

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

LA PRACTICA DEL KARATE-DO
COMO MEDIO DE EDUCACION FISICA Y MENTAL,
SINONIMO DE RENDIMIENTO EN EL BOMBERO
MUNICIPAL

INFORME FINAL DE E.P.S.
PRESENTADA AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

POR

RAUL ANTONIO PEREZ MORAN

PREVIO A CONFERIRSELE EL TITULO
QUE LO ACREDITA COMO

TECNICO DEPORTIVO
EN EL GRADO ACADEMICO DE
CARRERA TECNICA

GUATEMALA, AGOSTO DE 1,999.

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

Licenciada María Ileana Godoy Calzia
REPRESENTANTE CLAUSTRO CATEDRATICOS



cc.: Control Académico
Depto. EPS.
archivo

REG. 1902-97

CODIPs. 1013-97

ORDEN DE IMPRESION INFORME FINAL DE EPS.

Agosto 23 de 1999

Señor Estudiante
Raúl Antonio Pérez Morán
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Señor Estudiante

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto NOVENO (9o.) del Acta CUARENTA Y DOS NOVENTA Y NUEVE (42-99) de Consejo Directivo, de fecha 19 de agosto del año en curso, que copiado literalmente dice:

NOVENO: El Consejo Directivo conoce el expediente que contiene el Informe Final de EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS, titulado: "LA PRACTICA DEL KARATE-DO COMO MEDIO DE EDUCACION FISICA Y MENTAL, SINONIMO DEL RENDIMIENTO EN EL BOMBERO MUNICIPAL", de la carrera: TECNICO DEPORTIVO, realizado por:

RAUL ANTONIO PEREZ MORAN

CARNET No. 94-14954

La Asesoría del presente trabajo se asignó en la siguiente forma:
a) Area Técnica: Licenciado Luis Francisco Rosito Lemus. b) Area Metodológica: Licenciado Byron Ronaldo González. Asimismo se tiene a la vista el informe de revisión emitido por el Licenciado Byron Ronaldo González.

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 ENSEÑAD A TODOS "

Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce Ponce A.C.
SECRETARIA



/Rosy



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

Guatemala, 21 de junio de 1999.-

res
 ejo Directivo
 ela de Ciencias Psicológicas
 icio M-5

res Miembros:



Por este medio informamos al Consejo que el Informe Final de Experiencia ante con la Comunidad -E.D.C.-, a nivel pregrado Técnico Deportivo del diante:

. ANTONIO PEREZ MORAN, Carne 94-14954, fue APROBADO por la Coordinación Extensión de -DECTAFIDE-, en virtud de lo cual solicitamos se realicen trámites necesarios para su aprobación.

Dicho trabajo fue Asesorado en la parte Técnica por el Lic. Luis Rosito parte Metodológica y la Revisión Final por el Lic. Byron Ronaldo González.

Sin otro particular me es grato suscribirme

Atentamente,

[Handwritten Signature]
 Lic. Claudio Vinichio Solís Cortés
 COORDINADOR GENERAL



. Extensión, DECTAFIDE
 Archivo

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Edificio M-3, 2o nivel cubículo 248 Ciudad Universitaria, Zona12
 Teléfonos: 476 7219 - 476 9914 Ext. 132



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

Guatemala, 18 de junio de 1999.-

Encomendado
Lic. Vinicio Solis Cortés
Coordinador General
Departamento de Ciencia y Tecnología
de la Actividad Física y el Deporte
Lic. Byron González
Coordinador:

Por este medio tengo a bien informar que he procedido a la revisión del informe final de EXPERIENCIA DOCENTE CON LA COMUNIDAD, -E.D.C.- del Departamento de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte DECTAFIDE- correspondiente al nivel de pregrado TECNICO DEPORTIVO. Dicho proyecto fue elaborado por el estudiante:

L. ANTONIO PEREZ MORAN, Carné 94-14954, cuyo título está enunciado así: PRACTICA DEL KARATE-DO COMO MEDIO DE EDUCACION FISICA Y MENTAL, SINONIMO RENDIMIENTO EN EL BOMBERO MUNICIPAL.

Y para los efectos del trámite administrativo doy la APROBACION, por cumplir los requisitos del Reglamento de E.D.C. -DECTAFIDE-.

Atentamente,


Lic. Byron Ronaldo González
REVISOR FINAL

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Edificio M-3, 2o nivel cubículo 248 Ciudad Universitaria, Zona 12

Teléfonos: 476 7219 - 476 9914 Ext. 132



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

Guatemala, 9 de junio de 1999.-

Sección de Extensión
IDE, Edificio M-3

Señores Miembros:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de ASESOR
Técnico del Departamento de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y
deporte, revisé el informe final de EXPERIENCIA DOCENTE CON LA COMUNIDAD
de la carrera de Técnico Deportivo del estudiante:

ANTONIO PEREZ MORAN, Carné 94-14954, cuyo tema es: LA PRACTICA DEL
FUEGO COMO MEDIO DE EDUCACION FISICA Y MENTAL, SINONIMO DE RENDIMIENTO
BOMBERO MUNICIPAL.

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

Cordialmente,



Lic. Luis Rosito
ASESOR TECNICO

"DID Y ENSEÑAD A TODOS"

Edificio M-3, 2o nivel cubículo 248 Ciudad Universitaria, Zona 12
Teléfonos: 476 7219 - 476 9914 Ext. 132



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
DEPARTAMENTO DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
D E C T A F I D E

Guatemala, 4 de junio de 1999.-

Coordinador de Extensión
Departamento de Ciencia y Tecnología
de la Actividad Física y el Deporte
Universidad, Universitaria
Edificio M-3

Por Coordinador:

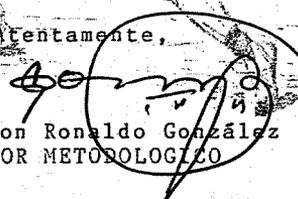
Con la presente tengo a bien informar que he procedido a la revisión del Proyecto de PRÁCTICA DOCENTE P.D., del Departamento de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -DECTAFIDE-, correspondiente al Pregrado: Nivel Medio Deportivo.

Dicho Proyecto fue elaborado por el estudiante: RAUL ANTONIO PEREZ MORAN, Carné No. 94-149543

El título está enunciado así: "LA PRACTICA DEL KARATE-DO O MEDIO DE EDUCACION FISICA Y MENTAL, SINONIMO DEL RENDIMIENTO DEL BOMBERO MUNICIPAL".

Y, para los efectos del trámite administrativo doy la autorización por llenar los requisitos del reglamento de Práctica Docente de DECTAFIDE.

Atentamente,


Lic. Byron Ronaldo González
ASESOR METEOROLOGICO

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Edificio M-3, 2o nivel cubículo 248 Ciudad Universitaria, Zona 12
Teléfonos: 476 7219 - 476 9914 Ext. 132

1988-1989
1989-1990
1990-1991
1991-1992
1992-1993
1993-1994
1994-1995
1995-1996
1996-1997

DECTAFIDE ✓
Archivo

19 NOV. 1997
HORA

REG. 1902-97

CODIPs. 1105-97

DE APROBACION REALIZACION PROYECTO DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

Noviembre 12 de 1997

Señor Estudiante
Raúl Antonio Pérez Morán
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Señor Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto SEPTIMO (7o.) del Acta TREINTA Y SIETE NOVENTA Y SIETE (37-97) de Consejo Directivo, de fecha 15 de octubre del año en curso, que copiado literalmente dice:

"SEPTIMO: El Consejo Directivo conoce el expediente que contiene el proyecto de EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO (E.P.S.), denominado: "LA PRACTICA DE KARATE-DO COMO MEDIO DE EDUCACION FISICA Y MENTAL, SINONIMO DE RENDIMIENTO EN EL BOMBERO MUNICIPAL", de la Carrera a nivel intermedio de TECNICO DEPORTIVO, -ECTAFIDE- presentado por:

RAUL ANTONIO PEREZ MORAN

CARNET No. 28-14954

Dicho proyecto se desarrollará en el Cuerpo de Bomberos Municipales, Zona 3, designándose como Asesor del Area Metodológica al Licenciado Byron Ronaldo González y Asesor del Area Técnica al Licenciado Luis Francisco Rosito Lemus.

El Consejo Directivo, con base en el dictamen emitido por la Comisión Técnica de DECTAFIDE, y considerando que el mismo satisface los requisitos metodológicos establecidos, resuelve APROBAR SU REALIZACION, bajo la supervisión de los profesionales designados."

Atentamente,

" ID Y ENSEÑAD A TODOS "

Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Fonce
SECRETARIA



/Rosy

ACTO QUE DEDICO

**A DIOS:
PORQUE EL PROVEE DE SABIDURIA A LOS RECTOS**

**A MIS PADRES:
RAUL ANTONIO PEREZ SEQUEIRA
PETRONILA MORAN DE PEREZ
(En paz descansen)**

**A MI ESPOSA:
AURA ELIZABETH
POR SU INCONDICIONAL AYUDA MORAL**

**A MIS HIJOS:
RAUL ANTONIO, EDYE Y CARLITOS**

**A MIS HERMANOS:
ELSA YOLANDA, THELMA JULIETA, LUZ AMALIA,
HECTOR CAIN, VILMA JUDITH, ISRAEL AUGUSTO
Y BYRON ESTUARDO.**

**A MIS CINTAS NEGRAS:
LUIS CONTRERAS, LESTER MUÑOZ, DOUGLAS ORTIZ,
Y ERWIN SOTO**

**A LOS ALUMNOS DE BUSHIDO:
POR SU PACIENCIA Y TOLERANCIA**

**A MIS COMPAÑEROS DE LUCHA:
4ta. PROMOCION DE DECTAFIDE**

**A MIS ASESORES:
Lic. Byron González
Lic. Luis Rosito Lemus**

**AL BENEMERITO CUERPO DE BOMBEROS
MUNICIPALES**

**A LA TRICENTENARIA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

A USTED DE MANERA ESPECIAL

INTRODUCCION

A través de esta práctica docente supervisada y con el objetivo fundamental de proporcionar una adecuada preparación física y mental, al personal del Benemérito Cuerpo de Bomberos Municipales que participó de la misma se puede decir que fue satisfactoria porque el Kárate-Do proporciona estas condiciones.

Por otra parte la relación científica a niveles fisiológico, Psicológico, biomecánico, Morfológico, etc., con el Kárate-Do vino a reforzar los conocimientos del personal bomberil sobre los diversos cursos que reciben.

Conocimientos sistemático-científico que con mucho cariño y respeto traslado a tan "Abnegados Servidores Públicos", esperando haber contribuido a la integración de su personalidad y a la condición físico-mental esperada, acuerdo a los peligros que su noble misión representa.

I. MARCO CONCEPTUAL

1.1 Antecedentes.

Durante los años de servicio prestados en la "Guardia Permanente" del Benemérito Cuerpo de bomberos Municipales, se dió la oportunidad de iniciar la enseñanza y orientación del Kárate-Do con varios compañeros y algunos llegaron a obtener grado otorgado por nuestra escuela a través de mí persona.

Ya fuera de sus filas pero pendiente del interés por colaborar a que tengan una buena condición física, no había mejor oportunidad para hacerlo que a través de la "Práctica Docente Supervisada" de DECTAFIDE y la Universidad de San Carlos, bajo una orientación sistemática y científica.

1.2 Justificación

El Kárate-Do proporciona salud física y mental, y es a través de un entrenamiento árduo y constante que el que lo práctica logra comprobarlo.

Obviamente que al llegar a obtener una condición física optima y una salud mental de total afluencia, nos proporciona un mayor rendimiento laboral y liberarnos de toda tensión y preocupación. Por lo tanto es idóneo para el personal bomberil y fue la razón suficiente para realizar los contactos necesarios, pudiendo así trabajar esta práctica docente con ellos.

1.3 Determinación del Problema:

1.3.1 Definición.

El personal del Cuerpo de Bomberos Municipales recibe todo el año diversos cursos de preparación general, sin embargo no cuenta con una adecuada "Preparación física" por carecer de la misma dentro de su estructura de trabajo.

1.3.2 Alcances y Límites:

1.3.2.1 Ambito Geográfico.

La práctica docente se realizó con personal bomberil de las diferentes estaciones, las que se encuentran ubicadas dentro del perímetro urbano de las zonas capitalinas.

1.3.2.2 Ambito Institucional.

Benemérito Cuerpo de Bomberos Municipales.

1.3.2.3 Ambito Temporal.

La práctica docente supervisada dio inicio el día 1 de Abril y se clausuró el Sábado 27 de Septiembre del año 1,997.

1.3.2.4 Ambito Personal

Participaron bomberos Municipales de 1a, 2a, clase y galonistas, dentro de las edades comprendidas entre 18-28 años.

II. MARCO METODOLOGICO

2.1 Objetivos:

2.1.1 Generales.

- * Proporcionar a los Bomberos Municipales a través del proceso Enseñanza-Aprendizaje, conocimientos científicos relacionados con el Kárate-Do dentro de los niveles fisiológicos, biomecánicos, psicológicos, etc.
- * Que sus cualidades motrices se conserven a través de una práctica física constante.
- * Sistemáticamente podrán desarrollar entrenamientos sobre una preparación física a través del Kárate-Do, tanto para ellos como para sus compañeros sobre la base de lo aprendido.

2.1.2 Específicos.

Que a través de esta práctica docente se halla incentivado el interés por la actividad física y deportiva.

Que el Kárate-Do se vuelva un hábito en los bomberos, con el conocimiento pleno de los beneficios de salud que su práctica conlleva.

Experimentar un mayor rendimiento laboral y personal por los parámetros de condición física que se alcancen.

2.2. Población.

Esta práctica docente se inició con un total de 30 elementos bomberiles de las diferentes estaciones urbanas, tanto de la guardia permanente (remunerada), como de la guardia voluntaria o had-honorem. Se finalizó con un total de seis bomberos, cuatro permanentes y dos had-honorem.

2.3 Recolección de Información.

Se giró invitación al personal de Bomberos Municipales para participar, aclarando que se trataba de una "Práctica Docente Supervisada" de DECTAFIDE, en el área del Karate-Do.

2.4 Tratamiento de la Información.

Se giró oficio membretado de DECTAFIDE y de BUSHIDO hacia el personal de Bomberos Municipales, asimismo se hizo la invitación a través del Comandante: Jorge Molina y de los oficiales Jefes Generales de Servicios.

III. MARCO OPERATIVO

3.1 Recolección de Datos.

Se recolectó información de los interesados a través de llamadas telefónicas, visita personal a la Estación General, a las diez estaciones urbanas y también por escrito.

3.2 Trabajo de Campo.

Se realizó cronograma de actividades, se planificaron las clases de microciclos y de diario, así como el informe mensual a través de material didáctico proporcionado por la oficina de coordinación de DECTAFIDE.

IV. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

* La práctica se realizó en las instalaciones de "BUSHIDO CENTRAL", autorizadas para el efecto y situadas en al 5a. avenida 10-13 de la zona 1, 3er. Nivel.

* Los horarios fueron de Lunes a Sábado, de 12:00 a 14:00 horas, con un total de 12 horas por semana.

* Se impartió entrenamiento a dos grupos de la guardia permanente, el "A" y el "B" y a la guardia voluntaria.

Un turno recibió: Lunes, Miércoles y Viernes de una semana y Martes, Jueves y Sábado de la otra, ya que trabajan 24x24 horas.

El lunes 21 de Abril y por orden del Cmdte. Jorge Molina el personal participante paso evaluación médica, en la Escuela Técnica de bomberos Municipales y a cargo del Dr. Edwin Genaro Bravo.

Los días 24, 25, y 26 de Abril se realizó prueba de condición física al personal bomberil sobre:

Resistencia

Flexibilidad

Velocidad

Fuerza

- * El 1 y 2 de Mayo se impartió plática sobre la relación a nivel científico y sistemático, que existe en el Kárate-Do en cuanto a lo fisiológico, psicológico, morfológico, biomecánico, etc., se refiere.
- * El Viernes 30 y Sábado 31 de Mayo se realizó la primera evaluación de los dos grupos, para el efecto se llenaron las fichas de solicitud de examen que exige nuestra escuela y que quedan registradas en SHIN BU KAN CENTRAL en el Instituto Politécnico de México D.F. actuando como "sinodales" (jueces), los profesores:

Edye Barillas 3o. Dan Cinta Negra.

Erwin Soto 1o. Dan Cinta Negra.

Fichas de examen en "anexos" y del resultado de la prueba los participantes recibieron 8o Kyu Cinta Amarilla.

- * El lunes 9 de Junio nos visitó el Cmdte. Jorge Molina para conocer de cerca el entrenamiento, instó a los bomberos a continuar la práctica felicitó a DECTAFIDE-USAC por fundar nuestra escuela.
- * El Sábado 14 de Junio se realizo "seminario" sobre arbitraje en el combate y se entregó documento en vigor a los participantes, se contó con auxilio de Cintas Negras, Café, y Verde Bushido.
- * El Lunes 16 de Junio se presentó el Supervisor de DECTAFIDE Prof. Luis García, entregando material didáctico consistente en:

Formatos para la planificación de diario.

Formatos para informe de actividad mensual.

- * El Sábado 21 de junio se celebró el aniversario de la Escuela de Bushido Central, los bomberos participaron de la misma actividad que la general e iniciaron la presentación oficial, y para el efecto se filmó el evento por parte de Relaciones Públicas de bomberos Municipales, se "invito" pero no se presentó ninguna autoridad que representara a DECTAFIDE.

- * Sábado 28 de junio se efectuó "seminario de Kata" con ambos grupos, trabajando las cuatro Kihon y las cuatro Yoshumo. Las primeras sobre posición de paso largo y corto, defensas básicas y ataque de puño. Las segundas sobre posición de Neko o pie de gato, bloqueos básicos y ataque de pierna y puño. Trabajo de coordinación, percepción, dominio de espacio temporal, centro de gravedad, balance, equilibrio, etc.
- * El Viernes 4 de julio se presentó el Supervisor de DECTAFIDE Prof. Luis García.
- * El Sábado 2 de Agosto se realizó la segunda evaluación de ambos grupos, el "A" por la mañana y el "B" por la tarde, actuaron como sinodales los profesores: Edye Barillas y Luis Contreras ambos 3o Dan Cinta Negra, se llenaron las fichas de rigor y recibieron el grado de 7o Kyu Cinta Naranja.
- * El Martes 12 de Agosto nos visitó nuevamente el Cmdte. Jorge Molina y observó demostraciones de defensa personal e instó a los participantes a seguir adelante aprovechando el tiempo.
- * El Sábado 16 de Agosto se llevó a cabo "seminario sobre defensa personal", se presentaron ambos grupos trabajando defensa contra arma contundente, arma blanca y agarres sorpresivos. Colaborando cintas negras, café, de Bushido.
- * El Sábado 6 de Septiembre se realizó clase de repaso general y luego partidos de Ping-Pong entre bomberos y alumnos regulares de Bushido; ganando los bomberos.
- * El Martes 16 y Miércoles 17 de Septiembre se realizó competencia de Kata entre los grupos de bomberos, con el propósito de motivarlos y se otorgó 1 medalla a la mejor ejecución de cada grupo; del "A" ganó Ivan Bran y del "B" ganó Bernal Carrera.

- * Viernes 19 de Septiembre nos visitó el Supervisor de DECTAFIDE Prof Luis García.
- * Lunes 22 de Septiembre nuevamente nos visitó el Supervisor de DECTAFIDE Prof. Luis García, dialogó con los bomberos presentes y revisó hoja de planificación diaria, semanal y mensual.
- * Sábado 27 de Septiembre se realizó el acto de "Clausura" previo al misma la última evaluación de los bomberos participantes para recibir el grado de 6o Kyu Cinta Verde o nivel técnico a donde se pretendía llegar durante los 6 meses, con examen público ante la presencia del Lic. Claudio Solís Cortes por parte de DECTAFIDE y quien fuera entrevistado por Relaciones Públicas de Bomberos Municipales.

El Mayor Jorge García Molina Cmdte. Ejecutivo de Bomberos, quien también fuera entrevistado; el Sr. Carlos Dubon Secretario de la Federación Nacional de Karate-Do quien manifestó su admiración y complacencia por el nivel técnico demostrado y alcanzado durante los 6 meses de la práctica docente, así mismo elogios hacia la existencia de DECTAFIDE.

La actividad fue filmada para entregar "Cassette" de la misma a la entrega del informe final a DECTAFIDE.

V. DESCRIPCION DE LA METODOLOGIA UTILIZADA DURANTE LA PRACTICA

Durante el proceso de enseñanza al personal de bomberos municipales, se utilizaron diferentes métodos en el entrenamiento tales como:

1. Método Verbal.

El cual consistió en transmitir conocimientos a través de la palabra, manejando explicaciones, conceptos y deducciones.

2. Método Visual Directo.

Este consistió en la demostración directa por parte del instructor en la ejecución de ejercicios físicos, técnicos, defensas, katas, combate, etc.

3. Método Fragmentario.

Utilizado por parte para la enseñanza de técnicas como: la ejecución de una patada y su objetivo, como ejecutar una defensa, barrer o derribar adversario, o en la ejecución de una kata que son serie de movimientos diversos, posiciones, ataques, etc., tomando en cuenta la acción motriz del movimiento.

5.4 Método Global.

Consistió en la unión de acciones o elementos del movimiento tales como la ejecución de una kata, ejemplo: "Kihon Gedan" que lleva 20 movimientos entre los cuales mencionamos posiciones, ataques, bloqueos, cambio de dirección, etc. (por partes, luego en forma global).

5.5 Método Repetitivo.

Dentro del proceso enseñanza-aprendizaje la repetición de los movimientos nos proporciona mejor nivel técnico: en el Kárate-Do y durante la práctica fue el método más utilizado.

5.6 Método Propioceptivo.

Se utilizó en la práctica durante la ejecución de técnicas de combate y en Kata, ya que este enseña al ejecutante la sensación de sentir el movimiento.

5.7 Método de Intervalos en Tramos Cortos.

Durante la práctica con ejercicios fuertes y después de pausa corta de descanso, se utilizó porque incrementa el volumen cardiaco.

5.8 Método de Variable continuo.

Se utilizó en los ejercicios cíclicos de puños o piernas, con la consecuente exigencia en la velocidad de ejecución.

5.9 Método de observación.

Otro de los métodos muy utilizados durante la práctica, para establecer errores de ejecución y corregir los mismos.

VI. ANALISIS DE RESULTADOS OBTENIDOS EN EL PROCESO DE ENTRENAMIENTO.

Al inicio de esta Práctica Docente con personal del Cuerpo de Bomberos Principales y después del examen médico fisiológico que se les practicó en Escuela Técnica a cargo del Dr. Edwin Genaro Bravo, se les realizó la evaluación de condición física sobre resistencia, flexibilidad, velocidad y fuerza, con el resultado de porcentaje entre el 25% y 50% lo cual es bastante bajo para alguien que tiene que bajar y subir barrancos, el correr una camilla, bajar un pozo, etc. Sin embargo en el mes de Julio su porcentaje en las mismas pruebas subió un 40% al 70%, y en el mes de noviembre ya para finalizar la práctica su cambio fue entre 60% y 90% de condición física en las cualidades mencionadas, lo que fue satisfactorio a los participantes.

En cuanto al nivel psicológico su fluidez mental superó y esto se evidencia no solo en la coordinación de movimientos en una kata, combate, etc., sino en los cambios de actitud y compañerismo que se observó en ellos, como haber realizado un examen público ante las autoridades presentes el día de la clausura, responder un test oral ante las mismas, evidencian un nivel psicológico estable.

A nivel biomecánico, aunque los bomberos reciben uno tras otro cursos paramédico, los asombró el conocer sus propios movimientos, articulaciones y participan en los mismos, músculos involucrados en una acción, etc.

Desde luego que esto fue un "Hit" para DECTAFIDE, dado que en la mayoría de los cursos que reciben son relacionados con medicina e ignoraban el funcionamiento articular y muscular durante el ejercicio.

Técnicamente la superación fue evidente si nos referimos al nivel de la flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza, coordinación, etc.~ Y en lo referente al pateo, uso de puños, kata, combate, y ante todo la defensa personal de ataques sorpresivos que presentaron en el día de su examen final.

Científicamente los resultados se pueden evidenciar a través de los tests pedagógicos que se les pasaron y que se adjuntan en anexos, del Plan gráfico y el Análisis y Explicación del plan Escrito ejecutado.

6.2 Análisis y Explicación del Plan de Entrenamiento Escrito:

6.2.1 Entrenamiento de 6 días por semana.

Sesiones de 2 horas cada una.

Un total de 26 semanas por semestre.

Duración: de Abril a Septiembre de 1998.

6.3 Tareas Fundamentales:

6.3.1 Evaluación Médica. (E.M.)

La cual se realizó durante el microciclo del 21 al 26 del mes de Abril, específicamente el día 21 en las instalaciones de la Escuela Técnica de bomberos a cargo del Dr. Edwin Genaro Bravo, su diagnóstico clínico fué de aptitud.

6.3.2 Relación Científica. (R.C.)

Platica el 1 y 2 de Mayo.

Independientemente de las bases científicas que el Kárate-Do y su mística filosófica conservan, se hizo saber a los bomberos la relación del arte en mención en el ámbito fisiológico, psicológico, anatómico, biomecánica, morfológico, etc. Así como sus cualidades motoras, aeróbicas, anaerobicas, y su perfecto aprovechamiento.

6.3.3 Test Pedagógico. (T.P.)

Realizado el 30 y el 31 de Mayo.

Conforme el programa de enseñanza de nuestra organización se evaluó a los bomberos participantes para conocer primeros resultados en su motricidad, asimilación en cuanto a técnicas de puño, pierna, bloqueos, posiciones, desplazamientos, pero ante todo la relación de equilibrio, balance, percepción, clases de movimiento, velocidad de reacción, coordinación, etc. Aprovechando la misma se acreditaron el grado de 8o Kyu de Karate-Do Shito-Ryu con el aval federado.

6.3.4 Seminario de Arbitraje (Combate). (S.C.)

Junio 14.

Para el efecto se contó con la colaboración de profesores y regulares del Dojo, se introdujo al alumno bomberil al conocimiento del reglamento competitivo y se les obsequio folleto de la Federación Mexicana de Kárate-Do (3.2.5.6.7), conocieron el área oficial, posiciones y funciones de competidores, jueces, de anunciadores, anotadores, y terminología empleada. Asimismo explicación sobre el trabajo de presión, movimiento, finteo, como superar la distancia, salidas en 45o grados, etc. Y fundamentalmente durante el combate relacionar lo científico como el control de respiración, donde explicar lo psicológico, el dominio de espacio temporal, la velocidad de reacción, el gesto deportivo, etc.

6.3.5 Seminario de Kata. (S.K.)

Junio 28.

El trabajo de kata fuera de plasticidad y belleza de movimientos, tiene influencia científica tales como habilidad motora, coordinación, equilibrio, ritmo, capacidad anaeróbica, etc. Durante el presente seminario los bomberos

participantes con ayuda de alumnos del Dojo pudieron comprobar cada aspecto científico por ejemplo: En posición de kata se utiliza el equilibrio tanto estático como dinámico, lo anaeróbico en la ejecución de movimientos rápidos y cortos, el ritmo que maneja o controla el total de los movimientos con armonía, y la coordinación que es lo fundamental para unir posiciones, bloqueos, puños, pateo, velocidad, fuerza, espacio temporal, etc.

6.3.6 Segunda Evaluación Pedagógica.

Realizada Sábado 2 de Agosto.

Calendarizada para el 25 y 26 de Julio, se pospuso por los otros cursos que reciben los bomberos. En este examen ya el nivel de exigencia es superior puesto que la técnica que se pide es variada; lleva trabajo de puños, defensas, chasqueo, pierna, avances, kata, oral, y ante todo combate.

La condición física debe haber mejorado y su resistencia aeróbica permitir el aumento de cargas, así como biomecanicamente su equilibrio estático y dinámico al ejecutar kata esta mejor balanceado y su velocidad de reacción tanto en defensa y como en ataque permitir mayor rapidez de ejecución. El aprobar este examen sitúa a los bomberos en 7o Kyu Cintra Naranja.

6.3.7 Seminario de Defensa Personal. (D.P.)

Agosto 16.

El "Tze Kin Zen" o defensa de ataques sorpresivos fue muy bien aprovechado por los participantes, aprendieron defensa tanto de ataques directos, como de arma contundente y por la espalda. Asimismo pusieron en evidencia el conocimiento y dominio científico sobre aspectos tales como: percepción visual, velocidad de reacción, dominio de espacio temporal, percepción táctil, etc.

.3.8. Evaluación Final.

Realizada Sábado 27 de Septiembre.

También calendarizada para 19 y 20 de Septiembre y pospuesta para el día de la "clausura", siendo muy importante el cambio dado pues el examen fue público y ante la presencia de autoridades de DECTAFIDE, BOMBEROS, Y FEDERACION NACIONAL.

Esta evaluación fue la más importante de la Práctica Docente pues el grado a obtener es el de 6o Kyu Cinta Verde, o sea que todo el conocimiento adquirido durante los seis meses de duración de esta actividad deberán ponerse en evidencia, tanto en lo referente al nivel técnico, como en condición física.

Un aspecto interesante durante la evaluación fue el pasarles test en forma oral, poniendo en evidencia públicamente los conocimientos científicos del Karate-Do.

NOTA:

Todas las evaluaciones fueron calificadas por sinodales de Cinta Negra. Los diplomas otorgados confirman el aval internacional de SHIN BU KAN CENTRAL desde México D.F., a través del Lic. Y Sensei: Alberto Hidalgo Vera Presidente de la misma, de UNION MURATA que preside el Saikoo Shihan: Nobuyoshi Murata, Grand-Master y Gobernador de Shito-Ryu en Latinoamérica.

6.4 Períodos.

6.4.1 Preparatorio.

En este período se trabajó la capacidad de rendimiento del atleta se aumentó en forma paulatina el volumen de carga para crear condición física técnicas deportivas, tácticas, trabajo psíquico. El entrenamiento se orientó hacia el desarrollo de las bases del rendimiento, programando un mayor número de ejercicios generales reduciendo el volumen de carga específica.

Asimismo se capacitó al atleta para elaborar cargas más intensivas en las etapas siguientes al desarrollar la resistencia aeróbica, fuerza máxima y habilidades técnicas-tácticas, para el efecto se utilizaron dos meses en dicha etapa.

6.4.2 Especial.

Básicamente se desarrolló el nivel competitivo sobre la base de tareas de la etapa anterior, el entrenamiento fue especial y se redujo volumen de ejercicio general para aplicar ejercicios especiales y se elevó el porcentaje de carga específica. Sin embargo la intensidad de la misma debiera aumentar en los especiales. En este período el entrenador debe asegurarse que los jóvenes talentos alcancen mejores resultados y garantizar que el rendimiento se eleve a través de intensificación de la carga.

6.4.3 De Control.

A través del entrenamiento se pudieron observar faltas técnicas y las cargas del mismo, adquiriendo una distinta orientación a fin de estimular el entreno.

Para el efecto se estabilizó o disminuyó el nivel de sobrecarga ante tomas de agotamiento, por defectos técnicos o tácticos. Eliminarlos fue determinante durante las sesiones de este período.

4.4 De Transición.

Después de un desgaste de energía física y psíquica un nuevo período comenzó con descanso activo o transición. Ya que básicamente su tarea de regeneración física y psíquica para aumentar el volumen de carga en nuevo período.

Se trabajaron ejercicios generales y el atleta se le permitió practicar otros deportes, para no mantener una actitud pasiva. El volumen, intensidad, frecuencia de la carga, garantizaron la recuperación del atleta manteniendo nivel durante este período.

Etapas:

4.1 Preparación Física General:

La orientación del entrenamiento durante esta fase fue la creación de forma deportiva, mejorando la funcionalidad de aptitudes físicas tales como: fuerza, velocidad y resistencia. Las proporciones concretas dependieron de la preparación del atleta y el aumento paulatino de volumen e intensidad.

Dándole mayor énfasis al volumen de trabajo ya que la estabilidad de forma deportiva depende del mismo y de su prolongación. Hubo tendencia al trabajo de sobrecarga pero encauzada al desarrollo multifacético del ejercicio en esta fase, en cuanto a los ejercicios de competencia su volumen e intensidad no alteraron el aumento gradual de la sobrecarga.

6.5.2 Preparación Física Especial.

Se redujo la cantidad de ejercicios generales y el entreno fue más constante, concatenando actividades físicas con habilidades técnicas y la preparación se dirigió al fortalecimiento de órganos y sistemas, elevando sus funciones y desarrollo de cualidades motoras y buscando la perfección de capacidades como fuerza, resistencia, rapidez, fuerza rápida, movilidad etc. El incremento del ejercicio dosificó el estímulo del atleta.

6.6 Mesociclos.

6.6.1 Introdutorio.

Iniciaron el macrociclo de entrenamiento con dos o cuatro microciclos ordinarios y culminó con el restablecimiento. La intensidad de sobrecarga fue baja pero el volumen subió.

6.6.2 Desarrollador.

Desempeñó un papel importante en el paso del deportista a una nueva capacidad de trabajo, y su diferencia es la sobrecarga durante el entrenamiento.

6.6.3 Estabilizador.

Su característica principal fue la interrupción en el aumento de sobrecarga del nivel alcanzado, contribuyendo a la estructura de adaptación y se formó de tres microciclos ordinarios.

5.6.4 De Depuración.

Jugó un papel fundamental durante el macrociclo de entrenamiento pues es aquí donde se encuentran los defectos técnicos, para poder corregirlos durante el mismo y se concatena con macrociclo ordinario, de choque y restablecimiento.

5.6.5 De Transición.

Después del desgaste físico y psíquico todo cambio de período se comienza con descanso activo, es corto y busca la regeneración física y psíquica del atleta. Durante el mismo se puede involucrar deportes que le interesen al atleta para no estar pasivo y el volumen, y frecuencia de la carga garantizarán la recuperación del atleta.

5.7 Microciclo:

5.7.1 Ordinarios:

Durante el macrociclo de entrenamiento fueron los encargados del incremento de sobrecargas, su volumen e intensidad no tienen límites.

5.7.2 De Choque.

Su característica fue volumen e intensidad de carga alcanzadas por las concentraciones y sumatoria de sesiones.

6.7.3 De Restablecimiento.

Se caracterizó por la disminución del entrenamiento y el aumento de días de descanso activo, también se les conoce "de descarga".

6.8 Volumen.

En los diferentes microciclos de este programa de trabajo se aplicaron distintos porcentajes de carga o repetición de ejercicios, y sobre trabajo técnico y táctico dentro del Karate-Do.

6.8.1 Determinación del Porcentaje.

En lo referente a la etapa de preparación física general se le distribuyó la carga así:

De los 720' por semana

Preparación General	60% equivalente a 432'
Preparación Especial	40% equivalente a 288'
Preparación Física Especial	60% equivalente a 173'
Preparación Técnico-Táctica	20% x 288' igual a 58'
Juego	20% x 288' igual a 58'

En la preparación Especial la carga se distribuyó así

Preparación General	40% equivalente a 288'
Preparación Especial	60% equivalente a 432'
Preparación Física Especial	60% equivalente a 173'
Preparación Técnico-Táctica	30% equivalente a 86,4'
Juegos	20% equivalente a 29'

La distribución del porcentaje y el tiempo empleado en la preparación general y especial de las capacidades durante la semana de distribuyó así:

Preparación General (432')

Preparación Especial (288')

Calentamiento		30'		30'
Flexibilidad	50%	201'	25%	64.5'
Velocidad	25%	100.5'	50%	129'
Resistencia	25%	100.5'	25%	64.5'

Preparación Especial (288')

Preparación General (258')

Calentamiento		30'		30'
Preparación				
Física Especial	60%	155'	60%	136'
Resistencia				
a la fuerza	25%	39'	25%	34'
Anaeróbico	50%	77'	50%	68%
Aeróbico	25%	39'	25%	34'
Preparación				
Técnico-Táctica	20%		30%	68'
Técnica de				
Puño y Pierna	31'		40%	27'
Tácticas de				
Ataque	40%	20'	60%	41'
Juegos o Topes	20%	51'	10%	23'
Combate de				
Estudio	60%	31'	60%	14'
randori Kumite	40%	20'	40%	9'



CONCLUSIONES

- La práctica proporcionó mejor condición física a los bomberos que participaron.
- La actividad creó mayor amistad y compañerismo entre los grupos participantes.
- Se evidenció un buen inicio de relaciones entre los jefes y los subalternos por la colaboración prestada.
- Que existe interés por la superación del bombero, no sólo en el ámbito de tecnicismos bomberiles, sino personales.
- La práctica abrió un espacio de relaciones entre DECTAFIDE y los bomberos Municipales, con vistas al futuro.
- Que a pesar de haber llevado cursos "obligatorios" se esforzaron por salir adelante con nuestra práctica, y según manifestaron lo más importante que motivó es que fue voluntaria.
- Independientemente de lo aprendido en Kárate-Do, ampliaron sus conocimientos científicos.
- La práctica les proporcionó mayor conocimiento sobre la mística de Kárate-Do, y una mejor condición cardiovascular.
- Adquirieron conocimientos científicos sobre su propia motricidad y la correcta ejecución de movimientos.

RECOMENDACIONES

- * Que los bomberos participantes de esta práctica docente traten de mantener la forma deportiva alcanzada durante la misma, a través de un entrenamiento constante.
- * Las relaciones reciprocas de comprensión logradas entre oficiales subalternos a través de esta práctica; pueden mantenerse si los que participaron mantienen el precepto del Kárate-Do de disciplina.
- * El conocimiento científico recibido durante la práctica deben de reforzarlo consultando textos de medicina deportiva, metodología del entrenamiento, psicología del deporte, etc.
- * Colaborar con el Cuerpo de Bomberos Municipales en la preparación física de otros compañeros, a través de los conocimientos adquiridos durante la práctica.
- * Tratar de mantener la relación abierta con DECTAFIDE para la superación científica del bombero municipal, en todo lo referente a la disciplina deportiva y recreativa.
- * Bomberos Municipales tiene talentos para diversas ramas del deporte, y pienso que otros compañeros de DECTAFIDE podrían muy bien, aprovecharlas como: natación, fútbol, tenis de mesa, atletismo.
- * Como en otros países los bomberos deberían contar con gimnasio y equipamiento adecuado para su condición física.

BIBLIOGRAFIA

- 01- Demura, Fumio. 1971. Kárate Do Weapon of Self Defense.
Los Angeles Cal. U.S.A.
- 02- De Vicente, Enrique. 1993. Año Cero "El Esoterismo de las Artes
Marciales". España.
- 03- Federación Mexicana. 1994. Reglamentación de Competencia de Kumite
y Kata. México, D.F.
- 04- Hidalgo, Alberto. 1980. Kárate-Do Shito-Ryu Enseñanza Básica.
México, D.F.
- 05- Iwata, Manso. 1981. Kárate-Do Shito-Ryu.
Japón.
- 06 Kimura, Masanobu. 1980. La Verdad del Kárate-Do Tomo I.
Guatemala, C.A.
- 07- Mabuni, Ken EI. 1967. Kárate-Do.
Guatemala, C.A.
- 08- 1989. Kárate-Do Shito-Ryu.
- 09- Nakahashi, Idetoshi. 1985. Shito-Ryu Kárate-Do.
Francia.
- 10- Sosa, Jorge. 1973. Kárate-Do.
Guatemala, C.A.



A N E X O S

[The page contains extremely faint and illegible text, likely bleed-through from the reverse side of the document. The text is too light to transcribe accurately.]



DIAGNOSTICO FISICO, ORGANIZACION Y OBJETIVOS DEL CUERPO DE
BOMBEROS MUNICIPALES.

) El cuerpo de Bomberos Municipales de Guatemala fue fundado en el año 1956 por iniciativa del entonces Alcalde Capitalino Ingeniero Julio Obiols y don Ricardo Robles Díaz Jefe del Departamento de Limpieza Municipal; nombres conocedores de las necesidades de la población a través de siniestros diversos tipos que afectaban a la misma.

Dándose a la tarea de cristalizar sus sueños y formar así el Cuerpo Bomberos Municipales situado en la 1a. Calle entre 2a. y 3a. avenida zona al frente del Instituto Normal de Señoritas Centro América (INCA).

Por otra parte los primeros bomberos fueron integrantes del balompié municipal, específicamente de los "Rojos del Municipal" con quienes se inició servicio ininterrumpido de 24 X 24 horas de servicio, para lo cual se organizaron dos grupos: el "A" y el "B". Asimismo el aniversario del C.B.M., celebra el 10 de Agosto de cada año o día de "San Lorenzo" patrono de institución y se le conoce como el "Día del Bombero Municipal".

Características:

Inicialmente las unidades de emergencia se pintaban de color rojo y en 1959 se les pintaron las portezuelas de color blanco con el escudo internacional de bomberos al centro, a los costados una franja blanca con leyenda: "Bomberos Municipales" con letras rojas.

) Folleto de Escuela Técnica de Bomberos Municipales.

Actualmente las unidades son de color "Verde Limón", color adoptado en 1982 por ser más visible por la noche.

El casco del bombero municipal es de color rojo y su uniforme de diario es camisa manga corta y pantalón azul marino, cincho blanco, zapatos o botas negras, calcetines negros, el pantalón lleva una franja a todo el largo de la pierna de color rojo.

En la camisa se colocan los distintivos:

- * Lado izquierdo sobre la bolsa, gáfete nombre del portador, sobre el hombro del mismo lado, el porche de Guatemala, en el vértice del cuello de la camisa, el escudo de la municipalidad.
- * Del lado derecho, sobre el gáfete de Bomberos Municipales, en la manga sobre el hombro, escudo de la Escuela Técnica, en el vértice de la camisa en el cuello, el escudo Internacional de Bomberos. Todo es bordado en tela y nada de metal.

Se cuenta con uniforme de media gala para los abanderados y escoltas y de gala para los oficiales; estos puestos son designados por elección de los jefes de servicios de cada estación y se nombra una comisión que elige a los que llenen los requisitos quedando así:

- * Un abanderado para el Pabellón Nacional de la Guardia Permanente.
- * Un abanderado para el Estandarte de Bomberos, de la Guardia Ad-Honorem.
- * Dos escoltas de la permanente, para el Pabellón Nacional.
- * Dos escoltas Ad-honorem, para el Estandarte de la Institución.
- * Un jefe de abanderados u Oficial de la permanente y cuatro suplentes dos permanentes y dos Ad-honorem, estos se cambian cada año.

Aparte de nuestra bandera azul y blanca, el Estandarte de la Institución Bomberil está diseñado en un rectángulo rojo, inserto un triángulo blanco al centro el escudo internacional (bordado), alrededor del rectángulo lleva orla de flecos dorados.

estructura Física:

Actualmente los bomberos municipales prestan sus servicios a través de 10 estaciones estratégicamente situadas dentro del perímetro urbano y que jerárquicamente funcionan así:

La estación Central; funciona en la 3a. avenida 1-45 zona 2 y es en donde se encuentra la "Cabina Principal o Planta de Radio" así como el teléfono de emergencia 123, que es donde se reciben las llamadas de auxilio y luego se le asigna a la estación más cercana a la emergencia. Asimismo se encuentran las oficinas administrativas como la del comandante ejecutivo, secretaria general, relaciones públicas, también salón de sesiones de oficiales, clínica médica, la bodega general o almacén, y los talleres mecánicos. Hay dos jefes generales de servicios, el del turno "A" y el "B" quienes disponen en al toma de decisiones durante ausencia del Cmte. Ejecutivo.

Le sigue la Segunda estación situada en Boulevard Liberación y 14 avenida zona 12 "El Trébol", cuya característica principal es que aquí funciona la Escuela Técnica del cuerpo y es la encargada de la capacitación teórico-práctico del personal permanente y ad-honorem.

- 3a. Estación, 26 calle y 14 avenida zona 5.
- 4a. Estación, 12 avenida y 6a. calle zona 19, La Florida.
- 5a. Estación, Vía 7 y Ruta 7 zona 4.
- 6a. Estación, 6a. avenida y 22 calle zona 12, Villalobos I.
- 7a. Estación, Avenida Petapa y 53 calle, zona 12.
- 8a. Estación, Entrada al Cuartel Mariscal Zavala, zona 17.
- 9a. Estación, Boulevard Los Próceres y 17 avenida, zona 10.
- 10a. Estación, Aereopuerto Internacional La Aurora, zona 13.

Las estaciones situadas en los Departamentos son:

Guatemala	Villa Hermosa, Municipio de San Miguel Petapa.
El Progreso	El Rancho.
Zacapa	Río Hondo.
Chimaltenango	El Tejar. Tecpán. San Andrés Itzapa. Patzicia. Patzun.
Sacatepequez	Jocotenángo. Santiago Sacatepequez. San Miguel Dueñas.
Suchitepequez	San Antonio Suchitepequez. Cuyotenango. San Miguel Panán.
Quetzaltenango	Coatepeque. Olintepeque.
San Marcos	San Pedro Sacatepequez. Concepción Tutuapa. Pajapita. Palín Nuevo Progreso.
Totonicapán	Totonicapán.
Quiche	Chichicastenango. Camanchaj. Cunén.

Las estaciones en el ámbito urbano cuentan dentro de su material rodante

1:

- * Motobombas Contra Incendios.
- * Carros Escaleras.
- * Cisternas de Abastecimiento.
- * Pick-Ups Módulos de Rescate.
- * Ambulancias. Etc.

Debidamente equipados y principalmente los de rescate que cuentan con "Quijada de la Vida", equipo de Oxígeno, de Transfusiones, Sueros, etc. todo el equipo de "Paramédicos" hasta atención de partos, asimismo cuentan con el equipo necesario para comunicarse con ciertos centros de atención hospitalaria dependiendo la magnitud de la emergencia.

Organización.

Su estructura en el ámbito jerárquico parte desde el Sr. Alcalde Municipal en funciones quien funge como JEFE SUPERIOR del Cuerpo de Bomberos Municipales, ya que estos son empleados municipales y sujetos al Ayuntamiento Municipal. Se adjunta el Organigrama respectivo.

Objetivos del C.B.M.

Básicamente los bomberos municipales se fundaron para ofrecer ayuda al pueblo de Guatemala en la lucha y extinción de incendios como para la prevención de los mismos; tal el caso del siniestro que consumió el triste recordado Hospital Neuro-psiquiátrico el 14 de Julio de 1960 en donde recibieron aproximadamente 325 enfermos mentales.

Sin embargo, siendo el objetivo fundamental del Cuerpo de Bomberos combatir el fuego en la actualidad se han ganado la admiración y respeto del pueblo en general, ya que han ampliado su red de acción y se ha transformado en una institución multifacética.

Entre las cuales se puede mencionar: Combate de incendios en inmuebles de vehículos, de aviones, rescates en barrancos, pozos, lagos, montaña, aguas negras, atención de accidentes automovilísticos, de trabajo, ferroviarios, heridos por armas de fuego, punsocortantes, atención de partos y diversos servicios por enfermedades fisiológicas. Pero sus objetivos redundan en el salvamento de vidas humanas y de los bienes materiales de los guatemaltecos.

Galardones Obtenidos.

En una institución de servicio público como la de los bomberos municipales que durante 42 años vienen sirviendo a la comunidad, es obvio que hayan acumulado un sinnúmero de satisfacciones y reconocimientos nacionales como internacionales, siendo los más trascendentales los siguientes:

Cruz de Servicios Distinguidos

Presidente Miguel Idigoras Fuentes,
4 de agosto de 1960.

Medalla de Honor

Bomberos de Nicaragua 24-04-64.

Medalla de Honor

Consejo Municipal 10-03-67.

Medalla de Honor

AVIATECA 31-03-68.

Medalla de Honor

Club de Leones 1971.

Categoría de BENEMERITA

A la institución por el Congreso
de la República Decreto 75-74
de fecha 7 de agosto de 1974.

Medalla de Honor

Club de Leones "63" 16-12-77.

Medalla de Honor

Club de Leones Reforma —08-80.

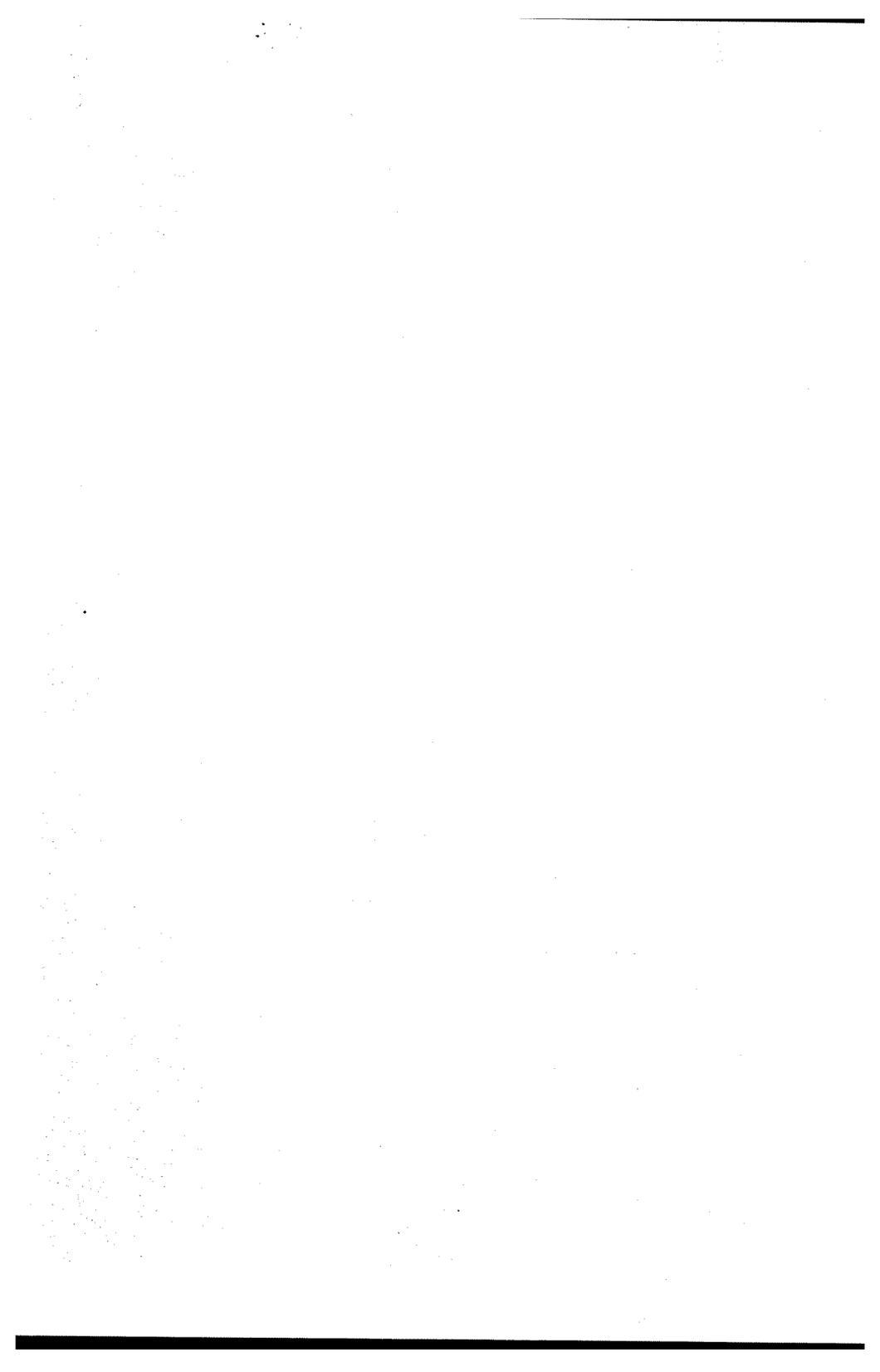
Orden del Quetzal-Gran Cruz

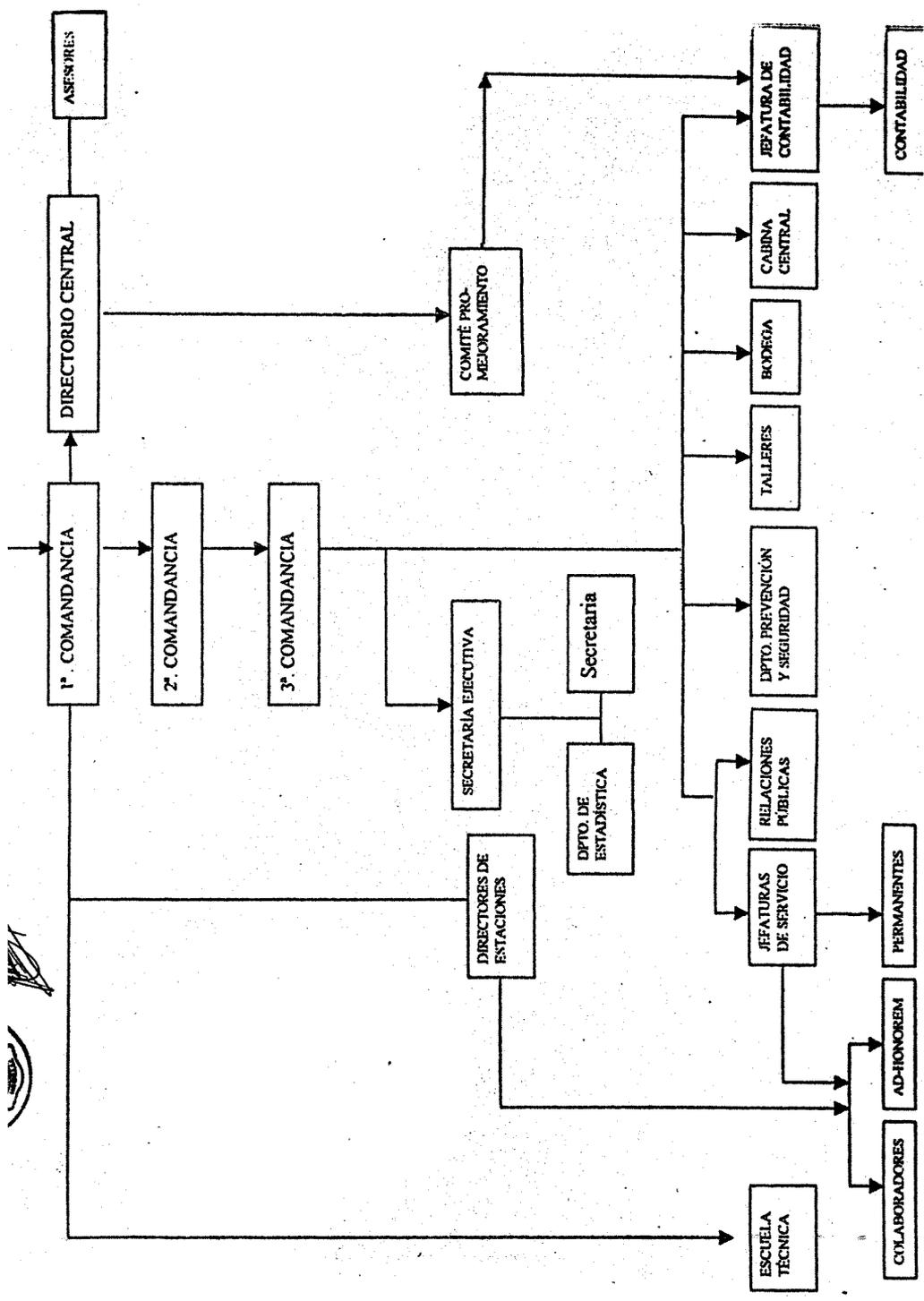
Por acuerdo 16-03-81 10-08-81.

Orden Miguel Angel Asturias

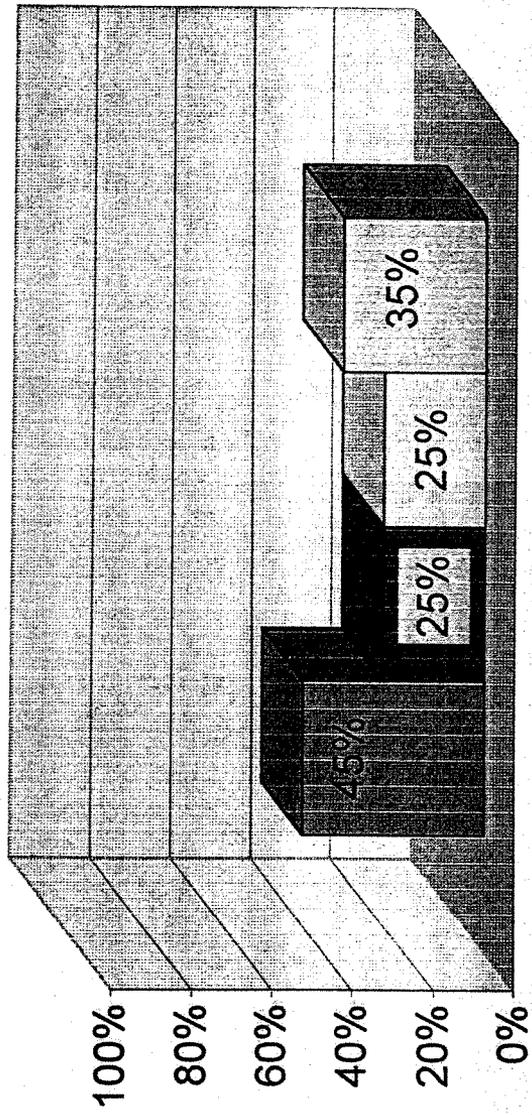
Circulo Nac. De Prensa —10-86.

Aunque existen muchos más dentro de su brillante trayectoria como un fiel guardián, los guatemaltecos no tenemos como pagar los servicios de tan NOBLE INSTITUCION.





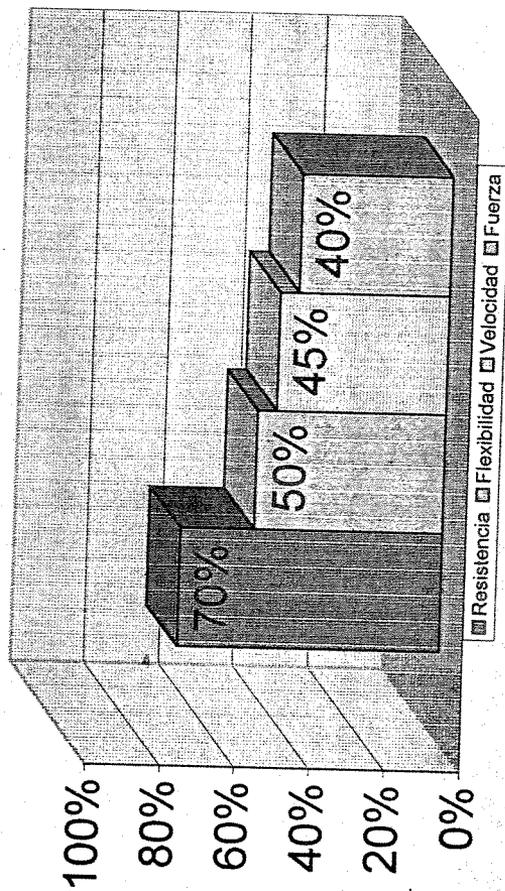
Primera Evaluación de Condición Física, Bomberos Municipales "Práctica Docente "



■ Resistencia ■ Flexibilidad □ Velocidad □ Fuerza

Resistencia 45%
Flexibilidad 25%
Velocidad 25%
Fuerza 35%

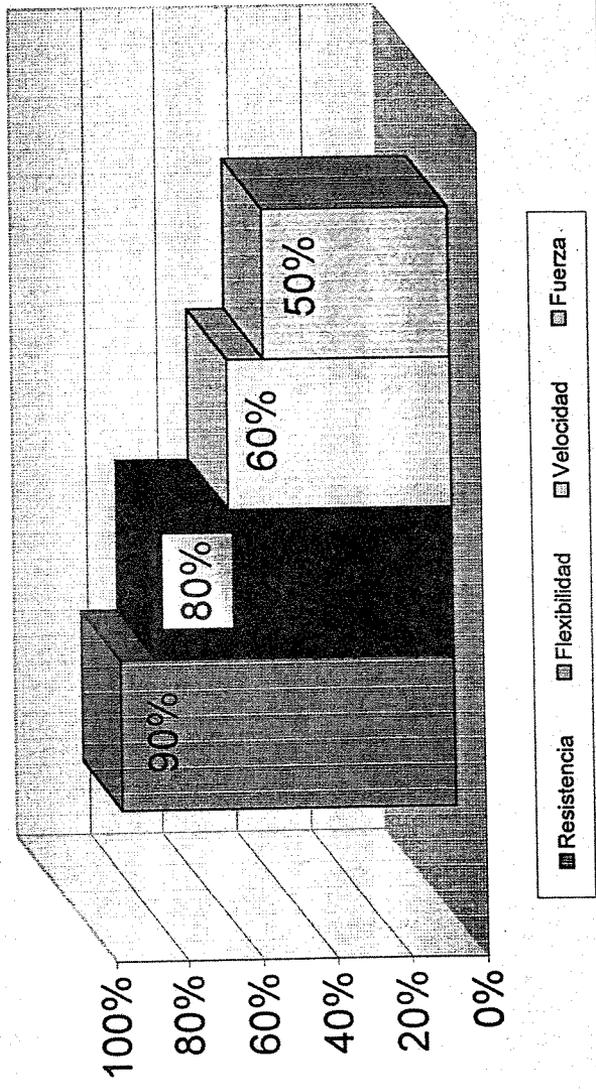
Segunda Evaluación de Condición Física, Bomberos Municipales " Práctica Docente "



Resistencia
Flexibilidad
Velocidad
Fuerza

70%
50%
45%
40%

Tercera Evaluación de Condición Física, Bomberos Municipales "Práctica Docente"



Resistencia 90%
Flexibilidad 80%
Velocidad 60%
Fuerza 50%



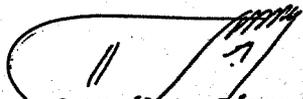
Guatemala, 18 de Junio de 1997

Dr. Víctor Manuel Ordoñez M.
Coordinador General Académico
"DECTAFIDE"
Su Despacho.

Apreciable Doctor.

Respetuosamente lo saludo con los mejores deseos por el éxito de sus labores, luego me permito exponerle. El día Sábado 21 de los corrientes y de las 14:00 hrs. p.m. en adelante, estaremos celebrando el "aniversario" de nuestra escuela y para el efecto realizaremos una demostración de habilidades técnicas en la cual tomarán parte los Bomberos que participan en mi "práctica supervisada". Asimismo esperamos contar con la presencia de alguno de los medios de información televisivos y escritos. Por tanto su presencia dará mayor realce a nuestra actividad y oportunidad de proyección de DECTAFIDE, haciendo extensiva la invitación a quien usted crea conveniente de la Coordinadora de nuestra escuela. Al finalizar la misma degustaremos de un sabroso platillo típico siempre dentro de las instalaciones de nuestra escuela, Esperando contar con su presencia, atentamente.




Prof. Raúl A. Pérez Verdín
Director General
Shin Fu Kan Guatemala
Coordinador Union Furata

rom
cc/archivo

RECIBIDO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS-ECTAFIDE
SECRETARIA
FECHA: 19/6/97 HORA: 13:40
FIRMA: 

1. The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions and activities. It emphasizes that proper record-keeping is essential for ensuring transparency and accountability in financial reporting.

2. The second part of the document outlines the various methods and techniques used to collect and analyze data. It highlights the need for a systematic approach to data collection and the importance of using reliable sources of information.

3. The third part of the document focuses on the analysis and interpretation of the collected data. It discusses the various statistical and analytical tools used to identify trends, patterns, and relationships within the data.

4. The fourth part of the document discusses the importance of communicating the results of the analysis. It emphasizes the need for clear and concise reporting that effectively conveys the findings and conclusions to the relevant stakeholders.

5. The fifth part of the document discusses the importance of maintaining the integrity and confidentiality of the data. It highlights the need for strict security measures and protocols to protect sensitive information from unauthorized access or disclosure.

6. The sixth part of the document discusses the importance of regular monitoring and evaluation of the data collection and analysis process. It emphasizes the need for ongoing communication and collaboration between all involved parties to ensure the process remains effective and efficient.

7. The seventh part of the document discusses the importance of using the data to inform decision-making and improve organizational performance. It highlights the need for a data-driven approach to management and the importance of using the insights gained from the analysis to drive positive change.

8. The eighth part of the document discusses the importance of staying up-to-date on the latest developments in data collection and analysis. It emphasizes the need for continuous learning and professional development to ensure the organization remains at the forefront of the field.

9. The ninth part of the document discusses the importance of maintaining a strong ethical framework for the data collection and analysis process. It highlights the need for transparency, honesty, and integrity in all aspects of the process to ensure the data is used for the benefit of the organization and its stakeholders.

"BUSHIDO CENTRAL"

Miembro de SHIN BU KAN Internacional y de UNION MURATA
Karate-Do Shito-Ryu México D. F.

5a. Av. 10-13, Zona 1 3er. Nivel, Tel. 2322707 Guatemala, C. A.

Guatemala, Abril de 1997.

Caballero Bombero

Bomberos Municipales
Ciudad.

Apreciable Caballero Bombero.

En nombre de la "Escuela de la Ciencia-La Tecnología-La Actividad Física y el Deporte" de la Universidad de San Carlos de Guatemala, y del mío propio; reciba un cordial saludo con los mejores deseos por el éxito de sus labores.

Seguidamente permitame informarle que el curso a recibir sobre mi especialidad, el KÁRATE-DO y que inicia el Lunes 28 del corriente mes en la dirección arriba impresa, de las 12:30-14:00 hrs. p.m., de Lunes a Viernes y Sabado de 10:30 a 12:00 hrs. Será impartido como mi "práctica Docente Supervisada" y poder cumplir con uno de los requisitos previos a optar el Título de LIC. EN EDUCACION FISICA, DEPORTES Y RECREACION.

Por tanto, usted recibirá una enseñanza sistemática-científica y con el respaldo técnico de "USAC" y nuestra organización, a través de Diplomas que acreditarán su grado, esfuerzo, y como reconocimiento a su tan noble profesión.

Esperando su puntual asistencia, agradezco su atención.



Prof. Raúl A. Pérez Morán
Director General
Shin Bu Kan Guatemala
Coordinador Union Murata

rpm
cc/archivo



BENEMERITO CUERPO DE BOMBEROS MUNICIPALES

DECRETO DEL CONGRESO DE LA REPUBLICA No. 73-74

DISCIPLINA — HONOR — ABNEGACION

L. A. C. A.

EMERGENCIA

CF C C No. _____

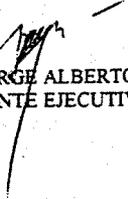
REF _____

Guatemala 22 de Septiembre de 1997

Licenciado Claudio Vinicio Solís Cortéz
Coordinador Area de Extensión
Escuela de Ciencia y Tecnología
de la Actividad Física y el Deporte
Universidad de San Carlos de Guatemala
a despacho

Añor Licenciado:

Reciba un cordial saludo del Benemérito Cuerpo de Bomberos Municipales, por este medio le expongo que lo referente a la práctica docente en la disciplina de Karate Do, a cargo del estudiante Raúl Antonio Pérez Morán, llevada a cabo con personal de esta institución se realizó de forma satisfactoria. De hacer notar que, por diversos cursos de capacitación, previamente programados dentro del Cuerpo de Bomberos, tales como Programa Paramédico, Técnicos en Primeros Auxilios, Cursos Básicos y la Patrulla Especial de Rescate, Rescate Subacuático, APPA, CUSE Y OTROS, el número de elementos participantes en esta práctica fue reducido. Por parte de Bomberos Municipales se realizó la supervisión de algunas de las prácticas en la escuela "SHIDO CENTRAL", y en ellas se observó un alto rendimiento en cuanto a la aplicación de conocimientos científicos innovados al Karate-Do, teniéndose como resultado un beneficio físico y mental para los cursantes. En cuanto a los cuadros de asistencia se indica que no fue necesario llenarlos ya que la práctica se desarrolló en la escuela del Profesor Pérez Morán. Por parte del Cuerpo de Bomberos Municipales felicitamos a DECTAFIDE por tan acertada y necesaria iniciativa en nuestro país y esperamos que nuestra institución pueda seguir contando con los beneficios de los programas, atentamente;


AYOR JORGE ALBERTO GARCÍA MOLINA
MANDANTE EJECUTIVO



RECIBIDO

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS-ECTAFID

SECRETARIA

FECHA: 25/09/97 HORA: 17:45

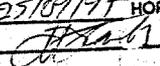
FIRMA: 



TABLA DE CONTENIDOS

HOJA:

roducción 01

Marco Conceptual:

1.1 Antecedentes	02
1.2 Justificación	02
1.3 Determinación del Problema	03
1.3.1 Definición	03
1.3.2 Alcances y Limites	03
1.3.2.1 Ambito Geográfico	03
1.3.2.2 Ambito Institucional	03
1.3.2.3 Ambito Temporal	03
1.3.2.4 Ambito Personal	03

Marco Metodológico:

2.1 Objetivos	04
2.1.1 Generales	04
2.1.2 Específicos	04
2.2 Población	05
2.3 Recolección de Información	05
2.4 Tratamiento de la Información	05

Marco Operativo:

3.1 Recolección de Datos	05
3.2 Trabajo de Campo	06

Descripción de la Práctica Docente 06

TEMA:

HOJA:

V. Descripción de la Metodología Utilizada Durante la Práctica	10
5.1 Método Verbal	10
5.2 Método Visual Directo	10
5.3 Método Fragmentario	10
5.4 Método Global	10
5.5 Método Repetitivo	11
5.6 Método Propioceptivo	11
5.7 Método de Intervalo en Tramos Cortos	11
5.8 Método Variable Continuo	12
5.9 Método de Observación	12
VI. Análisis de Resultados Obtenidos en el Proceso del Entrenamiento	13
6.1 Plan de Entrenamiento Gráfico	15
6.2 Análisis y Explicación del Plan de Entrenamiento Escrito	16
6.2.1 Por Semana	16
6.3 Tareas Fundamentales	16
6.3.1 Evaluación Medica	16
6.3.2 Relación Científica	16
6.3.3 Test Pedagógico	17
6.4 Períodos	20
6.4.1 Preparatorio	20
6.4.2 Especial	20
6.4.3 De Control	21
6.4.4 De Transición	20
6.5 Etapas	21
6.5.1 Preparación Física General	21
6.5.2 Preparación Física Especial	22
6.6 Mesociclos	22
6.6.1 Introductorio	22

HOJA

6.6.2 Desarrollador	22
6.6.3 Estabilizador	23
6.6.4 De Depuración	23
6.6.5 De Transición	23
6.7 Microciclos	23
6.7.1 Ordinarios	23
6.7.2 De Choque	23
6.7.3 De Restablecimiento	24
6.8 Volumen	24
6.8.1 Determinación del Porcentaj:	25
Conclusiones	26
Recomendaciones	27
Bibliografía	28
Anexos	29

