en tal virtud, se indica de acuerdo a las metas de enseñanza-aprendizaje, que se consideren de un deporte, la orientación y educación del mismo, y que deben estar dirigidas por metas.

Para el caso 3, se observó principalmente, en relación a las motivaciones deportivas, que el sujeto presentó un desequilibrio en relación al conflicto (60%), indicador de

descontrol emocional para la práctica deportiva. baja rivalidad (20%) de la cual se requiere ser elevada en el Kung-Fu y una agresividad (100%), que en el momento de exigencia competitiva no contribuye a manejar adecuadamente al deportista ante el oponente.



CAPITULO X
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

PROPIEDAD DE LA UNIV
BIDII

TECNICO-TACTICO O APRENDIZAJE DEL KUNG FU

- De los alumnos que finalizaron el curso se comprobó su adquisición de conocimientos básicos de defensa personal así como eficiencia en la aplicación técnica con precisión.
- Después del aprendizaje de cada Técnica de Kung Fu, la retroalimentación y la repetición conetante mejoró de forma considerable la habilidad y destreza en la ejecución de las mismas.

PSICOLOGICAS

- La enseñanza-aprendizaje de cada una de las técnicas de Kung Fu, requiere de atención y concentración del alumno observandose de inmediato el desarrollo de este proceso psiquico, fundamental para la práctica de este deporte.
- De relevante importancia se observó, como la memoria, como proceso psiquico, ayudo al dominio técnico-táctico del Kung Fu, dadas las evaluaciones periodicas practicadas.
- El aprendizaje de cada nueva técnica, motivó al alumno, manifestando interes afectivo por continuar en el programa.

FISICA

Y

FISIOLOGICAS

- La elasticidad adquirida por los alumnos al finalizar el curso se manifesto en al ejecución de cada una de las

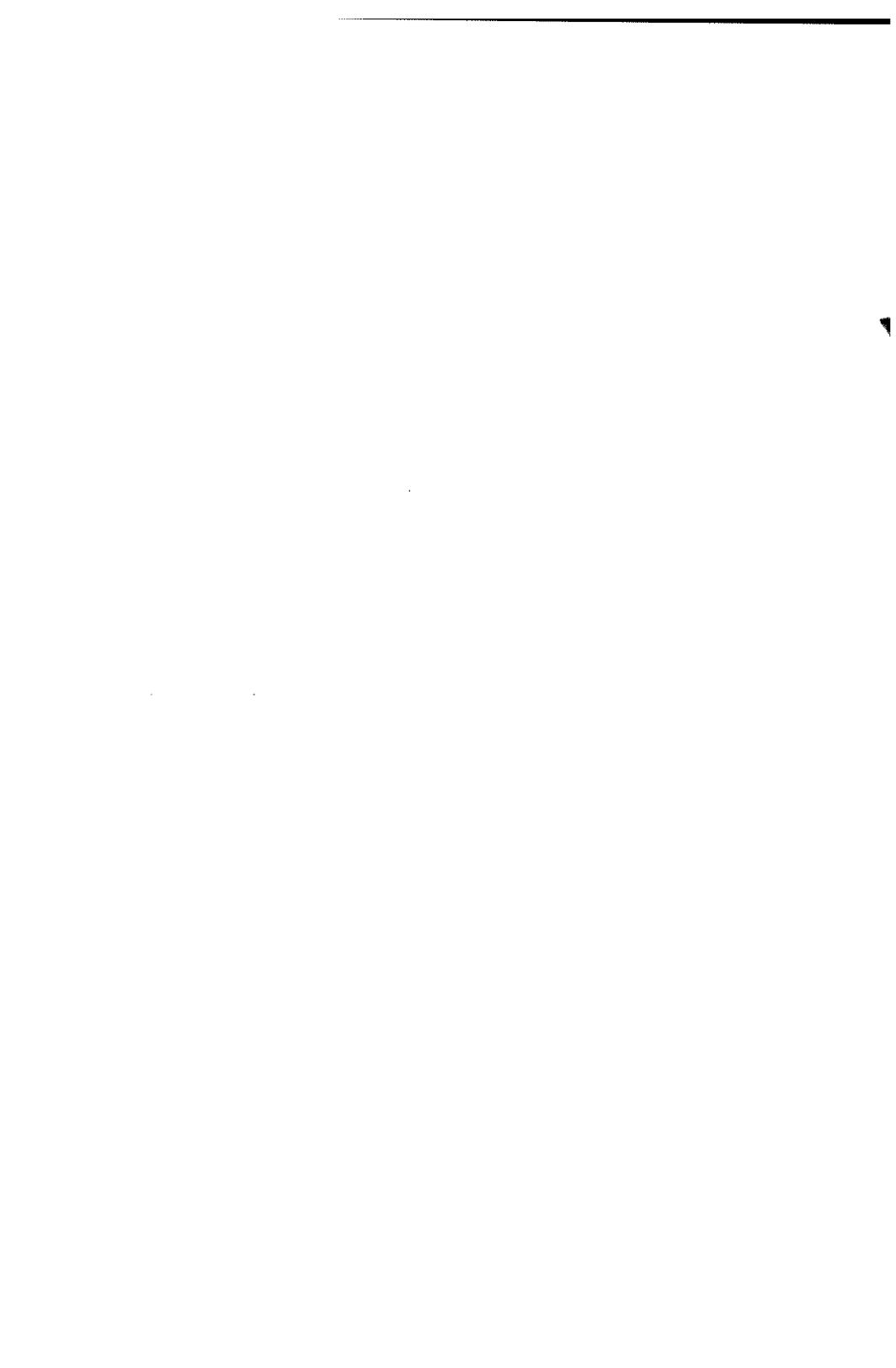
técnicas, pero principalmente en las patadas.

- La preparación física general y específica, desarrolló en los alumnos sus cualidades de rendimiento (fuerza, resistencia, velocidad), lo cual se considera positivo para la práctica del Kung Fu.
- El crecimiento longitudinal del adolescente, perjudica la coordinación del movimiento por lo que después de la enseñanza-aprendizaje de una técnica, esto se corrige a base de repeticiones constantes.

SOCIALES

- La falta de información, sobre los beneficios físicos y psíquicos de la práctica del Kung Fu, a los padres de familia, influyó en que los alumnos participantes en el curso mantuvieron una asistencia asistemática, aspecto que obligó a su retiro.
- Los padres de familia se preocupan más por la educación escolar de sus hijos que de la salud integral que proporciona el deporte en general.
- La destreza de algunos en el aprendizaje de las técnicas de Kung Fu, causó admiración en los demás alumnos participantes.
- Los alumnos con mejor dominio de las técnicas de Kung Fu desarrollaron liderazgo entre los mismos.
- La gimnasia en grupo y determinados juegos recreativos, incrementan la amistad y el respeto entre los alumnos.

- Crear una metodología que permita facilitar la enseñanza -aprendizaje de la técnica y táctica de cualquier arte marcial de forma eficaz, y que garantice la asistencia del alumno.
- Incrementar en las clases teóricas del Kung Fu, o cualquier otro arte marcial, los aspectos científicos del del entrenamiento deportivo.
- Elaborar un sistema de información y compromiso con los padres de familia, sobre los beneficios integrales que proporciona a la práctica del Kung Fu o cualquier otro arte marcial, para cualquier programa que se quiera desarrollar en el futuro.
- Fomentar la practica del Kung Fu, o cualquier otro arte marcial en todas las escuelas y colegios para con ello lograr una masificación en estos deportes.
- Iniciar estudios sobre el rechazo del adolescente a la preparación física general, que permitan en un futuro desarrollar programas de cualquier deporte.

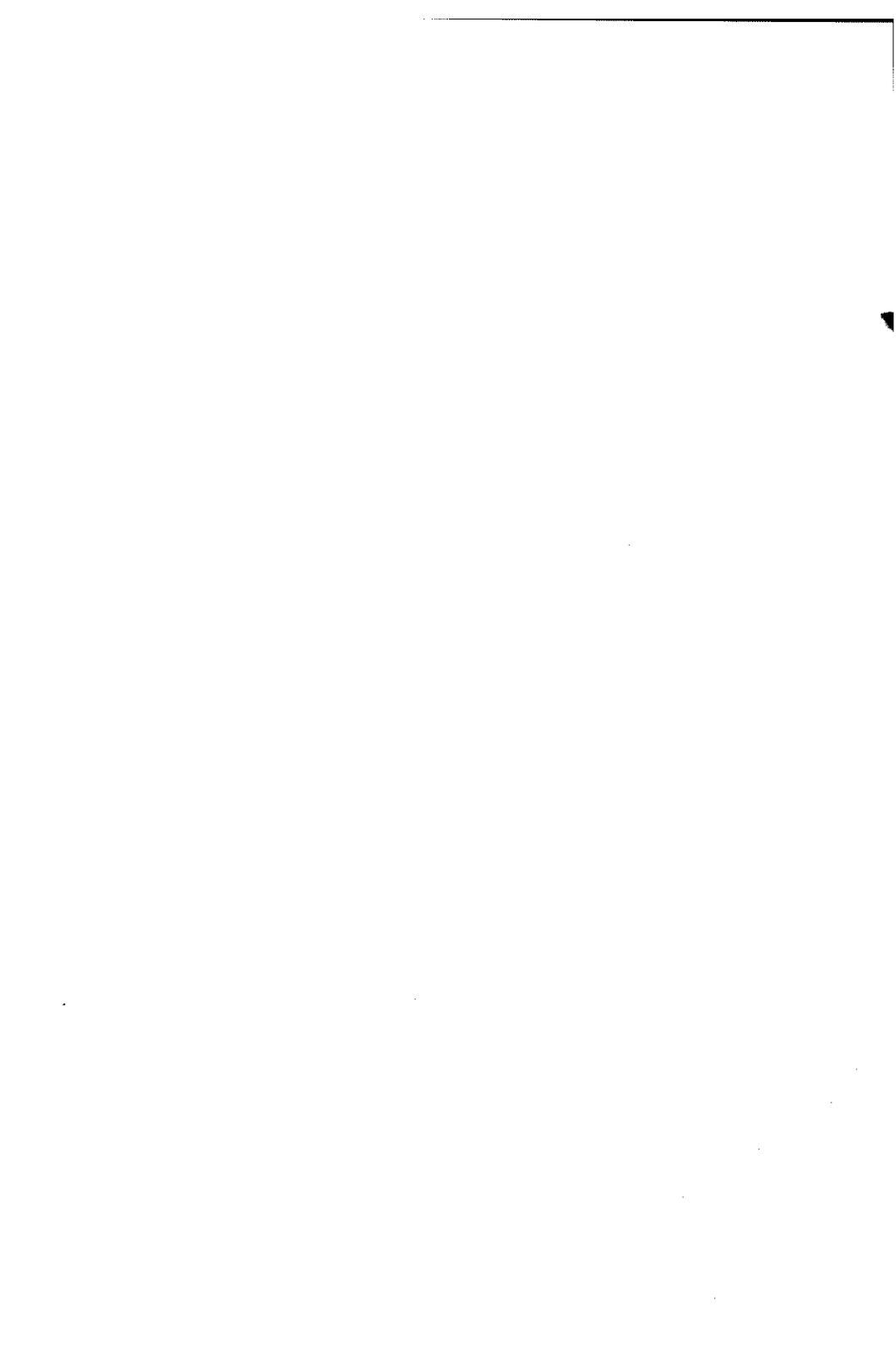


CAPITULO XI
BIBLIOGRAFIA



Tegner, Bruce	<u>Kung Fu y Tai Chi.</u> Editores Press Service Inc. Nueva York. 1975.
Vannier, Medry Helen	<u>Enseñanza de la Educación Física.</u> Editorial Interamericana. 4a. Edición 1978
Whitaker, James O.	<u>Psicología.</u> Editorial Interamericana, S. A. México D. F. 1968
Ortiz Astua, Luis Enrique	<u>Entrenamiento Deportivo.</u> (lo que debemos conocer) Ediciones Gusayacan, San Jose Costa Rica, 1989.
Ediciones Oceano-Exito	<u>Enciclopedia-Autodidactica</u> Oceano.
Guana Hani Contensau	<u>Diccionario Enciclopedico</u> Exito 2.

CAPITULO XII
ANEXOS



INVENTARIO DE PERSONALIDAD DE EYSENCK

De J. Eysenck y Sybil B.G. Eysenck

Nombre _____ H.CL. _____
Edad _____ Sexo _____ Estado Civil _____ Fec. Nac. _____
Escolaridad _____ Ocupación _____
Dirección _____
Deporte _____ Fec. Aplicación _____

FORMA B

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará algunas preguntas que hacen referencia a su manera de proceder, de sentir y de actuar, después de cada pregunta hay un espacio para contestar SI ó NO.

Lea cada una de las preguntas y decida si, aplicada a usted mismo, indica su modo habitual de actuar o sentir. Si usted quiere contestar SI, trace una cruz dentro del primer cuadro, en la columna encabezada SI. Si desea contestar NO, trace una cruz en el segundo cuadro, en la columna encabezada NO.

Trabaje rápidamente y no emplee demasiado tiempo en cada pregunta, es preferible su primera reacción, espontánea, y no una contestación largamente meditada y pensada. Normalmente se tarda unos pocos minutos en contestar el cuestionario. Conteste todas las preguntas sin omitir ninguna

Trabaje rápidamente y recuerde contestar todas las preguntas. No hay respuestas correctas o incorrectas; esta no es una prueba de inteligencia o habilidad, sino simplemente una apreciación a su modo de actuar.

Ahora vuelva la pagina y comience.

12.2 ANEXO No. 2

RAMDIG

DIEGO GONZALEZ SERRA

TEST DE LOS 10 DESEOS

NOMBRE _____ DEPORTE _____ FECHA _____

INSTRUCCIONES: Escriba 10 deseos que le gustaria realizar en su vida.

1 Yo deseo		
2 Yo deseo		
3 Yo deseo		
4 Yo deseo		
5 Yo deseo		
6 Yo deseo		
7 Yo deseo		
8 Yo deseo		
9 Yo deseo		
10 Yo deseo		

LIT1

Nombre del Psicólogo

12.3 ANEXO No. 3

TEST DE ANSIEDAD - IDARE

FORMA "A"

NOMBRE _____ DEPORTE _____ EDAD _____ FEHCA _____

INTRUCCIONES:

Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo; lea cada frase y llene con un círculo el que indique el como se siente GENERALMENTE. No hay repuestas buenas o malas. No emplee mucho tiempo para cada frase, trate de dar la respuesta que mejor lo describa.

1. Casi nunca
2. Algunas veces
3. Frecuentemente
4. Casi siempre

- | | | | | |
|--|---|---|---|---|
| 1. Me siento bien | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. Me siento cansado rápidamente | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. Siento ganas de llorar | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. Pierdo oportunidades por no decidirme rápidamente | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. Me siento descansado | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. Soy una persona tranquila, serena y sosegada | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. Soy feliz | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11. Tomo las cosas muy a pecho | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. Me falta confianza en mí mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. Me siento seguro | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14. Trato de sacarle ventajas a las crisis y a las dificultades | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. Me siento muy triste | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16. Me siento satisfecho | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente, y me molestan | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. Soy una persona estable | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado | 1 | 2 | 3 | 4 |

12.4 ANEXO No. 4

TEST DE LOS MOTIVOS DEPORTIVOS D. S. BUTTS

Nombre: _____ Edad: _____

Deporte: _____ Edad Deportiva: _____

INTROCCIONES:

Conteste todas las preguntas marcando SI ó NO. Si la pregunta no se le puede aplicar a su deporte responda NO ya que ud. no ha tenido la sensación, se cree que la mejor respuesta es "algunas veces", marque SI. Recuerde marcar todas las preguntas.

Durante los últimos meses, mientras participas (entrenas o compites) en _____
(escriba un deporte)
Te has sentido...

- | | | |
|---|----------|----------|
| 1. Indiferente y cansado | SI _____ | No _____ |
| 2. Decidido a ser el primero | SI _____ | No _____ |
| 3. Emocionado | SI _____ | No _____ |
| 4. Como queriendo ayudar a otro a mejorar | SI _____ | No _____ |
| 5. Lleno de energía | SI _____ | No _____ |
| 6. Irritable sin razón alguna | SI _____ | No _____ |
| 7. Como el ganar fuese muy importante para ti | SI _____ | No _____ |
| 8. Como parte de o muy amigable hacia el grupo (compañero equipo o club) | SI _____ | No _____ |
| 9. Impulsivo | SI _____ | No _____ |
| 10. Irritado porque alguien lo hizo mejor que tu | SI _____ | No _____ |
| 11. Mas feliz que nunca | SI _____ | No _____ |
| 12. Culpable por no hacerlo mejor | SI _____ | No _____ |
| 13. Poderoso | SI _____ | No _____ |
| 14. Muy nervioso | SI _____ | No _____ |
| 15. Complacido porque alguien lo hizo bien | SI _____ | No _____ |
| 16. Que estabas haciendo mas de lo que podias | SI _____ | No _____ |
| 17. Que querias llorar | SI _____ | No _____ |
| 18. Con deseos de botar a alguien | SI _____ | No _____ |
| 19. Mas interesado en tu deporte que en otra cosa | SI _____ | No _____ |
| 20. Disgustado porque me ganaste | SI _____ | No _____ |
| 21. Con ganas de hacer algo por el equipo o el grupo | SI _____ | No _____ |
| 22. Como si te quisieras fajar con el que se te interponga (empujando o golpeando). | SI _____ | No _____ |
| 23. Tu has logrado algo (una destreza) bastante nueva para ti | SI _____ | No _____ |
| 24. Como si los otros estuvieran obteniendo mas de lo que merecen (mas que la parte justa de atención o recompensa) | SI _____ | No _____ |
| 25. Como para felicitar a alguien porque lo hizo bien | SI _____ | No _____ |

12.5 ANEXO No. 5

CALENDARIZACION DE ACTIVIDADES DOCENTES PROGRAMADAS

CONCEPTO	1r. MES	2o MES	3r. MES	4o. MES	5o. MES	6o. MES
OBTENCION DE RECURSOS HUMANOS	XXXXX RRRRR					
EXHIBICION	XXXXX RRRRR					
CHARLAS POR MAESTROS EXPERTOS			XX RR			XX RR
CLASES MAGISTRALES	XXXXX RRRRR	XXXX RRRR	XX RR	XXXX RRRR	XXXX RRRR	XXXX RRRR
PELICULAS & DISCUSION			XX RR		XX RR	

OBSERVACION:

LAS XXXX FUERON LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS Y
 LAS RRRR FUERON LAS ACTIVIDADES REALIZADAS.

CALENDARIZACION DE ACTIVIDADES PRACTICAS PROGRAMADAS

ACTIVIDADES	1r. MES	2o. MES	3r. MES	4o. MES	5o. MES	6o. MES
OBTENCION DE RECURSOS HUMANOS	XXXX RRRR					
EXHIBICION	XXXX RRRR					
EXAMEN MEDICO	XXXX RRRR					
EXAMEN PSICOLOGICO	XXXX RRRR		XXXX RRRR			XXXX RRRR
CHARLAS POR MAESTROS EXPERTOS			XXXX RRRR			XXXX RRRR
CLASES MAGISTRALES DE TECNICAS	XXXX RRRR	XXXX RRRR	XXXX RRRR	XXXX RRRR	XXXX RRRR	XXXX RRRR
PELICULA Y DISCUSION			XXXX RRRR		XXXX RRRR	
EVALUACIONES PRACTICAS			XXXX RRRR			XXXX RRRR

OBSERVACION:

LAS XXXX FUERON LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS
 LAS RRRR FUERON LAS ACTIVIDADES REALIZADAS.