

**UNIVERSIDAD EN CIENCIAS DEL DEPORTE
MANUEL FAJARDO
FACULTAD CULTURA FÍSICA HOLGUÍN**

**TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN
ACTIVIDAD FÍSICA COMUNITARIA**

**TÍTULO: ALTERNATIVA DEPORTIVO-RECREATIVA PARA OCUPAR EL
TIEMPO LIBRE DE LOS ESCOLARES DE 8 A 11 AÑOS DE EDAD A TRAVÉS
DEL KÁRATE-DO EN LA COMUNIDAD DE BÁGUANO VIEJO**

AUTOR: Lic. OMAR PÉREZ PÉREZ

TUTORA: MSc. YARLENIS BATISTA SERRANO

CONSULTANTE. MSc. ORLANDO MARTÍNEZ CUBA

2011

BÁGUANOS

Cuando cada muchacho encuentre en la ciudad, en el pueblo, en el barrio, un lugar apropiado para desarrollar sus condiciones físicas y dedicarse por entero a la práctica del deporte de su preferencia, habremos visto satisfecho el deseo de todos los que hemos hecho esta revolución.

Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a la Revolución Cubana, a nuestra Patria, a todos los que de una forma u otra tuvieron que ver con la realización de esta investigación y en especial se dedica a nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz.

AGRADECIMIENTOS

Durante estos largos años el trabajo fue intenso, matizado de dificultades que a veces parecían insalvables, de tensiones, de interrogantes.

Pero fue al mismo tiempo un período de alegrías y satisfacciones. Dos factores lo determinaron así: la felicidad que siempre produce el trabajo, cuando se hace con convicción y la fuente inagotable de estímulos que encontré entre los que me rodeaban.

Para las personas que me ayudaron a trazar el camino de la ciencia, quienes estaban cuando los necesité, quienes me ofrecieron todo sin pedir nada a cambio, quienes me conocieron y se mantuvieron conmigo, quienes me retaron, a los buenos amigos que me ha dado la vida.

Para ellos, sólo hallo palabras de agradecimiento, de infinito agradecimiento.

Para mi esposa: luz y fuerzas.

A mi familia por el aliento constante en mi superación.

A mi tutora por su incondicional ayuda y los saberes compartidos.

A los escolares, porque a ellos están dedicados mis esfuerzos.

A mis compañeros por permitirme contar con ellos cuando los necesité.

A todos los míos: los de ayer, los de hoy y los de siempre.

Quienes demostraron una vez más que la solidaridad es el componente esencial de la época en que tenemos el privilegio de vivir.

Eternamente agradecido.

INDICE

CONTENIDOS	PÁGINAS
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I CONSIDERACIONES GENERALES ACERCA DE LA INFLUENCIA DEL KÁRATE-DO EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y RECREATIVA	8
I.1 Concepciones generales sobre la actividad deportiva, recreativa y el tiempo libre	8
I.1.1 La práctica del Kárate-Do en la edad escolar en el contexto comunitario	13
I.2 Rasgos que caracterizan al escolar de 8 a 11 años de edad	18
Conclusiones del capítulo	24
CAPÍTULO II. ALTERNATIVA DEPORTIVO-RECREATIVA PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE DE LOS ESCOLARES DE 8 A 11 AÑOS DE EDAD A TRAVÉS DEL KÁRATE-DO, EN LA COMUNIDAD DE BÁGUANO VIEJO	25
II.1 Alternativa deportivo-recreativa para ocupar el tiempo libre de los escolares a través del Kárate-Do	25
II.2 Caracterización de la situación inicial y valoración del nivel de efectividad de la alternativa después de su puesta en práctica en la comunidad de Báguano Viejo	45
Conclusiones del capítulo	57
CONCLUSIONES GENERALES	58
RECOMENDACIONES	59
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	

RESUMEN

El estudio del aprovechamiento de la práctica del Kárate-Do para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas que ocupen el tiempo libre de los escolares, en particular los que se encuentran en la comunidad de Báguano Viejo, en edades comprendidas entre 8 y 11 años de edad, resulta una necesidad y al mismo tiempo un complejo problema no resuelto aún. En la práctica educativa se evidencian insuficiencias en este tema.

De ahí que el objetivo del trabajo es la elaboración de una alternativa deportivo-recreativa a través del Kárate-Do, que permita ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad en la comunidad de Báguano Viejo. Para dar cumplimiento a este propósito se considera oportuno utilizar las potencialidades que ofrecen el entorno comunitario y la integración de todos los agentes educativos.

Las bases teóricas conceptuales metodológicas de este trabajo se sustentan de manera esencial en los criterios abordados por L.S. Vigotski y sus seguidores, Aldo Pérez, Aguiar Barrera y otros. Se intenta un acercamiento a la solución del problema con una alternativa contentiva de actividades deportivo-recreativas a partir de un trabajo coherente y sistemático, que implica la preparación de todos los agentes educativos.

Se utilizan métodos teóricos y empíricos que permiten un análisis científico del problema, entre ellos: análisis-síntesis, inducción-deducción, histórico-lógico, enfoque de sistema, entrevistas, observación científica, resolución de problemas con experimentación sobre el terreno y talleres de reflexión crítica. Estos permiten un análisis de aspectos cuantitativos y cualitativos de los resultados.

La aplicación concreta de la alternativa desencadenó un trabajo conjunto de todos los factores que incidieron en los resultados alcanzados. Se evidencian transformaciones positivas al aprovechar las potencialidades de la práctica del Kárate-Do para desarrollar actividades deportivo-recreativas en aras de ocupar el tiempo libre de los escolares.

INTRODUCCIÓN

Avanza el siglo XXI, la globalización es cada día más real y agobiante, la economía de mercado atrapa el mundo, la deuda externa crece, como también crece la miseria de la inmensa mayoría de la humanidad. Se vive en un mundo unipolar, donde los ricos son cada día más ricos y los pobres cada vez más pobres. Por ello es indispensable incrementar el número de artistas marciales donde se brinde las posibilidades y oportunidades para la práctica sistemática de este deporte, donde se tienen presente sus cualidades físicas, intelectuales y motivacionales.

La práctica del Kárate-Do favorece la formación de la personalidad y fomenta valores morales acorde con las exigencias del sistema socialista cubano. Mediante una práctica sistemática hacia este deporte los escolares manifiestan en sus modos de actuación ser responsables, laboriosos, honestos, honrados, colectivistas, dignos, solidarios, humanos por sólo citar algunas cualidades. En este reto juega un papel importante la influencia de la familia, la escuela y la comunidad.

El verdadero karateca entrega vida y alma a su deporte con la aspiración de perfeccionar su técnica cada vez más. El secreto consiste en la repetición donde esté presente la paciencia, dedicación y constancia. El arte se lleva en el corazón, en cada técnica, en cada situación de la vida diaria, en el respeto a los semejantes, en la sencillez, en la defensa de causas justas. Aprovechar las potencialidades de la comunidad y la experiencia acumulada en la práctica del Kárate constituye un elemento cardinal para instar a su incorporación desde las edades más tempranas.

Las primeras manifestaciones del Kárate-Do surgen en los países de la India y China, donde se manifiesta un gran auge de los métodos de lucha. Con posterioridad en la isla de Okinawa, donde se encuentra el verdadero inicio del Kárate Moderno. En ese territorio las armas estaban prohibidas, por tal motivo los campesinos desarrollaron sus propios métodos de lucha. En Japón distinguidas personalidades, tales como Gichin Funakochi, Kenwa Mabune, Shogun Miyagui, entre otros maestros, desarrollaron sus técnicas de combate, creando así diferentes estilos de Kárate-Do, conocidos en la actualidad.

El origen de este deporte es atribuido a un monje budista indio llamado Daruma, creador del rito Zen, quien llegó a China con el interés de enseñar su religión el

cual se instaló en unos de los monasterios llamado Shaoling. En aquellos tiempos la locomoción por los caminos se tornaban muy peligrosos y las distancias eran muy largas, no había en que trasladarse. Esto conllevó a que los campesinos tuvieron que aprender este arte para poder defenderse de los ladrones que existían en aquel entonces. Por otra parte los monjes debían estar en excelentes condiciones físicas, no sólo para resistir la rigurosidad de la vida religiosa, sino para contrarrestar los ataques de los delincuentes que por aquel entonces asolaban a los monasterios. Por tal motivo Daruma implantó los hábitos de una disciplina física tan rigurosa que muchos de sus discípulos caían agotados en sus entrenamientos.

Con el pasar del tiempo los discípulos de Daruma, mediante una práctica sistemática de su religión se tornaron en monjes fuertes y vigorosos, a tal extremo que llegaron a ser los monjes combatientes más formidables de toda China. A través de la historia, China tuvo el poder sobre la mayoría de Asia, incluyendo a Corea, Okinawa y otros países. A partir del año 1958, fecha en que se celebra el primer campeonato de Kárate, éste tuvo un auge vertiginoso y surgen varios maestros que adoptan en sus escuelas diferentes estilos. De ahí que en la actualidad existe una gran cantidad de escuelas de este deporte. En Cuba se comienza su práctica en 1962. En 1967 llega un pescador japonés llamado Mazaaki Kohagura, (Camilo) natural de Okinawa, que tenía conocimientos de este arte marcial, siendo él quien comenzó a enseñar a los cubanos el Kárate-Do. Este prolongó sus clases hasta 1969, fecha en que lo sustituye Seiki Kobashaski. Este discípulo poseía conocimiento de nuevas técnicas estudiadas en la escuela de Joshin Mon del maestro Ikeda.

En 1969 Ikeda visitó a Cuba por primera vez, durante su estancia se gradúan varios compañeros de cinta negra y se ofrece un plan de entrenamiento a seguir. Por el auge que había alcanzado el Kárate-Do en Cuba, en 1973 fue designado el compañero Domingo Rodríguez Oquendo para que viajara a Japón con el propósito de estudiar en la escuela Joshin Mon Kárate-Do. Este Karateca a finales de 1974 alcanzó el grado de Cuarto Dan Maestro y en 1976 de quinto Dan maestro.

En Holguín el estilo lo introduce el Sensei Roberto Núñez Navarro, actualmente Tercer Dan, el 6 de marzo de 1976; lo representa en la actualidad el Shijan Javier

González Guzmán, Sexto Dan Maestro. En el territorio el Sensei Pedro Rafael Zayas Reyes, Tercer Dan y el Sensei Omar Pérez Pérez de igual categoría.

Diversos estudios realizados por diferentes especialistas demuestran que cuando en los escolares se influye de manera temprana, sistemática y se reconocen sus éxitos se crea en ellos una actitud emocional positiva, de ahí que juega un papel fundamental el deporte como actividad vital para ocupar el tiempo libre y con ello contribuir a la salud, la educación, la recreación y el bienestar del hombre. La práctica del Kárate-Do es un método que educa, disciplina, desarrolla la voluntad y prepara al ser humano para la producción y la vida.

Cuba, tiene ante sí el propósito de lograr el máximo desarrollo multilateral y armónico de los escolares. De ahí que diferentes investigadores en el ámbito nacional, analizan el problema desde distintas posiciones, entre ellos: Camilo (1962), Seiky (1969), Ikeda (1971), Domingo (1973) y González (2008). En la provincia González (2000). En el municipio Báguanos se destacan los trabajos realizados por Font (1957), Hernández (1983), Souza (1985), Álvarez (1989), Marrero (1993) y Pérez (2000). De igual modo se encuentra la existencia de varias escuelas tales como: La Caridad del Sitio dirigida por Miranda, Tres Cañadas dirigida por Borrero, Tacajó dirigida por Siles y Báguanos dirigida por Pérez. El mayor auge en este deporte en el municipio se localiza en los años 1990-1991, donde la matrícula excedía de 50 alumnos.

Sobre la actividad recreativa es importante destacar los trabajos de Vigo, quien hace alusión a diferentes aspectos, de manera especial sus características. Se considera que “cualquier actividad que se desarrolle puede cumplir una función recreativa, para ello es necesario tener en cuenta los siguientes requerimientos: lo recreativo de una actividad no está en la actividad misma, sino en la actitud con que la enfrenta el individuo. Otro elemento a tener cuenta es el tipo de actividad, su oportunidad y duración, esto lo define el individuo, según sus intereses, habilidades, capacidades, experiencia y nivel de información, la opcionabilidad es una característica propia de la actividad recreativa, aunque es condicionada socialmente. Esta debe ser realizada en el tiempo libre.¹

De manera específica en la Comunidad de Báguano Viejo, se plantea por parte de los diferentes factores como preocupación la necesidad de proponer vías para

¹ Suárez Portelles, Jorge L. Alternativa recreativa comunitaria para favorecer la calidad de vida del adulto mayor, 2009. p. 12.

ocupar el tiempo libre de los escolares, pues esto constituye una problemática a resolver. Para corroborar la existencia de esta situación se aplican diferentes instrumentos a partir de algunos indicadores tales como: integración de los diferentes factores de la comunidad para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas, modo en que ocupan el tiempo libre los escolares, importancia que se le confiere al desarrollo de actividades deportivo-recreativas para una vida sana física y mentalmente, divulgación de actividades deportivo-recreativas y aprovechamiento de las potencialidades de la práctica del Kárate-Do para el desarrollo de actividad deportivo-recreativas. Este estudio arroja las siguientes insuficiencias:

- ✓ Pobre integración de los factores comunitarios para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas en aras de ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad.
- ✓ Insuficiente aprovechamiento de las potencialidades del Kárate-Do en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad.
- ✓ Las acciones investigativas realizadas en el territorio no satisfacen las demandas educativas relacionadas con actividades para ocupar el tiempo libre, de manera específica a través del Kárate-Do.
- ✓ La poca participación en los diferentes eventos deportivos afecta la puntuación del municipio a nivel provincial en la emulación por la sede del 26 de Julio.
- ✓ Poca sistematicidad en la práctica del Kárate-Do, con énfasis en los escolares de 8 a 11 años de edad.

Por las razones antes expuestas queda formulado el siguiente **problema científico**: ¿cómo aprovechar las potencialidades del Kárate-Do en el contexto comunitario, para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad? Para dar solución al problema planteado se determina como **objetivo de la investigación**: la elaboración de una alternativa deportivo-recreativa en el Kárate-Do para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad en la comunidad rural de Báguano Viejo.

El **objeto de investigación** el proceso de enseñanza aprendizaje de Kárate-Do en el contexto comunitario y se delimita como **campo de acción** el

aprovechamiento del tiempo libre con la práctica del Karate-Do en escolares de 8 a 11 años de edad en la comunidad rural de Bágano Viejo.

Durante el proceso reflexivo acerca del problema surgieron las siguientes **preguntas científicas**:

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la práctica del Karate-Do en el aprovechamiento del tiempo libre en los escolares de 8 a 11 años de edad?
2. ¿Qué situación inicial presenta el aprovechamiento de las potencialidades del Karate-Do en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad en la comunidad de Bágano Viejo?
3. ¿Qué alternativa proponer para aprovechar las potencialidades del Karate-Do en el aprovechamiento del tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad?
4. ¿Qué nivel de pertinencia y factibilidad posee la alternativa elaborada?

Para el logro del objetivo trazado y dar respuesta a las preguntas científicas anteriores se plantean las siguientes **tareas** de investigación:

1. Determinar los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la práctica del Karate-Do, en el aprovechamiento del tiempo libre en los escolares de 8 a 11 de edad en el contexto comunitario.
2. Diagnosticar la situación inicial del aprovechamiento de las potencialidades del Karate-Do en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad en la comunidad de Bágano Viejo.
3. Elaborar una alternativa deportivo-recreativa para aprovechar las potencialidades del Karate-Do, en la ocupación del tiempo libre de los escolares de 8 a 11 de edad.
4. Valorar el nivel de pertinencia y factibilidad de la alternativa elaborada.

Se emplea el método dialéctico-materialista como base metodológica más general de la investigación científica, así como **métodos del nivel teórico** entre los que se encuentran:

- **Análisis y síntesis**: para analizar y sintetizar la información de la literatura científica consultada, acerca de la práctica del Karate-Do y los

diferentes elementos que lo forman. Para profundizar en lo referente al tiempo libre y la recreación.

- **Inducción y deducción:** sobre la base de la descripción de los datos empíricos obtenidos, establecer generalizaciones, deducción de los datos y de la teoría existente, sus características y relaciones fundamentales.
- **Histórico-lógico:** para valorar el desenvolvimiento histórico del tema a investigar, su aplicación para cumplir el objetivo propuesto.
- **Enfoque de sistema:** con el objetivo de elaborar las actividades que contiene la alternativa a partir de una estructura, componentes, su principio de jerarquía y las relaciones funcionales que se establecen entre ellas.

Métodos del nivel empírico.

- **La observación científica:** para constatar los indicadores definidos para la valoración de las actividades que se desarrollan con los escolares, tanto en la constatación inicial como en los resultados de la aplicación de la alternativa.
- **Entrevistas:** propicia la obtención de información acerca del tema referido mediante los criterios de los implicados.
- **Resolución de problemas con experimentación sobre el terreno:** en la organización de la investigación, en la definición de las etapas a cumplimentar para la identificación y análisis de las causas que generan la problemática que se estudia, búsqueda de solución, su perfeccionamiento y valoración de sus resultados, después de su implementación en la práctica educativa.
- **Talleres de reflexión crítica:** para complementar el método anterior, en cada una de las etapas con la participación y el criterio de los agentes implicados, se profundiza en el análisis de las problemáticas, su solución y los resultados de su implementación en la práctica.

Se emplearon además algunas operaciones matemáticas para cuantificar los resultados del estado inicial y final relacionados con la temática en la que se profundiza.

La **población** la constituye los 31 escolares de la comunidad de Báguano Viejo,

12 maestros de la escuela Armando Ojea Landrove, 31 padres y 10 directivos comunitarios, la **muestra** escogida representa el 100% de los escolares de la población.

El tipo de estudio se corresponde con una investigación de corte longitudinal, se desarrolla durante un año, se aplican dos mediciones (inicial y final) con métodos e instrumentos empíricos a los individuos de la muestra, para comparar los resultados alcanzados en cada uno de ellos y establecer comparaciones. En el transcurso de la aplicación de la alternativa se realizan valoraciones sistemáticas de los resultados que se alcanzan y se perfecciona la propuesta a través de la aplicación del método de la resolución de problemas con la experimentación en el terreno.

Novedad científica: se facilita una alternativa contentiva de actividades deportivo-recreativas a través del Kárate-Do para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad, la cual con su carácter flexible puede ser aplicada en otros contextos de acuerdo con las características de los agentes educativos que desarrollan esta propuesta.

En consecuencia la **significación práctica** radica en que las actividades que se proponen en la alternativa van dirigidas de forma específica a los escolares. Se tiene en cuenta las características de estos y tributan a que estos ocupen su tiempo libre a través de las potencialidades que ofrece este deporte.

El **informe escrito** está conformado por una introducción y dos capítulos.

En el **capítulo I** se analizan las concepciones existentes sobre la práctica del Kárate-Do. Se abordan aspectos fundamentales relacionados con el tiempo libre y la recreación y se valoran los rasgos que caracterizan el desarrollo del escolar de 8 a 11 años de edad.

En el **capítulo II** se propone una alternativa contentiva de actividades deportivo-recreativas a través del Kárate-Do para ocupar el tiempo libre de los escolares, se describe en qué consiste dichas actividades y se precisan orientaciones para su implementación en la práctica educativa. Se expone una caracterización de la situación inicial y la valoración del nivel de efectividad de la alternativa propuesta después de su puesta en práctica en la comunidad de Báguano Viejo.

Además, se incluyen **conclusiones generales, recomendaciones, bibliografía y anexos.**

CAPÍTULO I: CONSIDERACIONES GENERALES ACERCA DE LA INFLUENCIA DEL KÁRATE-DO EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y RECREATIVA.

En el presente capítulo se analizan fundamentos generales sobre la actividad deportiva y recreativa como vías fundamentales para ocupar el tiempo libre, lo que se particulariza hacia la práctica del Kárate-Do en el contexto comunitario. Se relacionan además los rasgos que caracterizan el desarrollo del escolar de 8 a 11 años de edad.

I.1 Concepciones generales sobre la actividad deportiva, recreativa y el tiempo libre.

En consulta realizada a la página (<http://definicion.de/deporte/>) se evidencia que el deporte es aquella actividad física en la que se debe respetar un conjunto de reglas y que es realizada con afán competitivo. Aunque la capacidad física suele ser clave para el resultado final de la práctica deportiva, otros factores también son decisivos, como la agudeza mental o el equipamiento del deportista. Más allá de la competencia, los deportes resultan un entretenimiento para quienes lo practican y para los espectadores.

Aunque a veces suelen confundirse los conceptos de deporte y actividad física, éstos no son sinónimos. La actividad física es una simple práctica, mientras que el deporte implica una competencia que siempre arroja un resultado. Diversos hallazgos arqueológicos demuestran que, en el año 4.000 A.C., ya se practicaban deportes en China. En el Antiguo Egipto, por ejemplo, se realizaban competencias de natación, pesca, lanzamiento de jabalina, salto de altura y lucha. También en la Antigua Persia existían los deportes, como es el caso de ciertas artes marciales.

Con el aumento de la popularidad de los deportes y del número de aficionados que se acercaban a ver la práctica deportiva de los atletas, junto al desarrollo de los medios de comunicación y el incremento del tiempo de ocio, los deportes pasaron a profesionalizarse. De esta forma, los deportistas comenzaron a recibir dinero por dedicarse a entrenar y competir.

Particularidades psicológicas de los hábitos motores en el deporte.

- a) Desarrollo de sensibilidad motoras, específica para cada tipo de deporte.
- b) Existencia de perfecciones claras y diferenciadas de los movimientos que se ejecutan.

- c) Existencias de representaciones claras y diferenciadas sobre los movimientos que se realizan.

Fases en el proceso de formación del hábito en el deporte, cada una caracterizada por las particularidades de.

- Las sensaciones.
- Las percepciones.
- Las representaciones.
- La atención.
- Los procesos anticirculatorios – mentales.

Primera fase:

Se produce en el conocimiento superficial de la estructura general del ejercicio.

Segunda fase:

El deportista elabora algunos elementos de la acción.

Tercera fase:

La fijación y el perfeccionamiento del hábito.

El hábito se elabora durante el proceso de ejercitación, es decir, la ejecución reiterada de la acción con el fin de un perfeccionamiento.

Pero su formación no se produce de manera gradual y regular, tiene un carácter desigual para lo que es necesario analizar la curva de la ejercitación como representación gráfica del proceso de formación del hábito motor, este proceso tiene particularidades.

- 1- Carácter de avance progresivo de la formación del hábito motor.
- 2- Crecimiento de los resultados no por una línea recta ascendente, sino de forma desigual, con elevaciones y descensos motivados por:
 - Cambios en su estado de salud, de ánimo, actitud hacia el entrenamiento, sus condiciones y otras.
- 3- Crecimiento más intenso de los resultados que en los períodos anteriores porque:
 - Al principio el deportista domina los mecanismos fundamentales del movimiento. Más tarde, cuando pasa el perfeccionamiento de la técnica, en resultados se eleva a una velocidad considerablemente menor.
- 4- Surgimiento en la fase del perfeccionamiento, de una firme estabilización de los resultados, los cuales casi no varían durante muchos entrenamientos, se explica porque los procedimientos de funcionamiento

del hábito utilizado hasta entonces no puede garantizar el crecimiento ulterior de la técnica, para lo que es necesario introducir cambios racionales en sus procedimientos.

Para la formación y perfeccionamientos de los hábitos requiere un alto nivel de desarrollo de las capacidades físicas. Cuando la preparación física es insuficiente, es poco efectiva la formación de hábitos.

Se considera importante significar lo referente a la actividad deportiva. Al consultar la página (<http://www.definiciones.com.mx/definicion/A/actividad>) se constata que se define la actividad como “conjunto de trabajos propios de una persona, profesión o institución: actividad docente, actividad parlamentaria”.

No se debe pasar por alto que según la Filosofía marxista la actividad es entendida como “forma específicamente humana de relación activa hacia el mundo circundante, cuyo contenido es su cambio y transformación racional”.²

En consulta realizada a INTERNET, de manera específica en la página (<http://www.todonatacion.com/deporte>), se constata que el deporte es considerado como toda actividad física o mental, que está sujeto a reglas o que se haga de forma planificada, puede considerarse como una actividad deportiva. Estas actividades se definirán en dependencia de las distintas clasificaciones del mundo del deporte: deporte físico y deporte mental. El ajedrez es un deporte mental, la natación un deporte físico. El golf un deporte tanto físico como mental al igual que el Kárate-Do, por poner algunos ejemplos.

Según Hernández (2007), la actividad deportiva es un conjunto de operaciones o tareas propias de las actividades del deporte. (Hernández, 2007 : 17)

Según colectivo de autores (1988), la actividad deportiva es un tipo diferente de actividad humana en la que se centran los ejercicios físicos.

Se distinguen por las siguientes características.

Esta relacionada con la manifestación de la actividad muscular.

Expresa el dominio de una alta técnica de ejecución de los ejercicios físicos, lo que requiere de un entrenamiento sistemático y prolongado para alcanzar:

- Perfeccionar hábitos motores y cualidades físicas o capacidades: fuerza, resistencia, rapidez, destrezas de los movimientos.
- Rasgos volitivos del carácter: valentía, decisión, iniciativas, triunfos.

² Lecciones de Filosofía Marxista Leninista. Tomo 2. p. 19.

- Alcanzar los más altos resultados en el deporte elegido.

En las competencias deportivas se ponen de manifiesto tensiones máximas, vivencias afectivas y procesos psíquicos.

Se desea continuar con lo referente a la recreación, para ello es importante significar que existe una diversidad de autores que trabajan este tema, que aunque no se pretende citarlos a todos, sí es importante ofrecer algunos de estos criterios como fundamentos a tener en cuenta. Por ejemplo J. Dumazedier, señala que recreación: es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada tras haberse liberado de sus obligaciones sociales, profesionales y familiares. Esta definición es en esencia descriptiva, popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo. (Apud. Suárez, 2009 : 9)

Por su parte H. Overstrut plantea: la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización, en esta definición el elemento socialización le imprime un sello particular que la distingue.³ Si se analiza las definiciones anteriores se puede apreciar la estrecha relación que existe entre recreación y tiempo libre, aspecto que se tienen en cuenta para el desarrollo de esta investigación, pues las actividades deportivo-recreativas que se aportan son desarrolladas de manera específica aprovechando el tiempo libre de los escolares.

Como aspecto coincidente se observa que relacionan la recreación con la participación espontánea, voluntaria y a gusto por parte del sujeto, sin embargo, cabe destacar que la limitación esencial de ambas definiciones es que no tienen en cuenta el papel que juega la recreación como espacio de socialización y propicio para establecer sobre el sujeto un sistema de influencias educativas que permitan formar cualidades de la personalidad que contribuyan a su formación integral. De modo que estos autores tienen más en cuenta los aspectos relacionados con el convivir, dejando a un lado aspectos esenciales como el "ser", "el saber" y "el hacer".

³ Pérez Sánchez, Aldo. Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos, 2003. En soporte digital.

Se considera importante tener en cuenta el criterio de (A. Pérez, 2003 : 5), quien expresa que “recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad”.⁴

Para el desarrollo de esta investigación se asume la definición anterior, pues las actividades deportivo-recreativas que se aportan tienen en cuenta el aprovechamiento de las relaciones que se establecen durante la práctica del Karate-Do en el tiempo libre, de modo que se produzca en los sujetos satisfacción personal, se contribuya a su cultura deportiva y a la formación de cualidades de la personalidad que le permitan satisfacer sus necesidades de esparcimiento acorde con los principios de nuestra sociedad.

Se precisa además de lo abordado hasta ahora, hacer alusión a cuestiones relacionadas con el tiempo libre, esta categoría también ha sido definida por varios autores, para un acercamiento a ella se propone el análisis de las siguientes definiciones:

B. Grushin afirma que: "por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones". (Apud. Suárez, 2009 : 11)

A. Pérez (8) lo precisa como: “aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellas”. (Pérez, 2003 : 14)

Fulleda, P. y col. definen el tiempo libre, criterio que se asume en esta investigación, como: “momento en el que el ser humano puede ejercer su libre elección para la acción participativa, según sus intereses y necesidades,.... Es, por definición un momento de recreación, de crecimiento y desarrollo personal”. (Apud. Suárez, 2009 : 11)

⁴ Pérez Sánchez, Aldo. Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos. 2003 : 5

Al analizar las definiciones anteriores, se aprecia que relacionan el tiempo libre con aquel espacio de tiempo o momento en el cual el sujeto puede elegir por sí mismo las actividades a realizar a partir de las opciones que tenga, por tanto, se considera importante que las instituciones sociales tomen en cuenta esto para que se proyecten alternativas que le permitan al sujeto contar con una variedad de tareas a realizar al aprovechar su tiempo libre, de ahí la importancia que estas actividades tengan un carácter formativo, que contribuyan de manera general a la formación integral de la personalidad.

De este modo se logra la formación de ciudadanos en correspondencia con las normas sociales que rigen el sistema socialista. Por tales razones, para el desarrollo de esta investigación se asumen dichos criterios y se contextualizan en las actividades deportivo-recreativas que se aportan, de modo que se les ofrezca a los escolares de 8 a 11 años de edad una opción más para ocupar su tiempo libre y con ello contribuir a su salud física y mental, al aprovechar las potencialidades del Kárate-Do para estos propósitos. De forma tal que se eduquen en aras de ser mejores personas para enfrentar los problemas que surgen a diario en nuestra sociedad.

I.1.1 La práctica del Kárate-Do en la edad escolar en el contexto comunitario.

Es importante el perfeccionamiento de actividades físicas, recreativas y culturales relacionadas con las características y costumbres de la comunidad, a través de juegos que permiten el desarrollo de habilidades en algunas técnicas del Kárate-Do; así como capacidades físicas: la resistencia, la fuerza, la rapidez, la coordinación especial, la movilidad articular, rapidez de acción compleja, rapidez de reacción compleja, entre otras. El encuentro con personalidades destacadas en el Kárate-Do favorece el conocimiento de sus experiencias y vivencias despertando el interés de investigar y conocer sobre el mundo de este arte marcial. La proyección de películas de Artes Marciales constituyen un valioso medio para transmitir, fomentar valores y facilitar al escolar la técnica acorde a las exigencias, necesidades y aspiraciones de este, aquí también participa la familia, la escuela y la comunidad.

La presentación de fotos, libros, láminas de personalidades del municipio que han participado en eventos, exámenes junto a atletas, padres y comunidad constituyen parte de la historia del mismo y la comunidad. Aprovecharlos en estas actividades también ayuda a la motivación hacia la práctica del Kárate-Do. Los

recursos son aportados por la comunidad acorde a sus posibilidades. Marco propicio para trabajar en el fomento de valores tanto en el ámbito escolar, familiar, social y deportivo.

Las exhibiciones de artes marciales con la presencia de los vecinos, los pioneros, los maestros, los directivos de la comunidad, en lugares históricos, garantizan que el atleta se comprometa en el entrenamiento sistemático para poder alcanzar el nivel técnico requerido, lo que le permite participar en la actividad. Es de vital importancia trabajar para que los padres contribuyan a la materialización del Kárate-Do en la comunidad, ayuden a la disciplina, la asistencia, la puntualidad, el rendimiento académico tanto en la escuela como en las clases de Kárate-Do así como los modos de actuación de los pioneros atletas en todo momento. Se impone la necesidad de efectuar contactos sistemáticos con ellos.

El profesor deportivo debe estar vinculado con los maestros de sus atletas para ayudarlo en todo el desarrollo del Proceso Docente Educativo, solicitar el apoyo de este de forma incondicional, el cual debe exigir, motivar hacia la práctica del Kárate-Do, trabajar en la integralidad del deportista cubano. Las exhibiciones de Kárate-Do en la comunidad juegan un papel importante en la captación de talentos en las diferentes edades, estas se materializan en las reuniones de los Comité de Defensa de la Revolución, Federación de Mujeres Cubanas, Brigadas de Producción y Defensa de la comunidad, chequeos de emulación del Centro Escolar Armando Ojea Landrove, la Cooperativa de Producción Agropecuaria Primero de Mayo que radica en la comunidad, el Consejo Popular con gran aceptación por todos los presentes.

La práctica del Karate-Do en la comunidad para todas las edades permite la socialización del entrenamiento, lo que facilita la estimulación individual y colectiva de los escolares y los motiva a alcanzar resultados superiores en el entrenamiento.

Es importante además tener en cuenta las potencialidades del contexto comunitario para la atención a este segmento poblacional. Se considera necesario partir de la definición de comunidad, aunque la abordan diferentes autores y grupos de trabajo, por ejemplo el grupo ministerial para el trabajo comunitario (1995), el centro de estudios comunitarios de la Universidad Central de Las Villas (2004) de forma general abordan aspectos similares.

La ofrecida por Caballero y García plantea: “es el agrupamiento de personas concebido como unidad social, cuyos miembros participan de algún rasgo común (intereses, objetivos, funciones), con sentido de pertenencia, situado en una determinada área geográfica, en la cual la pluralidad de personas interactúa intensamente entre sí e influye - de forma activa o pasiva - en la transformación material y espiritual de su entorno”. Se asume en este trabajo a partir de que aborda la necesidad de: funciones de cada miembro del grupo, el sentido de pertenencia y la transformación no solo de la persona, sino de su entorno.

Se precisa que para hablar de comunidad debe partirse de la existencia de fenómenos como la consolidación de lo común, lo inherente a este, ubicado siempre en un espacio geográfico dado, con objetivos, intereses comunes, con un grado de pertenencia determinado. Para utilizar este espacio en función de elevar la calidad de vida se deben tener en cuenta: las características de la comunidad, sus tradiciones culturales, sus maneras de expresión, sus intereses comunes, sus inquietudes, los problemas sociales que más le afectan, los grupos sociales de mayor riesgo.

Para el desarrollo del trabajo comunitario, se definen objetivos y principios, los que constituyen una guía importante para la ejecución de investigaciones y proyectos, que en este espacio se deben tener en cuenta por parte del investigador. Se asumen en esta investigación por la relación que guardan con la misma, los objetivos del trabajo comunitario en Cuba abordados por Aguiar:

- ✓ organizar y movilizar la comunidad propiciando su participación, toma de decisiones y elaboración de soluciones a sus problemas y respuesta a sus necesidades.
- ✓ mejoramiento de la calidad de vida.
- ✓ desarrollo de relaciones de cooperación, ayuda mutua y colectivismo.
- ✓ reforzamiento de la identidad cultural como vía de apropiación de lo universal, lo nacional y las tradiciones y costumbres locales.
- ✓ propiciar el intercambio de ideas entre los miembros de la comunidad.
- ✓ crear perspectivas positivas, objetivas, de desarrollo social y personal, que contribuyan al bienestar y equilibrio de las personas que viven en la comunidad.

El colectivo de autores del folleto " El trabajo comunitario en la zona rural y montañosa de Cuba precisan: " {...}. El trabajo comunitario se basa en principios que son los postulados generales, esenciales y obligatorios que se deben tener en cuenta para desarrollarlo". Aunque se encuentran formulados de diversas formas los principios del trabajo comunitario, se asumen los ofrecidos por este colectivo de autores:

- ✓ **Principio de la integración:** se planifica por acciones en las que se integran los objetivos y esfuerzos de las diferentes organizaciones. Nadie debe actuar aislado, porque la comunidad es una sola y para su desarrollo se requiere del esfuerzo común y la integración de las acciones.
- ✓ **Principio de diagnóstico:** se refiere al conocimiento previo de la comunidad que se desea transformar.
- ✓ **Principio de la participación popular y el activismo:** sin la participación activa de los vecinos, de manera motivada es imposible el éxito. El activismo es la forma en que los líderes no formales de la comunidad colaboran en la organización y la dirección de actividades.
- ✓ **Principio de la diferenciación educativa:** en la comunidad cada persona, cada familia y cada grupo es diferente y lleva un tratamiento educativo distinto, en la motivación, la incorporación y el estímulo. No se trata de trabajar con todos sino con cada uno.
- ✓ **Principio de la competitividad y el estímulo:** la lucha por lograr una comunidad competente, que conozca sus problemas, que busque soluciones y estimule a los vecinos a vivir en ella, se crea un sentido de pertenencia, es la guía del trabajo comunitario, su validación.

Se constata que existe una interrelación entre estos principios, que se asumen, sus fundamentos responden a las bases del trabajo comunitario en Cuba, con un carácter social, que permite la ubicación de diferentes segmentos poblacionales en el centro del proceso de atención de la familia y la comunidad. Se resalta en estos principios el papel que deben jugar los distintos factores e instituciones comunitarias, así como la necesidad de realizar un diagnóstico para conocer la realidad de esta y lograr transformaciones.

Este diagnóstico permite determinar el potencial humano y material que posee la comunidad, identificar las individualidades relevantes, los líderes positivos y

negativos, investigar los problemas que más le afectan. A partir de esto se deben proponer alternativas para su solución y valorar la disponibilidad de recursos para resolverlos (materiales y humanos, la legalidad de la solución y nivel de aceptación que tendrá. El diagnóstico comunitario debe abarcar la realidad general de la comunidad, la situación concreta de determinado grupo social (ejemplo: el de los escolares de 8 a 11 años de edad), la situación existente en el entorno.

En Cuba, se tienen positivas experiencias de trabajo comunitario, al lograr la presencia de los integrantes de la comunidad en las tareas, en la solución de sus problemáticas, con un valioso aporte de ideas propias para arribar a compromisos y tomar parte en las decisiones del grupo. Cuando se logre que la comunidad decida su presente y futuro se estará ante una forma superior de participación. La implicación en este proceso puede ser personal, grupal, masiva. Las condiciones necesarias para lograr una mayor participación depende en gran medida de que coincidan con los objetivos y aspiraciones del proyecto que se hace; sientan que son reconocidos, tomados en cuenta, apreciados y valorados; aprecien que la propuesta de trabajo comunitario es creíble, le es útil y les sirve para algo.

Los agentes implicados en este proceso deben contar con los conocimientos, habilidades o destrezas necesarias para tomar parte, intervenir en el logro de los objetivos y en la satisfacción de las motivaciones de estas personas, de forma individual y colectiva, para esto es básico que estén capacitados. Se debe garantizar que existan las ocasiones, los canales, las estructuras, que hagan posible la participación de todos, con la utilización de métodos participativos. Las organizaciones, organismos y demás factores de la comunidad trazan las estrategias de conjunto para la solución de los problemas de su contexto.

La comunidad, es por tanto un importante espacio para la favorecer la práctica hacia el Kárate-Do en el tiempo libre, en función de potenciar el desarrollo individual y a su vez general de la propia comunidad, donde el deporte juega un papel importante. Todas las acciones que se diseñan en las diferentes etapas demuestran la prioridad que se brinda al desarrollo y perfeccionamiento de la práctica de algún deporte, en particular el Kárate-Do. No obstante a los logros y acciones realizadas, persisten insuficiencias en cuanto a la práctica para realizar el entrenamiento en este deporte. De ahí la importancia de continuar

profundizando en la caracterización de los escolares con los cuales se pretende trabajar para diseñar adecuadas intervenciones educativas.

I.2 Rasgos que caracterizan al escolar de 8 a 11 años de edad.

A partir de los análisis realizados en el epígrafe anterior, se considera imprescindible precisar la Situación Social de Desarrollo (SSD) para estos escolares, al considerarla como la combinación de las condiciones internas y externas que lo caracterizan y que condicionan la dinámica de su desarrollo, el surgimiento de nuevas condiciones internas cualitativamente superiores, lo que se evidencia no solo cuando aparecen nuevos períodos evolutivos, sino cuando alcanzan nuevos estadios de desarrollo a partir de las características específicas que pueden adquirir la actividad y la comunicación.

El período de 8 a 11 años de edad es una etapa de iniciación en las nuevas condiciones de vida escolar, donde existe un régimen que cambia su posición en la sociedad y en la familia, pues adquieren obligaciones y deberes con respecto a la actividad docente la cual tiene un objetivo fundamental. La asimilación de conocimientos y el desarrollo de un conjunto de habilidades que impone determinadas exigencias a la conducta del escolar. Su bienestar emocional va a estar determinado por la calidad con que cumpla sus deberes escolares.

Se intensifica la agudeza sensorial de la vista y el oído, conocen bien las formas y los colores, saben diferenciar los tonos de los estímulos acústicos. La percepción pierde el carácter emotivo para hacerse más objetiva y darle paso a la observación como percepción voluntaria y consciente, lo que posibilita un conocimiento más detallado de los objetos y de las relaciones entre ellos. El desarrollo del espíritu de observación es estimulado por el empleo correcto de materiales didácticos, esquemas, dibujos, demostraciones y explicaciones donde no solo es responsabilidad de los profesores del aula, sino también de los profesores de Educación Física, quienes deben velar porque el tratamiento de los contenidos se haga de forma verdaderamente comprensible y los alumnos aprendan a separar las partes y los elementos necesarios objeto de estudio. Al inicio de este período escolar primario, existen dificultades en la percepción del movimiento respecto a su propio cuerpo, pero se va superando, pues va ocurriendo un gobierno consciente de los movimientos, seguridad, precisión y rapidez, marcada economía y funcionalidad.

La percepción del tiempo es la más retrasada, entre los 7 y 8 años no perciben de manera adecuada los tiempos rápidos y lentos y no advierten sus errores; es decir, los tiempos cortos lo perciben demasiado lentos, y cuando son más largos, lo experimentan rápidos. Solo mediante la ejercitación se perfecciona este tipo de percepción, primero asimilan la percepción de la hora, el día y la semana; posterior la del mes, el minuto y el segundo.

Prestan su atención, en lo fundamental, a lo que les parece interesante, llamativo y poco común (atención involuntaria). Las condiciones de actividad escolar, exigen del escolar desde los primeros días, la observación de objetos y la asimilación de conocimientos. De manera gradual aprenden a dirigir y mantener de forma estable la atención. Su estabilidad mejora a tal punto que entre los 10 y 12 años, la atención puede conservarse durante 40 minutos aproximados. La intensidad va a depender mucho del interés de los escolares y del objetivo de la actividad. La distribución de la atención, al comienzo del período, se caracteriza por ser insuficiente, les cuesta trabajo seguir la clase, realizar la tarea y controlar su propia conducta.

Por ello el maestro debe organizar los diferentes tipos de actividad escolar, para que los escolares se vayan acostumbrando al control simultáneo de varias acciones. La memoria en esta etapa, adquiere también un carácter voluntario, intencionado. Aumenta la posibilidad de fijar de forma más rápida y con mayor volumen de retención, por eso el proceso pedagógico debe apoyarse en modelos auxiliares que faciliten la fijación y retención; estableciendo relaciones con lógica que le permitan a los escolares evocar en forma verbal, escrita o gráfica los significados claros de lo que reproducen, para poder alcanzar así un nivel de comprensión adecuado. En el proceso de enseñanza-aprendizaje tiene importante significación la memoria por imágenes visuales. Por tanto hay que basar el proceso de retención (voluntaria e involuntaria) sobre material didáctico que incluye lo verbal y lo visual.

La formación de conceptos con los que opera el pensamiento en las primeras edades escolares, debe apoyarse en lo perceptible, ya sean objetos concretos o modelos. Se procede al desarrollo de las operaciones o procesos del pensamiento tales como son: el análisis, síntesis, la abstracción y la generalización. La reflexión es una cualidad muy importante del pensamiento que le permite al escolar hacer suposiciones (hipotetizar) así como autorregular

su propia actividad, lo que favorece su desarrollo intelectual si se tiene en cuenta los intereses y necesidades de la edad, lo cual puede lograrse si se utiliza la vía del juego. Al finalizar el cuarto grado, el análisis reflexivo debe unirse a la flexibilidad, de ahí que el maestro no se anticipa a los razonamientos del escolar. Ya en quinto y sexto grados, los escolares tienen todas las posibilidades para la asimilación consciente de los conceptos científicos y para el surgimiento del pensamiento que opera con abstracciones, donde los procesos lógicos de análisis, síntesis, comparación, clasificación y generalización deben alcanzar niveles superiores en el plano teórico. Este escolar ya no sólo trabaja en el plano concreto, sino que opera a nivel de abstracciones, hace deducciones (parte de lo general a lo particular), llega a conclusiones. En relación con esto, es muy importante estimular la búsqueda de soluciones a los problemas que se le plantean para que pueda ser cada vez más independiente y crítico en lo que analiza y sobre su propia actividad y comportamiento.

Al analizar esta edad escolar primaria, se debe estar en presencia de un pensamiento lógico-reflexivo que opera en el nivel teórico, de hecho ya la mayoría de los escolares efectúan generalizaciones en el plano de las representaciones acumuladas, a través del análisis y la síntesis intelectual. En relación con el lenguaje, en esta etapa se desarrolla el lenguaje coherente, en el cual se convierte en premisa y consecuencia de la enseñanza que recibe el escolar, porque resulta necesario para la comprensión de los contenidos. También se desarrolla la capacidad de expresar lo aprendido, de forma comprensible para los demás.

El lenguaje escrito va a ser un aspecto que contribuye a la coherencia del lenguaje hablado, al situar al escolar ante la necesidad de estructurar de forma adecuada sus expresiones verbales. La unidad del pensamiento y el lenguaje, le permite (pensamiento) operar a través de conceptos que se definen con palabras. En este periodo del desarrollo, el lenguaje además de su función comunicativa, comienza a poseer una función intelectual.

En esta etapa es importante incentivar la imaginación dándoles la posibilidad de que creen sus cuentos, dibujos, historias, que ejerciten la imaginación en los juegos a través de las dramatizaciones, en las competencias deportivas, etc. La imaginación en los primeros grados se estructura sobre la base de la imagen concreta, caracterizada por el realismo. La imaginación reconstructiva o

reproductiva se desarrolla en las más diversas actividades cotidianas y clases, se enseña a los escolares a determinar y representar las situaciones y los estados sobreentendidos de los objetos no indicados en su descripción, a partir de sus propiedades y particularidades.

Los motivos aún no son del todo estables, pero con la nueva situación social del desarrollo, se posibilita una mayor estabilidad motivacional en la jerarquía de motivos, lo cual se expresa en la voluntariedad de la conducta del escolar. Predominan los motivos vinculados con el presente, es decir, su actividad se rige por motivos y hechos inmediatos. Los motivos por el juego ocupan un lugar importante. Hay un surgimiento de motivos muy vinculados a la actividad escolar. En esta etapa el escolar es capaz de orientar su comportamiento no solo por objetivos que le plantean los adultos, sino también por otros que se propone de manera consciente, donde se logre un control más activo de su conducta.

El interés cognoscitivo alcanza diferentes niveles de desarrollo. En los primeros grados esta muy relacionado con la aprobación del maestro y orientado al proceso de estudio. Entre tercero y cuarto grado, el escolar comienza a interesarse por el resultado, el cual continúa desarrollándose en la medida en que el escolar se hace consciente de los progresos de sus conocimientos y de la utilidad de estos. Ya en quinto y sexto grado, el interés no se detiene en el conocimiento de los hechos, sus causas y relaciones, sino también en la solución de determinados problema.

En esta edad el escolar logra mayor control de sus reacciones físicas. La vida emocional es muy intensa tanto en la escuela como en el seno familiar. Por otra parte, se desarrollan sentimientos sociales y morales tales como: el sentido del deber (el cual conforma el valor responsabilidad), la amistad, el respeto y el amor en general. Por eso es importante trabajar sobre los sentimientos de amor y compromiso con la patria, de amor y respeto hacia sí mismo, la familia, hacia sus compañeros y hacia los adultos en general, de proteger el medio ambiente y el entorno.

Las emociones y los sentimientos en esta edad son fuentes importantes en la formación de los componentes de carácter moral de la personalidad. Aunque el escolar no posee aún suficientes parámetros para autoevaluarse, la situación puede transformarse si se le enseñan algunos indicadores para valorar su conducta. Pilar Rico demostró que en el desarrollo del autocontrol. a partir de la

utilización por los escolares de criterios objetivos para valorar sus trabajos, favorece el desarrollo de la autovaloración y la calidad en la ejecución de las tareas.

El carácter de la comunicación que establece el escolar con los coetáneos, padres y maestros, se convierte en fuente de profundas vivencias, de valoración de su conducta y de bienestar emocional, por cuanto aún la regulación del comportamiento no posee una determinación esencialmente interna. Al inicio del período, las acciones volitivas están poco desarrolladas, les cuesta trabajo plantearse objetivos, es poco expresada la preparación para superar dificultades. Pero ya a finales del primer grado se manifiesta, de manera elocuente, la disciplina (puntualidad a clases, permanecer sentados por un período, escuchar la explicación del maestro). Comienza a aprender a supeditar sus deseos y acciones. Los objetivos perspectivas no resultan reguladores de la conducta, por ello el maestro debe dividirlos en objetivos concretos e inmediatos para su cumplimiento. Al final de la edad los escolares orientan su comportamiento no solo por los objetivos planteados por los adultos, sino también por otros que se auto proponen conscientemente, se busca de forma premeditada y se encuentran los medios para su logro, donde se enfrente los obstáculos que aparecen.

Comienza a participar en la regulación de la conducta del escolar primario, formaciones psicológicas complejas como son los ideales y la reflexión. Al realizar las tareas docentes, los escolares por lo común, descubren las mejores vías para la solución, eligen y confrontan las variantes de sus actos, así como las condiciones de su realización. Este trabajo interior que le permite prever la realización de su comportamiento, hace que el escolar aprenda a controlar y evaluar sus ideas y acciones en el plano interno.

Al final de esta etapa del desarrollo psíquico, está presente el surgimiento de su pensamiento conceptual, activo, reflexivo, crítico e independiente, siendo cada vez más protagónica la actuación del escolar primario. Hay mayor estabilidad de la esfera motivacional, que con el surgimiento de cualidades morales como son la responsabilidad, la laboriosidad y la solidaridad, le permiten a este escolar un mayor control sobre su conducta.

En los primeros grados, el rasgo característico es la gran movilidad, con insuficiente desarrollo de la fuerza muscular y el grado de coordinación pueden realizar por largo tiempo movimientos uniformes y no advierten sus

imprecisiones. Les resulta difícil detectar diferencias entre ejercicios similares. Desean ejecutar lo más rápidamente posible los ejercicios que les demuestra el maestro, incluso cuando no hacerlo de forma correcta. No pueden realizar los movimientos con rapidez y precisión al mismo tiempo, por eso se debe aumentar la rapidez de ejecución tan solo cuando se ha alcanzado la precisión. Hay dificultad para subordinar las acciones a un ritmo señalado, aparecen movimientos paralelos innecesarios.

En estos grados, los escolares se orientan en la dirección del movimiento con relación a su propio cuerpo. Aparecen buenos resultados en las habilidades motrices básicas de correr, saltar, lanzar, alcanzar y trepar, se logra fluidez en la combinación lanzar-alcanzar. En esta edad es necesario realizar ejercicios físicos, participar en juegos en los que muestren el desarrollo alcanzado en las habilidades motrices, en las capacidades que se corresponden con las normativas de eficiencia física de acuerdo con el género (niña y escolar) y la edad, se debe continuar insistiendo en el auto perfeccionamiento.

En tercero y cuarto grado, aparece una parquedad de los movimientos, se expresa una evolución paulatina hacia una ejecución más ajustada a los fines, desapareciendo los movimientos innecesarios, ellos son más precisos, aumentando la comprensión de las tareas motrices. La ejecución de los ejercicios vinculados al mantenimiento del equilibrio, los saltos de longitud y altura, las carreras y los ejercicios de coordinación compleja que exigen una concentración especial de la atención. Evitar los ejercicios tales como: los saltos en el lugar y con palmadas, pues provocan excitación acompañada de distracción y disminución de la estabilidad de la atención. Es importante practicar ejercicios, juegos y actividades deportivas acordes con la edad, continuar con el desarrollo de las capacidades físicas y de las habilidades motrices básicas y deportivas.

El quinto y sexto grado se plantea por muchos autores que es la etapa culminante del desarrollo motor. Hay gobierno consciente del movimiento expresado en el dominio, la seguridad, precisión y rapidez mayor existiendo marcada economía y funcionabilidad. Aumenta el ritmo motor, aunque no alcanza el nivel óptimo, se amplía asimismo la sensibilidad a los ritmos musicales. Está bien desarrollada la capacidad de anticipación a los movimientos propios y ajenos. Se manifiesta la rapidez en el aprendizaje de nuevas acciones, así

como la adaptación cinética a diversas condiciones. Aumentan las capacidades de fuerza, rapidez movilidad y coordinación.

Debe manifestarse un desarrollo acorde a la edad, de las habilidades motrices básicas y deportivas, en las actividades físicas, deportivas y recreativas que realizan los escolares, así como estar consciente de la necesidad de auto ejercitarse para mantener su organismo en un buen estado de salud física y mental. A partir de los elementos abordados el autor considera importante diseñar actividades que favorezcan la motivación hacia la práctica del Kárate-Do en los escolares de 8 a 11 años de edad y con ello contribuir al desarrollo de su personalidad.

CONCLUSIONES DEL CAPÍTULO.

Existen diferentes aspectos teóricos e investigaciones que sustentan la importancia de la actividad deportiva y recreativa, de modo que se aprovechen sus potencialidades para ocupar el tiempo libre, donde no está exento la práctica del Kárate-Do. Se requiere la utilización de las potencialidades de la comunidad, de sus tradiciones, historia, entorno natural, de sus agentes comunitarios e instituciones, para diseñar actividades que respondan a las necesidades e intereses de los implicados.

Aunque existe comprensión de la necesidad de atención a los escolares de 8 a 11 años de edad y disposición para hacerlo, se identifican limitaciones relacionadas con la actuación no integrada de los agentes y factores comunitarios, no se aprovechan todas las potencialidades que ofrece la comunidad. Es insuficiente el número y calidad de actividades desarrolladas para utilizar el Kárate-Do como una vía que ocupe el tiempo libre en aras de contribuir a la actividad deportiva y recreativa. Esto impide cumplir con el fin de la formación integral y el aprovechamiento de las potencialidades que ofrece esta etapa del desarrollo humano.

CAPÍTULO II: ALTERNATIVA DEPORTIVO-RECREATIVA PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE DE LOS ESCOLARES DE 8 A 11 AÑOS DE EDAD A TRAVÉS DEL KÁRATE-DO, EN LA COMUNIDAD DE BÁGUANO VIEJO.

En este capítulo se propone una alternativa deportivo-recreativa para favorecer la problemática planteada, se describe en qué consiste la propuesta y se precisan orientaciones para su implementación en la práctica educativa. Se expone una caracterización de la situación inicial y la valoración del nivel de efectividad de las actividades propuestas después de su puesta en práctica en la comunidad de Báguaño Viejo.

II.1 Alternativa deportivo-recreativa para ocupar el tiempo libre de los escolares a través del Kárate-Do.

Es necesario iniciar este acápite haciendo alusión a algunos aspectos teóricos relacionados con la categoría alternativa. El término alternativa es empleado de forma frecuente en varias ramas de las ciencias. En este caso se parte de definir qué se entiende por una alternativa.

Proviene del francés Alternative. Opción entre dos o más cosas. Efecto de alternar (hacer algo por turno).

Según Sierra (2002), en el artículo "Modelación y estrategia: algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica", define el concepto de alternativa. Esta autora plantea que una alternativa es una: "opción entre dos o más variantes con que cuenta el subsistema dirigente (educador) para trabajar con el subsistema dirigido (educandos) partiendo de las características, posibilidades de éstos y de su contexto de actuación". (Sierra, 2002 : 324)

Sobre la base del criterio anterior, para el desarrollo de esta investigación se entiende por alternativa deportivo-recreativa la "opción entre dos o más variantes con que cuenta el profesor deportivo para el trabajo con los practicantes del deporte al aprovechar el tiempo libre en actividades sanas, útiles y educativas sobre la base de sus características, posibilidades y el contexto comunitario donde se desarrollan".

Para el desarrollo de la alternativa que se aporta en esta investigación se proponen las siguientes etapas:

Etapas 1. De preparación y diagnóstico: en esta se crean las condiciones previas para la aplicación de la alternativa y se obtienen las informaciones

necesarias para conocer las características del proceso o fenómeno en el que se va a incidir.

Para el desarrollo de esta etapa se trazan las siguientes acciones:

1. Dejar esclarecido el contexto comunitario donde se presenta la problemática a resolver.
2. Efectuar un estudio sobre las características de la comunidad donde se encuentra la problemática.
3. Determinar las potencialidades y debilidades a tener en cuenta para la solución del problema.
4. Diseñar y aplicar los instrumentos para valorar sus resultados y determinar las causas que generan el problema.

Etapa 2. Planificación de actividades deportivo-recreativas: se planifican las actividades deportivo-recreativas que se van a poner en práctica y se determina cómo organizar y ordenar en el tiempo y espacio dichas actividades a partir de los objetivos trazados.

1. Determinar los objetivos a corto y mediano plazo para verificar las posibles transformaciones.
2. Planificar actividades deportivo-recreativas encaminadas a la consecución de los objetivos.

Objetivos estratégicos a mediano plazo:

1. Preparar desde el punto de vista científico y metodológico al personal implicado en el trabajo comunitario (Grupo gestor) en la implementación de actividades de carácter deportivo-recreativas que ocupen el tiempo libre de los mismos.
2. Garantizar que los escolares de 8 a 11 años de edad ocupen su tiempo libre a partir del desarrollo de actividades deportivo-recreativas a través del aprovechamiento de las potencialidades del Kárate-Do.

Objetivo estratégico a corto plazo:

1. Preparar al personal implicado en el trabajo comunitario (Grupo gestor) para la ejecución de actividades deportivo-recreativas desde la comunidad para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad.

Actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad a través del Kárate-Do.

Las actividades que se proponen posee la siguiente estructura:

- ✓ **El número y título de la actividad:** ofrecen un orden y una idea general que permiten la realización de las actividades.
- ✓ **Los objetivos:** constituyen las habilidades a alcanzar por los escolares en el proceso educativo, por lo que es la categoría rectora en el mismo. En las actividades conformadas se formulan desde los propios esquemas conceptuales de los contenidos seleccionados y se tienen en cuenta:
 - Las habilidades
 - Los medios
 - La intencionalidad educativa desde la perspectiva motora, desplazamientos, habilidad, juegos de movimientos.
- ✓ **Tiempo de duración:** es el período de tiempo que se destinará para el desarrollo de cada actividad planificada.
- ✓ **Personal implicado:** todos los previstos a participar, incluye los adultos mayores, la familia, los agentes comunitarios
- ✓ **Especialista que dirige:** personal especializado que debe conducir la actividad que se planifica.
- ✓ **Recursos necesarios:** se especifica los materiales que se pueden utilizar en cada actividad
- ✓ **Descripción:** en ella se detallan las acciones a realizar

Contextualización de la propuesta

Actividad # 1

Título. Actividades deportivo-recreativas a través del juego que contribuye a la introducción del Karate-Do.

Objetivo: desarrollar actividades recreativas y deportivas a través de los juegos de béisbol y fútbol para introducir elementos del Karate-Do

Tiempo de duración: 90 minutos

Personal implicado: escolares, profesores de Educación Física y Cultura Física, maestros, instructores de arte, padres, vecinos de la comunidad, grupo gestor, activista de Karate-Do

Especialista que dirige: activista de Karate Do, profesor de Fútbol y profesor de Educación Física.

Recursos necesarios: equipo de música, pelotas, bates, balón de Fútbol, Estadio de Béisbol de Báguano Viejo

Descripción: la actividad se organiza en el cuadro de pelota de la localidad en coordinación con los factores de la zona. Se escogen los deportes de béisbol y fútbol por ser los de más tradición y aceptación en la comunidad. Comienza con música grabada. Al llegar el personal implicado se detiene la música y se comienza el juego de béisbol con la participación de los escolares de la comunidad dirigido por el profesor de Educación Física. Los escolares rotan en el juego para que todos puedan jugar.

Al batear la pelota desarrollan la vista, elemento muy importante en el Kárate-Do para poder bloquear los ataques del contrario y atacar en el momento adecuado, además desarrollan habilidades al correr. El profesor de fútbol organiza, dirige el juego y actúa además como árbitro. Trabaja para que jueguen la mayor cantidad de escolares y se insiste en el correcto manejo del balón y el pase por ser un deporte colectivo.

El dominio en el manejo del balón ayuda al desarrollo en la técnica del De-ashi Barai al enganchar los pies de los oponentes con el interior del pie en un combate, además de una excelente preparación física. Al finalizar los juegos se realizan las conclusiones de la actividad, se estimula de forma moral a los mejores, se hace referencia a la importancia de la vista en el Kárate-Do, así como el De-ashi Barai vinculado al fútbol. A manera de conclusión se cierra la actividad con música grabada para todos los presentes.

Actividad 2

Título. Actividades culturales, recreativas acordes a las características y costumbres de la comunidad.

Objetivo: conocer sobre el surgimiento del Kárate-Do en la antigüedad y la comunidad de modo que comprendan sus aportes en la formación del hombre nuevo, mediante el desarrollo de actividades culturales, recreativas acorde a las características y costumbres de la localidad, para ocupar el tiempo libre en actividades sanas.

Tiempo de duración: 2 horas.

Personal implicado: escolares, padres, vecinos, comunidad, maestros, instructores de arte, aficionados, profesores de Cultura Física, profesores de Educación Física, representantes del grupo gestor y activistas de Kárate-Do

Especialista que dirige: activista de Kárate-Do

Recursos necesarios: equipo de música, juegos de dominó, dama, ajedrez, local del (Comité de Defensa de la Revolución) CDR número 4 Zona 97, sacos, soga, mesa cubana con recursos propios de la comunidad, aportes de los presentes para estimular a los mejores en la actividad

Descripción: la actividad se desarrolla un domingo por la tarde en la comunidad a las 4:00 pm, previa coordinación con los factores que cooperan con la materialización de la misma. El CDR número 4 zona 97 facilita su local de reuniones y se cierra la calle para efectuar la actividad cultural recreativa deportiva:

- ✓ Bienvenida a los presentes.
- ✓ Información de las actividades a desarrollar, donde impere la disciplina y organización.

Actividades

- ✓ Música grabada.
- ✓ Presentación de aficionados al arte de la comunidad: solistas, dúos, coros, etc.
- ✓ Desarrollo de juego de ajedrez, dama y dominó.
- ✓ Carreras en sacos.
- ✓ Tracción de la soga.
- ✓ Mesa cubana.
- ✓ Conversatorios sobre el surgimiento del Kárate-Do en la antigüedad y en la localidad por parte del activista de este deporte en la comunidad.
- ✓ Tesoros escondidos.

Organización de la actividad

- ✓ Se inicia con música grabada acorde con los gustos y tradiciones de la comunidad.
- ✓ Los aficionados incluyendo los escolares actúan como solistas, dúos, coros, adultos acompañados con guitarras y tambor interpretan algunas canciones.
- ✓ Con la música de fondo se juega ajedrez, dama, dominó, así como carreras en sacos y tracción de la soga.
- ✓ Distribución de la mesa cubana entre todos de forma organizada con la cooperación del grupo gestor.

- ✓ El activista de Kárate-Do de la comunidad ofrece un conversatorio acerca del surgimiento de este deporte en la antigüedad y en la comunidad para incrementar la cultura, además exhorta para que se incorporen a su práctica sistemática.

Temas tratados

- ✓ El origen del Kárate-Do.
- ✓ El padre del Kárate-Do moderno.
- ✓ Las primeras prácticas en Cuba. Su surgimiento en 1962.
- ✓ Primera visita de Ikeda a Cuba (1969).
- ✓ Raúl Rizo máximo exponente del estilo Jyoshinmon-Shorin Ryu en Cuba.
- ✓ Comienzo de la práctica del Kárate-Do en Báguano.
- ✓ Escuelas dónde se entrena.
- ✓ Principales figuras del estilo en el municipio.

Se esconden con anterioridad a la actividad preguntas de diferentes temas para el tesoro escondido incluyendo las asignaturas de Matemática, Español e Historia de Cuba en los diferentes grados así como de Kárate-Do según el conversatorio que se impartió.

Al final de la actividad se estimulan a los ganadores con recursos propios aportados por la comunidad y se realizan las conclusiones por parte del presidente del CDR número 4 (Roberto Chacón).

Actividad 3

Título. Presentación de fotos con personalidades del Kárate-Do

Objetivo: conocer personalidades del Kárate-Do a nivel nacional, provincial y municipal que desarrollan un meritorio trabajo en el quehacer de las artes marciales, de modo que contribuya al desarrollo de la cultura general integral en los escolares

Tiempo de duración: 45 minutos

Personal Implicado: escolares, maestros, padres, vecinos, profesor de Kárate-Do y activista del deporte

Especialista que dirige: activista de Kárate-Do de la comunidad

Recursos necesarios: fotos de eventos desarrollados en el municipio, área de reuniones del CDR #4 zona 97.

Descripción: se aprovecha la oportunidad que brinda la comunidad en su actividad mensual “Desde mi Barrio” para presentar las fotos de eventos desarrollados en el municipio. Durante evaluaciones a cintas de colores donde han participado el Shijan Javier González Guzmán 6to Dan del estilo Jyoshinmon Shorin Ryu del estilo en la provincia y su presidente, el Sensei Tersí 4to Dan del estilo y vicepresidente, el Sensei Omar Pérez Pérez 3er Dan y presidente en el municipio Báguano así como el Sensei Pedro Rafael Zayas Reyes vicepresidente de Báguano y otros Karatekas, vecinos, padres, familiares y aficionados del deporte.

La presentación de las fotos permite que los escolares y demás participantes conozcan las principales figuras de este deporte en la nación, la provincia y el municipio, que se motiven por la práctica de este deporte, mediante el ejemplo y consagración de las figuras cimeras de este arte, que se decidan a entrenar para conquistar lo alcanzado por ellos con la entrega y el entrenamiento sistemático.

Actividad 4

Título. Encuentro con la historia.

Objetivo: conocer sobre las primeras prácticas del kárate Do en Báguanos.

Personal implicado: Héctor Álvarez Patiño, escolares, padres, maestros, profesores de Educación Física, comunidad, personal del merendero y activista del Kárate-Do.

Especialista que dirige la actividad: activista de kárate Do.

Recursos necesarios: mesa con frutas, bocaditos, refrescos, equipo de música, área de la Algarroba

Descripción. La actividad se coordina con los factores necesarios de la comunidad. Los CDR 3 y 4 garantizan la mesa con frutas, el merendero ofrece a los presentes la venta de bocaditos y refrescos. Yainier Mulet ofrece la música grabada. El CDR No 5 limpia el área de la actividad.

Con anterioridad se coordina con Héctor Álvarez Patiño, mas conocido por Titi de 74 años de edad que fue uno de los primeros practicantes de kárate Do en Báguanos. Este ofreció su gimnasio particular alrededor del año 1980 para iniciar con la práctica de este deporte en el municipio junto a varios de sus hijos y amigos.

El activista de kárate Do define con el invitado los temas a tratar en el encuentro con tiempo suficiente, que estará en correspondencia con las preguntas que le harán los escolares.

Cuestionario.

1- ¿Cuál es su nombre?

Respuesta. Héctor Álvarez Patiño.

2-¿Qué edad tiene?

Respuesta. 74 años

3- ¿A qué edad comenzó a trabajar?

Respuesta. . A los 16 años

4- ¿Cuándo comenzó a realizar ejercicios físicos?

Respuestas. A los 15 años

5-¿Por qué le gusta hacer ejercicio?

Respuesta. Para mantener una buena salud.

6- ¿Qué deportes les gusta?

Respuesta. Judo, Boxeo, Beisbol, kárate Do y ciclismo.

7-¿Cuáles ha entrenado?

Respuesta. Todos los mencionados con anterioridad.

8-¿Cuál es el que más le gusta?

Respuesta. El kárate Do.

9-¿Por qué le gusta el kárate Do?

Respuesta. Enseña a defenderse, ayuda a mantener las conquistas de la Revolución, así como buena salud física y mental.

10-¿Cuándo comenzó a entrenar kárate Do?

Respuesta. En el año 1980.

11-¿En qué lugar?

Respuesta. En el gimnasio particular de mi casa.

12-¿Quién fue su primer profesor?

Respuesta. Un joven espigado de Santiago de Cuba que ostentaba en aquella época el grado de cinta marrón llamado Alfredo que estuvo algún tiempo viviendo en Báguanos.

13-¿Quiénes entrenaban allí con usted?

Respuesta. Mis hijos Alfredo y Ale, así como otros muchachos de la zona de Báguanos, entre los que recuerdo a Raulín, Frank, Toni, Irnel, Tomás, Ernesto y Omar.

14 ¿Qué entrenamiento realizaban?

Respuesta. Preparación física, katas y kumite.

15- ¿Cuántos años entrenó kárate Do?

Respuesta. Entrené Kárate Do 20 años desde 1980 al 2000, aunque todavía realizo algunos ejercicios marciales.

Se le agradece al compañero por su participación en la actividad, le deseamos una larga vida y mucha salud.

Actividad 5

Título. Encuentros con personalidades del Kárate-Do

Objetivo: conocer la historia deportiva de las principales figuras del Kárate-Do en la provincia y en el estilo Jiyoshimon Shorin Ryu, despertando la motivación hacia la práctica de ese deporte.

Tiempo de duración: 1 hora

Personal implicado: escolares, vecinos de la comunidad, grupo gestor, activista de Kárate-Do de la comunidad, padres, maestros, profesores de Cultura Física y Educación Física

Especialista que dirige: activista de Kárate-Do

Recursos necesarios: mesa cubana, recursos aportados por la comunidad, local al aire libre, una mesa, varias sillas y equipo de música.

Descripción: la actividad se coordina con el grupo gestor de la comunidad, padres y vecinos donde se involucran los maestros, profesores deportivos y de Cultura Física. Con recursos propios se crea una mesa cubana con la presencia de dulces caseros, refrescos y frutas. Se organiza un local al aire libre con una mesa y dos sillas al frente. Varias sillas y taburetes de frente a la presidencia.

Al llegar los invitados, el Shihan Javier González Guzmán 6to Dan en el estilo y el Sensei Pedro Rafael Zayas Reyes 3er Dan y Vicepresidente del estilo del municipio, los presentes se ponen de pie y se efectúa el saludo marcial.

Toman asiento y comienza la actividad. Con anterioridad el activista de la comunidad de Kárate-Do dialogó con los invitados para organizar la exposición de forma dirigida. Los temas tratados fueron:

- ✓ Surgimiento del Kárate-Do.

- ✓ El padre del Kárate-Do moderno.
- ✓ La llegada a Cuba.
- ✓ Las principales figuras del estilo en nuestro país.
- ✓ Los máximos exponentes de la provincia Holguín y el municipio Báguano.
- ✓ Las escuelas que funcionaron y funciona en el municipio.
- ✓ La posibilidad que tienen los escolares y demás personas de la comunidad a practicar el deporte.
- ✓ Los más destacados tienen la posibilidad de matricularse en los Centros de Educación de Alto Rendimiento (CEAR).
- ✓ Formas y técnicas que se entrenan en el Kárate-Do (Katas, Acciones operativas y Kumite).
- ✓ El aporte para la salud humana y como defensa.
- ✓ Momentos de intercambio de los visitantes con el auditorio.
- ✓ Distribuir la mesa cubana.
- ✓ Conclusión de la actividad por parte del activista de Kárate-Do.

Actividad 6

Título. Encuentro con atletas del Kárate Do.

Objetivo: conocer los beneficios individuales y sociales que aportan la práctica del Kárate- Do en la formación de la personalidad.

Tiempo de duración: 1 hora

Personal implicado: escolares, atletas del Kárate-Do, maestros, padres, profesores deportivos, activistas del INDER.

Especialista que dirige: activista de kárate Do.

Recursos necesarios: mesa con frutas aportadas por la comunidad, local al aire libre, una mesa, varias sillas, juegos de ajedrez, damas y carreras en saco.

Descripción: la actividad se coordina con el profesor de Kárate de Báguanos y sus atletas para un domingo a las 5:00 PM, en el local que ocupa la Algarroba de la localidad.

El activista de Kárate-Do elabora varias preguntas acorde al objetivo de la actividad las que son redactadas en tarjetas enumeradas para facilitar el orden lógico del encuentro.

Tarjetas

1- ¿Cuáles son los deportes que se practican en el combinado deportivo López Peña?

Respuesta.

Lucha, Béisbol, kárate Do, Voleibol, Baloncesto, Atletismo, Esgrima, Boxeo.

2- ¿Cuál entrenan ustedes?

Respuesta

Kárate-Do.

3-¿Qué beneficios individuales reciben ustedes con la práctica del kárate Do?

Respuesta

Fortalecemos los músculos, la mente, aprendemos a defendernos, competimos, fomentamos valores como la responsabilidad, valentía, firmeza, combatividad.

4- ¿Qué requisitos se deben cumplir para poder entrenar el kárate Do?

Respuesta

Ser buen estudiante, un buen trabajador, ser disciplinado, respetar a los demás, gustarle el deporte, ser revolucionario.

5- ¿Cuáles son los beneficios sociales que aporta la práctica del kárate Do?

Respuesta.

Aporta salud, nos prepara para defender las conquistas de la Revolución, se ocupa el tiempo libre en actividades sanas, conocemos nuevos compañeros, somos más disciplinados, organizados, respetuosos, el rigor del deporte favorece un mejor comportamiento social.

6- Atletas del kárate Do ¿Qué debemos hacer para llegar a dominar este deporte?

Respuesta

Entrenar mucho, seguir los consejos del Sensei, ser buen estudiante, respetar a los demás, defender las causas justas, ser ejemplo ante la sociedad, ser revolucionario.

7- ¿Qué actividades realizan en su tiempo libre?

Respuesta

Bueno, jugamos dominó, dama, hacemos competencias de carreras.

- Conclusiones de la actividad y distribución de la mesa cubana.

Actividad 7

Título. Alex Biamonti: campeón Mundial de Kárate-Do.

Objetivo: favorecer la motivación hacia la práctica del Kárate-Do a través de los medios audiovisuales de la escuela de la comunidad y la dirección del maestro

como facilitador, aprovechando las potencialidades para dar salida a los valores observados.

Tiempo de duración: 30 minutos

Personal implicado: escolares, maestros de quinto grado y activista de Kárate-Do.

Especialista que dirige: el activista de Kárate-Do.

Recursos necesarios: televisor, video, materiales necesarios, películas, locales con condiciones adecuadas.

Descripción: la proyección del documental permite reforzar la motivación hacia la práctica del Kárate-Do, en los escolares de la comunidad. Pueden observar el mundo de las artes marciales guiados por el maestro con previa preparación por parte del activista del deporte. La observación se dirige hacia la preparación física, técnica y táctica. Donde juega un papel importante la repetición de la técnica para su adquisición, esto permite alcanzar resultados satisfactorios en las diferentes competencias y eventos. Se evidencian los resultados obtenidos en el entrenamiento por el campeón mundial Alex Biamonti.

Para alcanzar resultados deportivos están presentes en el documental valores importantes tales como: la responsabilidad en el entrenamiento, laboriosidad, perseverancia, constancia y disciplina. Se observan además técnicas de manos y piernas que le dan la belleza y la marcialidad que caracteriza al Kárate-Do como disciplina marcial.

Actividad 8

Título. Exhibiciones de Kárate-Do desde mi comunidad.

Objetivo: desarrollar exhibiciones de Kárate-Do mediante la realización de cumpleaños colectivos en la comunidad en coordinación con la escuela, la familia y los cederistas, con recursos propios, contribuyendo al fomento de valores como el colectivismo, responsabilidad, laboriosidad entre otros.

Tiempo de duración: 2 horas.

Personal implicado: escolares, padres, maestros, cederistas, profesores deportivos, activistas del INDER, profesores de Cultura Física, aficionados a la música (trovadores).

Especialista que dirige: activista de Kárate-Do de la comunidad

Recursos necesarios: mesa cubana, agua de coco, frutas producidas en la comunidad, equipo de música, estímulos creados por los cederistas para

reconocer a los destacados, juegos variados de dama, dominó, ajedrez y local abierto

Descripción: se realiza aprovechando el marco de la actividad “Desde mi Barrio”. Donde los implicados y participantes aportan recursos para materializar la mesa cubana con el concurso de todos. Se contribuye con frutas, dulces caseros, refrescos elaborados en la comunidad, libretas, lápices y caramelos. Se felicitan a los que cumplieron y cumplen años recientemente. Se desarrollan actividades con solistas, dúos, coros, donde participan sin distinción de edad, exhibiciones de Kárate-Do por parte de los escolares que atiende el activista de la comunidad.

Exhibición desarrollada: desplazamientos Heisoko Dashi, Heiko Dashi, Kiba Dashi, Shiko Dashi y Senkuso Dashi.

Katas. Kenshin Kobo, Ken Shi Jo Ate y Pinan Shodan.

Técnicas

Yakusuku Kumite Chudan 1, 2,3.

Actividad 9

Título. Exhibiciones del Kárate-Do desde mi escuela.

Objetivo: desarrollar exhibiciones de Kárate-Do que permita comprender la importancia de este deporte para la salud y la formación de la personalidad del individuo.

Tiempo de duración: 10 minutos

Personal implicado: escolares, activistas, maestros, padres, vecinos, el resto de los escolares de la escuela y los factores de la comunidad

Especialistas que dirige: activista del Kárate-Do de la comunidad

Recursos necesarios: palo, cuchillo y área de Educación Física

Descripción: se aprovechan las actividades deportivo-recreativas que realiza la escuela en la semana de receso docente para realizar la exhibición donde participan además los vecinos de la comunidad, padres y directivos de la zona. La exhibición se sitúa dentro de las actividades que planifica la escuela, se realizan Katas, técnicas de palo y cuchillo. Los escolares observan las técnicas realizadas por los karatekas, así como todos los presentes. Además del desarrollo de las Katas y técnicas de cuchillo y palo se explica a los participantes la importancia de este deporte para la salud y la formación de la personalidad del individuo.

Técnicas efectuadas en la exhibición:

Katas: Taikyoku Shodan, Pinan Nidan y Ananku.

Técnicas: 1 y 2 de cuchillo, técnica 3 y 4 de palo.

Actividad 10

Título. Mi padre y yo en la práctica del Kárate-Do.

Objetivo: potenciar en los padres conocimientos acerca del Kárate-Do que favorezca su cooperación en las actividades planificadas.

Tiempo de duración: 60 minutos.

Personal implicado: padres de los escolares, maestros, activista del Kárate-Do en la comunidad y Consejo de Escuela

Especialista que dirige: activista del Kárate-Do de la comunidad

Recursos necesarios: un aula de la escuela primaria, pizarra, tizas

Descripción. Con previa coordinación, el activista del kárate-Do solicita a la dirección de la escuela primaria Armando Ojea Landrove realizar un contacto con los padres de los escolares de 8-11 años de edad, al concluir la reunión de padres, donde invitan a los maestros del centro y demás factores de la comunidad.

En el contacto con los padres se comienza con la técnica participativa del debate dirigido o discusión guiada. Esta consiste en un intercambio informal de ideas e informaciones sobre diferentes palabras claves (disciplina, asistencia, puntualidad, rendimiento académico, modos de actuación y tiempo libre), realizado por el grupo de participantes, bajo la conducción dinámica del activista, quien enfatiza en los elementos abordados y su relación con la práctica del Kárate-Do.

Luego expresa la importancia que tiene el deporte para la salud y como medio de ocupar el tiempo libre en actividades sanas. Hace referencia al deporte de Kárate-Do como una de las ofertas existentes en la comunidad, a la cual tienen acceso sus hijos, se hace necesario orientarlos acerca de la importancia de este arte marcial para la vida y los valores que crea en la personalidad del individuo. Se estimula a los padres para que colaboren desde su posición a mejorar la disciplina, la asistencia, la puntualidad, el rendimiento en los entrenamientos, los modos de actuación de sus hijos a través de la persuasión, se exige por el cumplimiento de lo orientado. Se sitúan en la pizarra las palabras claves antes mencionadas.

Es importante que pasen por el área para conocer como están los escolares matriculados en este deporte y de igual modo estimulen a otros a que matriculen de acuerdo a sus intereses.

Actividad 11

Título. Mis abuelos y yo en la práctica del Kárate-Do.

Objetivo: realizar exhibiciones de Kárate-Do en las actividades de los círculos de abuelos, para que estos puedan contribuir al desarrollo de actividades deportivo-recreativas con los escolares y hacer énfasis en sus beneficios.

Tiempo de duración: 30 minutos.

Personal implicado: karatecas, escolares, abuelos, vecinos, organizaciones de la comunidad, Federación de Mujeres Cubanas, Comité de Defensa de la Revolución, maestros, profesores de Educación Física, Cultura Física y enfermera.

Especialistas que dirigen la actividad: activista de Kárate-Do.

Recursos necesarios: local al aire libre en el parque de Potrerillo y medios de enseñanza como guantereta, rodillo y zapotas.

Descripción de la actividad: la actividad se desarrolla con previa coordinación entre la profesora de Cultura Física que atiende el círculo de abuelos y el activista de Kárate-Do. Dentro del guión de la actividad se introduce la exhibición de Kárate-Do donde se utiliza medios de enseñanza utilizados en el deporte para fortalecer diferentes partes del cuerpo; tales como: piernas, brazos, músculos, abdominales. Las zapotas creadas con recursos propios evitan en el kumite lesiones.

Exhibición

- ✓ Demostración al golpear la guantereta desde. Kiba Dashi con Tsuki, Mawashi desde kamaite.
- ✓ Demostración del uso del rodillo desde la posición de hincado para fortalecer los músculos del abdomen.
- ✓ Ura I, Pinan Shodan, Wansho y Kumite.

Los presentes en la actividad observan la demostración realizado por los escolares y estimulan la práctica de este deporte sin distinción de edad y sexo, identifican los beneficios que aporta para la salud; así como la formación de valores para su desempeño social.

Actividad 12

Título. Mi maestro en la práctica del Karate-Do.

Objetivo: preparar a los maestros para que puedan incidir en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas a través de la práctica del Karate-Do en los escolares de 8 a 11 años de edad.

Tiempo de duración: 45 minutos

Personal implicado: maestros, directivos, profesores de Educación Física, Bibliotecaria, profesor de Computación

Especialista que dirige: activista de Karate-Do

Recursos necesarios: aulas del centro, laboratorio de computación, biblioteca, área de Educación Física

Descripción: el activista de Karate-Do en coordinación con la dirección de la Escuela Primaria de la comunidad y un maestro de sexto grado preparado sobre los temas relacionados con la Historia del Karate-Do y su importancia aprovecha los sábados después de la Preparación Metodológica para impartir al colectivo pedagógico temas relacionados con la historia del deporte, que llegaran a los escolares a través de las clases u otras actividades como: matutinos, vespertinos, actividades recreativas, deportivas, encuentros con figuras destacadas del Karate-Do, círculos de interés, búsqueda de información en la computadora y la clase de Educación Física.

Se trabajan las siguientes interrogantes:

1. El origen del Karate-Do. ¿A quién se le atribuye el origen?
 - R/ Un monje budista llamado Daruma.
2. ¿Diga quién introdujo el Karate –Do en Japón?
 - R/ Guichin Funakoshi
3. ¿Quién es considerado el padre del Karate moderno?
 - R/ Funakoshi
4. ¿Diga el significado de Karate-Do?
 - R/ Kara (vacía), Te (manos), Do (camino)
5. ¿Qué estilo se entrena en la comunidad?
 - R/ Jyoshinmon
6. ¿En qué modalidades se compite?
 - R/ kata y kumite
7. ¿Quién es el padre del Karate-Do cubano?

- R/ Domingo Rodríguez (Raúl Rizo)

8. ¿Qué grado tiene actualmente el maestro Raúl Rizo en el estilo?

- R/ En el estilo 6to Dan maestro y en federado 8vo Dan

Los maestros por su parte, si algún contenido lo permite pueden darle salida al tema, de lo contrario cooperar en la información que necesitan los escolares para su cultura general integral y la elaboración de los concursos sobre la historia del deporte ofertado por el profesor de Educación Física y el activista del kárate-Do de la comunidad.

Actividad 13

Título. Lo que he aprendido en los entrenamientos de Kárate-Do.

Objetivo: realizar exhibiciones de Kárate-Do en reuniones y en actividades de la comunidad para motivar hacia la práctica de este deporte, contribuyendo a la elevación de la cultura y salud de los escolares.

Tiempo de duración: 10 minutos

Personal implicado: karatecas, escolares, padres, vecinos, organizaciones de la comunidad: Federación de Mujeres Cubanas (FMC), CDR, Brigadas de Producción y Defensa (BPD), maestros, cooperativistas, entre otros.

Especialista que dirige: activista de Kárate-Do de la comunidad

Recursos necesarios: círculo social de la cooperativa, cuadro de béisbol de Báguano Viejo, parque la Algarroba de la entrada de Báguano, área de Educación Física de la escuela Armando Ojea Landrove.

Descripción: la actividad se desarrolló con previa coordinación entre el activista voluntario del INDER y las diferentes organizaciones de la comunidad. Se aprovechó el marco de actividades importantes como: chequeos de emulación y otras actividades de la FMC, CDR, BPD, la Cooperativa Primero de Mayo, a nivel de Consejo Popular. Además de visitas de los activistas destacados a nivel nacional del activismo deportivo en la escuela primaria Armando Ojea Landrove, donde se efectuó una entrevista al activista y a los escolares por Julita Osendi.

Ejemplo de una exhibición de kárate Do en la comunidad:

- | | | | |
|-------------------------------------------------|-----------------|---------|----------------------------|
| 1-Saludo | 2-Teitan Josuki | 3-Ura 1 | 4-Aponno no kata en trío |
| 5-Técnicas 1 y 2 de piernas combinadas | | | 6- Pinan Godan en cuarteto |
| 7- Técnica de cuchillo número 3 y 4. Dos pareja | | | 8-Saludo Final |

Actividad 14

Título. La práctica del kárate Do en la comunidad.

Objetivo: favorecer la práctica del Kárate-Do en la comunidad para todas las edades y sexo despertando el interés y amor por este arte marcial.

Tiempo de duración: tres veces a la semana.

Personal Implicado: escolares, adolescentes, adultos de la comunidad, activistas de Kárate-Do y monitores

Especialista que dirige: Activista de Kárate-Do

Recursos necesarios: local al aire libre y medios de enseñanza (guanteretas, sacos, zapotas)

Descripción: al inicio del curso escolar se divulga en la comunidad a través del delegado del Poder Popular y grupo gestor, el inicio de las clases de Kárate-Do, después de haber disfrutado de las vacaciones de los meses de julio y agosto. Se convoca una reunión inicial para acordar los días de entrenamiento, el horario, la disciplina y organización de los practicantes, así como la documentación de los mayores abalados por el jefe de sector.

Los escolares deben poseer un buen índice académico así como la aprobación de los padres para la práctica del deporte. Los entrenamientos se desarrollarán los lunes, miércoles y viernes de 5.30 a 7: 30 pm. Se prioriza la atención de los escolares de 5: 30 a 6: 30 pm, de 6: 30 a 7:30 pm los mayores.

En los entrenamientos se tienen en cuenta las edades para la dosificación de las cargas. La técnica se enseña según el programa de Kárate-Do establecido para el estilo Jyoshimon Shorin Ryu. Se trabaja para elevar el nivel técnico, táctico y la formación de valores en los atletas.

Ejemplo de la planificación de una unidad de entrenamiento. (Ver anexo 1)

Actividad 15

Título. El Kárate-Do llega hasta un lugar histórico.

Objetivo: desarrollar actividades de Kárate-Do en lugares históricos para conocer nuestra historia, que permitan el desarrollo de habilidades en el deporte, el cuidado y conservación del medio ambiente.

Tiempo de duración: 4 horas.

Personal implicado: escolares, karatecas, maestros, padres, y activistas del Kárate-Do.

Especialistas que dirigen la actividad. Activista de Kárate-Do.

Recursos necesarios: biografía del mártir Walter Figueredo, comunicado, mochila, kimono, merienda colectiva con recursos propios, agua. flores v escobas.

Descripción de la actividad: Se realiza una visita previa al obelisco Walter Figueredo de la localidad de Rejondones para observar las condiciones y características del lugar. Se determinan los recursos necesarios para dar cumplimiento a la actividad con la cooperación de los padres, escolares y maestros.

Salimos para el lugar a las 7:00 a.m. a pie, por el monte, se aprovecha los caminos trillados, con énfasis en el cuidado de la Flora y la Fauna. Al llegar se canta el Himno Nacional, se realiza la limpieza del mismo y se deposita una ofrenda floral por parte del capitán de equipo. Se lee la biografía del mártir por un atleta destacado. Otro atleta lee un comunicado referente a su compromiso de continuar las tradiciones de nuestro pueblo referente a las ideas revolucionarias. (Ver anexo 2 y 3)

En el lugar previsto debajo de los árboles, próximo al obelisco y al río se realiza la demostración con las siguientes técnicas.

1. Ni no Ho, Kenshi Ho Ate, Pinan Sandan, Wanshu, Naifanchin Shodan.

La maestra Rosa Pérez realiza las conclusiones de la actividad. Aborda lo relacionado con el cuidado del medio ambiente, la importancia del ejercicio físico, el Kárate-Do para la vida en general, las caminatas y el conocimiento de la historia de la localidad y el uso correcto del tiempo libre. Estimula para que se incorpore más educandos a la práctica de este deporte.

Actividad 16

Título. Círculo de interés de regla y arbitraje.

Objetivo: favorecer la adquisición de conocimientos sobre el Kárate-Do en lo referente a reglas y arbitrajes, para contribuir al desarrollo de actividades deportivo-recreativas desde este arte, lo que incrementa su cultura general integral y los prepara para competir.

Tiempo de duración: un curso escolar.

Sábado 4:00 a 5:00 pm.

Personal implicado: escolares, karatecas, activistas de Kárate-Do, profesor deportivo.

Activista que dirige: activista de Kárate-Do de la comunidad

Recursos necesarios: local del gimnasio donde se entrena y documentos de regla y arbitraje.

Descripción: se dosifica una semana al mes sobre regla y arbitraje, así como temas relacionados con el surgimiento y actualidad del Kárate-Do en el mundo y en Cuba., que sirvan de antecedentes a los nuevos contenidos a trabajar.

No.	Temas	Fecha	Duración
1	Artículo 1. El área de competición de kumite.	10-10-2009	1 hora
2	Origen del Kárate-Do	24-11-2009	1 hora
3	¿Quién es considerado el padre del Kárate-Do moderno?	12-12-2009	1 hora
4	Artículo 5. Duración de los combates	9-1-2010	1 hora
5	¿Diga los estilos fundamentales de Kárate-Do en el mundo?	27-2-2010	1 hora
6	¿Cuántos estilos de Kárate-Do en Cuba existen oficialmente?	13-3-2010	1 hora
7	Artículo 8. Comportamiento prohibido	10-4-2010	1 hora
8	Artículo 9. Penalizaciones	8-5-2010	1 hora
9	Artículo 10. Lesiones y acciones prohibidas en la competición.	5-6-2010	1 hora

Actividad 17

Título. Topes los fines de semana.

Objetivo: favorecer la preparación de los escolares en las diferentes modalidades del Kárate-Do a través de los topes efectuados los fines de semana, contribuyendo a que los espectadores aprecien las potencialidades de este deporte.

Tiempo de duración: 1 hora

Personal implicado: escolares, karatecas, activistas, profesor de Kárate-Do y vecinos de la comunidad

Especialista que dirige: activista de Kárate-Do

Recursos necesarios. Local al aire libre (Algarroba, cuadro de béisbol de Báguano Viejo, en la calle que da a Báguano Viejo en el CDR número 4, zona 97).

Descripción de la actividad: de acuerdo a los escolares y karatecas matriculados en la escuela se analizan las katas y técnicas trabajadas para organizar los topes entre los integrantes de la misma escuela los fines de

semana. Se materializa en los locales previstos aprovechando las actividades de la FMC, CDR, Cooperativa Primero de Mayo de la localidad, donde participa la comunidad como espectadora. Estos topes se planifican en correspondencia a la edad y sexo de los competidores en las modalidades de kata individual, kata por equipo y kumite individual. Ejemplos.

Kata individual: se competirá por rondas, en la primera se deberá realizar una kata obligatoria chitei, para poder pasar a la próxima vuelta, luego se realizara las tokui, siempre escogiendo las mejores katas de acuerdo al nivel del practicante.

Chitei. Tomarite bassai

Tokui. Yion.

En la modalidad de katas por equipo. Se competirá similar a la anterior sólo que en la discusión del oro se realizarán los bunkais de la kata. Reciben el estímulo moral los ganadores y el aplauso de los presentes.

Se realiza la técnica de lo positivo, negativo e interesante (PNI) para recoger criterios de los implicados en relación con el desarrollo de las actividades.

Etap 3. Ejecución de las actividades deportivo-recreativas: aplicación de las actividades deportivo-recreativas en la práctica.

1. Identificar el personal, entidades y organizaciones que pueden implicarse en el desarrollo de las actividades deportivo-recreativas.
2. Determinar los recursos necesarios para la implementación de las actividades deportivo-recreativas.

Etap 4. Evaluación de las actividades deportivo-recreativas: se analizan y valoran los resultados que se obtienen en cada actividad para corroborar su factibilidad. Se deben tener presentes las valoraciones que se derivan de las etapas anteriores de modo que constituyan fundamentos a tener en cuenta para lograr la retroalimentación de la alternativa.

1. Realizar la valoración sistemática de los resultados que se alcanzan con las diferentes actividades deportivo-recreativas que se planifican.
2. Enriquecer la alternativa a partir de los resultados que se alcanzan con su aplicación.

II.2 Caracterización de la situación inicial y valoración del nivel de efectividad de la alternativa después de su puesta en práctica en la comunidad de Báguano Viejo.

Entre las problemáticas existentes en la comunidad de Báguano Viejo se identifica la necesidad de ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad, de modo que se garantice la formación integral de la personalidad. El trabajo integrado por todos los agentes educativos que inciden en la vida del escolar es una vía que puede favorecer la solución de la misma y dar cumplimiento al propósito de realizar actividades sanas en el tiempo libre.

En el contexto que se realiza la investigación, la Comunidad de Báguano Viejo, se presenta insuficiencias en la temática referida, lo que se evidencia a partir diferentes indicadores tales como: integración de los diferentes factores de la comunidad para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas, modo en que ocupan el tiempo libre los escolares, importancia que se le confiere al desarrollo de actividades deportivo-recreativas para una vida sana física y mentalmente, divulgación de actividades deportivo-recreativas. Se escoge los escolares de 8 a 11 años de edad porque es el segmento poblacional con mayores dificultades en este tema. Para alcanzar el propósito antes expuesto se decidió tomar como muestra 31 escolares de la comunidad de Báguano Viejo en edades comprendidas entre 8 y 11 años, las cuales se desglosan a continuación:

8 años de edad: 7 niños

9 años de edad: 5 niños

10 años de edad: 9 niños

11 años de edad: 10 niños

En la búsqueda de la solución a la problemática se selecciona el método de la resolución de problemas con experimentación sobre el terreno, como uno de los fundamentales de la investigación acción participativa. Se elige por el valor que posee en las investigaciones cualitativas donde se implican diferentes agentes educativos en la identificación de la problemática, en la búsqueda de su solución y en el rediseño de la misma a partir de los resultados que se alcanzan con su aplicación.

Se asumen las siguientes etapas en la aplicación del método:

- **Primera etapa:** profundización inicial de la problemática identificada
- **Segunda etapa:** búsqueda de solución a la problemática identificada
- **Tercera etapa:** implementación de la vía de solución diseñada
- **Cuarta etapa:** valoración de los resultados alcanzados con la implementación de la vía de solución diseñada

Se parte de una **primera etapa** de profundización, que se realiza en mayo de 2009, donde participan el investigador y los investigados, en este caso los escolares y demás agentes educativos, para penetrar en la problemática referida. En esta etapa se realizan las siguientes acciones:

- ✓ Entrevista a los escolares.
- ✓ Entrevista a los maestros del centro escolar Armando Ojea Landrove.
- ✓ Observación a clases de Educación Física.
- ✓ Entrevistas a miembros del grupo gestor del trabajo comunitario.
- ✓ Entrevistas a padres.

Se realiza una entrevista a los escolares para conocer el estado real que presenta la ocupación del tiempo libre y la práctica del Kárate-Do en la comunidad de Báguano Viejo, mediante los criterios individuales donde se arrojan los resultados que se exponen a continuación (ver Anexo 4)

La participación en actividades de Kárate-Do se comporta de la siguiente manera: 5 participan siempre, 2 casi siempre, 4 a veces y 20 nunca. La preferencia para la elección de la práctica de deportes en el futuro es 0 Judo, 2 Boxeo, 5 Ajedrez, 3 Kárate-Do, 2 Ciclismo, 0 Pesas, 1 Nado, 11 Voleibol, 0 Baloncesto, y 7 Esgrima. Se constata que independientemente a algunos escolares participan en actividades de diferentes deportes, no se planifica de manera adecuada la participación de estos en actividades deportivo-recreativas como una vía esencial para ocupar su tiempo libre.

Para incitar a los escolares al desarrollo de estas actividades se basan sólo la realización de exhibiciones, no así las conferencias sobre algunos deportes como el Kárate-Do, proyección de películas, conversatorios con figuras del deporte, encuentros con la historia, círculos de interés. Solo 9 escolares de 31 plantean que les gustaría desarrollar actividades a través del entrenamiento Kárate-Do. Los que respondieron que sí plantean que este deporte los prepara para la vida, los que dicen no, argumentan que reciben muchos golpes y no conocen mucho sobre el deporte.

En cuanto a la interrogante ¿Te atrae este deporte? 3 responden que sí, 15 que no y 13 que no saben. Exponen además que no reciben orientación sobre la importancia de la práctica del Kárate-Do 25 escolares, mientras que 8 no saben. Esto demuestra la necesidad de planificar actividades deportivo-recreativas a

través del aprovechamiento de las potencialidades del Kárate-Do para ocupar el tiempo libre de los escolares.

Asimismo se realizó una entrevista a los maestros del centro con el objetivo de obtener información más completa y esclarecer algunos aspectos importantes de la problemática analizada (ver anexo 5) donde arroja que:

La escuela no realiza actividades para motivar hacia la práctica del Kárate-Do. No conocen las modalidades que se entrenan en este arte marcial. Plantean que las principales dificultades existentes en la comunidad que limitan la práctica del Kárate-Do en los escolares de 8 a 11 años son: el bajo nivel cultural, compromiso de los padres para apoyar esta actividad, falta de motivación, falta de medios de enseñanza y el alcoholismo. Consideran que se puede ocupar el tiempo libre de los escolares a través de este deporte y de conversatorios, propaganda al deporte con el empleo de carteles, entre otras actividades de acuerdo a las características de cada escolar. Lo antes expuesto demuestra que no se están aprovechando las potencialidades de este deporte para ocupar el tiempo de los escolares.

El INDER desarrolla algunas actividades para ocupar el tiempo libre de los escolares, pero a través del Kárate-Do aún es insuficiente el trabajo que se realiza en este sentido. Se proyectan películas, donde se analizan los valores observados en el filme con la ayuda del maestro así con exhibiciones en la comunidad del deporte, pero no de manera sistemática y diferenciada. En las escuelas de padre no se tratan temas en relación con el desarrollo de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares.

Como parte del diagnóstico se realizó la observación a clases de Educación Física diferentes actividades (ver anexo 6) con el objetivo de diagnosticar el aprovechamiento de las potencialidades del Kárate-Do para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas que permitan ocupar el tiempo libre de los escolares en la comunidad. Se asumen los aspectos a observar:

1. Descripción del contexto (vestuario, higiene).
2. Limpieza y organización del área.
3. Utilización de medios de enseñanza.
4. Posibilidades de vinculación del tema de la clase con el desarrollo de actividades deportivo-recreativas en la comunidad para ocupar el tiempo libre de los escolares.

5. Acciones del maestro que favorecen el aprovechamiento de las potencialidades de este deporte para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas en la comunidad.
6. Impacto en los escolares de las acciones realizadas.
7. Valoración de la efectividad de las acciones realizadas.

Donde se evidencia que:

El vestuario, la higiene, el horario están acorde a las exigencias actuales. El área donde se desarrollan las actividades está limpia y organizada. Utilizan medios de enseñanza que garantizan la práctica de este deporte en la clase y el aprendizaje. Existen posibilidades de vinculación del tema de la clase para desarrollar actividades deportivo-recreativas a través del Kárate-Do en la comunidad como vía para ocupar el tiempo libre de los escolares, pero no se explotan.

El maestro realizó acciones para favorecer la práctica de este deporte en general a través de láminas, pelotas de trapo, batones de madera, orientó la tarea para investigar en la computadora del centro escolar. El impacto de las acciones fue positivo los que trajo consigo el cumplimiento de los objetivos de la clase. Tales acciones se consideran efectivas, positivas, adecuadas al grado y edad de los escolares, sin embargo no se relaciona la importancia de este deporte en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares en el contexto comunitario.

La entrevista realizada a los miembros del grupo gestor del trabajo comunitario (ver anexo 7) persiguió como objetivo conocer los criterios y opiniones existentes en relación con el tema que se investiga.

Las temáticas valoradas están relacionadas con:

- ✓ El aprovechamiento de la práctica del Kárate-Do para desarrollar actividades deportivo-recreativas en la comunidad.
- ✓ Realización de actividades que contribuyan a este fin.
- ✓ Participación de los diferentes agentes en la realización de estas actividades.
- ✓ Utilización de las posibilidades que ofrece el entorno comunitario.

Se constata que:

La práctica del Kárate-Do en la comunidad es buena 1, regular 3 y mal 6, debido a que se realizan pocas actividades que permitan aprovechar las potencialidades de

este deporte en la realización de actividades deportivo-recreativas que ocupen el tiempo libre de los escolares, por ejemplo el desarrollo de algunas exhibiciones del deporte en actividades de la cooperativa, la FMC y la escuela. Estas no son suficientes y no logran mediante su variedad que los escolares lo vean como una vía para ocupar su tiempo libre. Opinan que se puede explotar otras actividades como proyecciones de películas, el conocimiento de la historia de ese deporte, conversar con figuras destacadas del mundo del Kárate-Do.

Discurren que la escuela no incide de manera adecuada en la proposición de actividades deportivo-recreativas que aprovechen las potencialidades de este deporte, de modo que sólo se aprovechen los espacios fundamentales con que cuenta dentro de su horario único: recesos, deporte participativo, clases de Educación Física, Historia de Cuba (de la localidad) y otras de acuerdo a la creatividad de los maestros, en detrimento del posible desarrollo de actividades deportivo-recreativas en la comunidad como una vía para ocupar el tiempo libre de los escolares.

Para profundizar en las causas que provocan el insuficiente desarrollo de actividades deportivo-recreativas en aras de ocupar el tiempo libre de los escolares a través de la práctica del Kárate-Do en el contexto comunitario se realizó una entrevista a los padres (ver anexo 8)

Como resultado se comprueba que dentro de las actividades que realiza la comunidad para ocupar el tiempo libre de los escolares, de manera específica a través de la práctica del Kárate-Do están las exhibiciones que realizan en el barrio por parte del activista de este deporte (Omar Pérez Pérez). Estas se han efectuado en la escuela Armando Ojea, en actividades importantes de la zona como: chequeos de emulación de la cooperativa 1ro de mayo, en actividades de la FMC de la zona y reuniones de los CDR.

Consideran que estas actividades no son suficientes para ocupar el tiempo libre de los escolares, se pueden hacer otras para mejorar esta problemática, alegan que esto desarrolla en los escolares valores importantes como el colectivismo y la responsabilidad. Sugieren otras actividades que pueden ayudar a ocupar el tiempo libre de sus hijos, como son: la creación de círculos de interés, el reconocimiento en los matutinos de la escuela de los escolares más destacados en los entrenamientos y eventos, incrementar los eventos del deporte e impartir

conferencias a padres y maestros sobre el deporte para que sea transmitido a los escolares.

En la comunidad se entrenan con mayor sistematicidad los deportes Fútbol, Béisbol, Ajedrez y Voleibol. Muchos aficionados juegan Dominó en sus casas por las noches y fines de semana. La tradición del barrio está dirigida al Béisbol desde los años 1940 aproximadamente según investigaciones realizadas en la historia del deporte en el barrio. Los padres recomiendan explotar al máximo los medios audiovisuales en función del Kárate-Do y su análisis educativo instructivo, preparar a los maestros en la teoría del Kárate-do para que contribuyan con la preparación de escolares y padres e introducir temas del deporte en las Escuelas de Educación Familiar.

La experiencia de trabajo acumulada por parte del autor, también se tomó como referencia. Como resultado de las acciones realizadas y los instrumentos que se aplican en el diagnóstico inicial se identifican como principales **regularidades**:

- ✓ Las principales insuficiencias se relacionan con la poca participación de los escolares a la práctica de este deporte (asistencia 22.58%).
- ✓ En la planificación de las actividades deportivo-recreativas no se prevén los recursos o medios necesarios para su desarrollo.
- ✓ No se coordina con los diferentes factores comunitarios el desarrollo de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares.
- ✓ Las actividades que se desarrollan de forma general son las mismas.
- ✓ No se utilizan todas las posibilidades de la comunidad y los escolares para incrementar el desarrollo de este tipo de actividades.
- ✓ El 100% de los entrevistados, coinciden en que uno de los factores que más incide en las insuficiencias presentes en este proceso, es que se realizan actividades de forma mecánica, no tienen en cuenta la diversidad, el contexto y las características personales de cada escolar.
- ✓ Los maestros reconocen que existen aspectos que realmente deben ser impartidos y que no siempre se tienen en cuenta porque en las indicaciones actuales no se priorizan por parte del Ministerio de Educación.
- ✓ El 100% de toda la muestra, coincide en que en la medida en que se gane en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas a través de este

deporte, se puede contribuir a la formación integral de estos escolares y cuentan con opciones sanas, educativas para ocupar su tiempo libre.

- ✓ Insuficiente número y calidad de las actividades deportivo-recreativas desarrolladas.
- ✓ Los agentes educativos de la comunidad no actúan de forma integrada y no se aprovechan todas las potencialidades que posee en el contexto para la práctica sistemática de actividades deportivo-recreativas que permitan ocupar el tiempo libre de los escolares, de manera específica mediante el aprovechamiento de las potencialidades de la práctica del Kárate-Do.

Las **causas** fundamentales de la problemática antes descritas radican en:

- ✓ Aplicación incorrecta de métodos, procedimientos y medios para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas que ocupen el tiempo libre de los escolares.
- ✓ No se aprovechan las potencialidades del contexto comunitario y de las características de los escolares para el desarrollo de este tipo de actividades.
- ✓ Las actividades que se realizan casi siempre son tradicionales.

A pesar de estas limitaciones, el investigador considera como **potencialidades** las siguientes:

- ✓ Existe comprensión por parte de los implicados de la necesidad de atender esta problemática.
- ✓ Disposición por parte del grupo comunitario para transformar esta realidad.
- ✓ El nivel de participación de los escolares en las actividades propuestas.
- ✓ La comunidad es un contexto educativo que posibilita la atención al escolar en sus diversas formas.

En la **segunda etapa** se realiza la búsqueda de solución a la problemática identificada, se desarrolla un primer taller de reflexión crítica (junio 2009) con todos los implicados para valorar las regularidades detectadas en el diagnóstico inicial. Se realiza un análisis profundo de las situaciones identificadas, las posibles causas de las mismas y las posibles vías de solución a esta problemática. Todos los participantes coinciden en la necesidad de realizar actividades y la preparación de ellos para ejercer una influencia adecuada.

Se realiza una sistematización teórica de aspectos relacionados con el tiempo libre y recreación, se particulariza hacia la práctica del Karate-Do, por la importancia que revisten en la formación de la personalidad. El tema se enmarca en los escolares de 8 a 11 años de edad, y las acciones que se deben desarrollar para la atención de estos escolares y las orientaciones sobre la preparación a los implicados. A partir del criterio de los implicados y la constatación en la práctica de la mayor incidencia de los factores externos, se realiza el análisis de las posibles actividades a emplear.

Estas razones influyen en la decisión de diseñar actividades deportivo-recreativas. Pueden ser utilizadas por otros profesores que presenten una situación similar en sus grupos, adaptándolas a partir del diagnóstico de los escolares. En el segundo taller de reflexión crítica (primera quincena de septiembre de 2009) se presentaron y valoraron las actividades propuestas para conocer criterios de los implicados, estos sugieren incluir actividades más variadas. Aspecto que se cumple en la propuesta. Se evalúan las actividades presentadas con categoría de positivo.

La **tercera etapa** la constituyó la implementación de las actividades, que se inició en la segunda quincena de septiembre de 2009, se aplicó hasta junio de 2010. La primera acción realizada fue:

- ✓ Invitar a los escolares para colaborar en el desarrollo de las actividades propuestas.

Se informa a los implicados los espacios en los cuales se van a realizar las actividades. De igual modo se le comunica el objetivo general de las mismas y sus características.

En la **cuarta etapa** (julio de 2010) se realiza la valoración de los resultados alcanzados con la implementación de las actividades propuestas. Se profundizó de forma crítica en cuanto a la sensibilización de los agentes implicados, el llegar a la vía de solución, aplicarla y perfeccionarla entre todos.

Esta acción se corresponde con la cuarta etapa del método resolución de problemas con experimentación en el terreno, la valoración de los resultados alcanzados con la implementación de dichas actividades. Se utiliza la lluvia de ideas para recoger los criterios de los participantes. Todos coinciden en el valor de la propuesta, donde es aceptada.

Para valorar los resultados alcanzados con la implementación de las actividades se observó el desarrollo de estas y se aplicaron entrevistas semiestructuradas a

los escolares y a los directivos del centro (ver anexos 9 y 10). Las actividades observadas (8), a partir de los aspectos referidos en la medición inicial, evidenciaron mejoras. Los principales avances que constituyen evidencia de calidad de las mismas, están relacionadas con:

- ✓ En su planificación se tienen en cuenta los recursos y medios necesarios.
- ✓ Resultan actividades variadas e interesantes.
- ✓ Se aprovechan las posibilidades que ofrece la comunidad y las potencialidades de cada escolar; así como las que ofrece la práctica del Karate-Do.
- ✓ El incremento significativo de la asistencia de los escolares (entre un 90.32% y un 97.76%) lo que representa entre 28 y 30 escolares de una muestra de 31.

En la interpretación de los instrumentos finales (ver anexo 9 y 10) se definen como aspectos a valorar los siguientes:

- ✓ Número y calidad de las actividades.
- ✓ Divulgación de las actividades.
- ✓ Asistencia a las actividades planificadas.
- ✓ Vínculo de las actividades con las potencialidades del Karate-Do.

En la entrevista a los escolares estos ofrecen criterios en relación con el nivel de satisfacción por las actividades desarrolladas, se refieren a:

- ✓ La cantidad y calidad de las actividades, las consideran adecuadas.
- ✓ Todos están dispuestos a participar en ellas.
- ✓ Evalúan de bien la divulgación de las actividades.
- ✓ Se incrementó el nivel de participación (de un 90.32% a un 97.76%).
- ✓ Refieren además mejor atención y cuidado a la salud, mejor empleo del tiempo libre, favorecimiento de las relaciones interpersonales entre ellos, profundizaron diversos conocimientos relacionado con el Karate-Do.
- ✓ La ayuda por parte de los miembros de la comunidad se incrementó.
- ✓ Todas las actividades desarrolladas fueron aceptadas por los escolares, en cuanto a la preferencia los resultados se muestran a continuación:

No	Actividad	%
1	Exhibiciones de Karate-Do desde mi comunidad	100
2	Presentación de fotos con personalidades del Karate-Do	100
3	Encuentros con personalidades del Karate-Do	100
4	Alex Biamonti: campeón Mundial de Karate-Do	100
5	Actividades recreativas a través del juego que contribuye a la introducción del Karate-Do	100
6	Exhibiciones del Karate-Do desde mi escuela	100
7	Circulo de interés de regla y arbitraje	100
8	Topes los fines de semana	90.32
9	La práctica del kárate Do en la comunidad	80.64

No	Actividad	%
10	Actividades culturales, recreativas acordes a las características y costumbres de la comunidad	77.41
11	Lo que he aprendido en los entrenamientos de Karate-Do	74.19
12	Mi maestro en la práctica del Karate-Do	64.51
13	Mi padre y yo en la práctica del Karate-Do	61.29
14	Mis abuelos y yo en la práctica del Karate-Do	61.29
15	El Karate-Do llega hasta un lugar histórico	61.29
16	Encuentro con atletas del Karate-Do	61.29
17	Encuentro con la Historia	61.29

En la entrevista a los miembros del grupo gestor estos reconocen que: se actúa de forma integrada, se aprovechan las posibilidades que posee la comunidad para el desarrollo sistemático de actividades deportivo-recreativas en función de ocupar el tiempo libre de los escolares a través de la práctica del Karate-Do. Se pueden identificar como los principales resultados de su implementación los siguientes:

- ✓ Se evidencia de forma general el mejoramiento de varios aspectos en los escolares que participaron en las actividades propuestas.
- ✓ Se incrementaron los participantes en las actividades desarrolladas, con un elevado nivel de satisfacción por el número, sistematicidad y calidad de las mismas.
- ✓ Quedó demostrada la importancia, necesidad y posibilidad de la estrecha relación que debe existir entre todos los factores, para lograr cambios en la temática abordada, entre otros objetivos.
- ✓ Entre los resultados más importantes alcanzados con la aplicación de las actividades se encuentra la mejor preparación de los implicados, la utilización de actividades variadas para obtener transformaciones positivas.
- ✓ De manera general se pueden reflejar avances significativos con relación al desarrollo de los objetivos propuestos.
- ✓ Se logró una mejor atención a los escolares, con tratamiento individualizado a los que lo requerían.
- ✓ El nivel de socialización en las relaciones con sus coetáneos se favoreció.
- ✓ Se disminuyó los factores de riesgo y proclividad a la conducta a través de actividades deportivas y recreativas sanas.
- ✓ Se incrementó las actividades variadas de la recreación, diversificando las ofertas y la sistematicidad en función de los gustos y preferencia.
- ✓ Se reforzó la labor preventiva, se profundizó en las características de los escolares y se proyectaron las actividades físicas, deportivas y recreativas que respondan a las necesidades y preferencia de la muestra encaminada a la formación de valores.
- ✓ las actividades deportivo-recreativas diseñadas tributan al desarrollo integral de los escolares.

Además, a partir del análisis del desarrollo de las actividades deportivo-recreativas a través de la práctica del Kárate-Do, se recogen como aspectos positivos los siguientes:

- ✓ Los escolares reconocen la utilidad de las actividades que realizan, donde exponen que los prepara para la vida, los ayudan a mantenerse fuertes y saludables, a fortalecer los valores morales.
- ✓ Muestran interés y disposición por la actividad que desarrolla, lo que se evidencia en el protagonismo que han alcanzado.
- ✓ Se evidencian constantes esfuerzos para obtener resultados positivos a partir de las necesidades individuales y grupales.

Los resultados alcanzados con la implementación en la práctica corroboran la necesaria preparación y el papel creador de los agentes educativos en la búsqueda de solución a las problemáticas que se presentan en el contexto comunitario.

CONCLUSIONES DEL CAPÍTULO

La alternativa que se propone incluye la determinación del fin, las áreas y del diagnóstico de la realidad y las posibilidades. A partir de esto se estructuran 17 actividades deportivo-recreativas a realizar en diversos horarios por el período de un curso escolar, donde interviene la familia, los factores comunitarios, las instituciones y organizaciones de la comunidad. Cada una de las actividades posee su objetivo y la descripción de los elementos que la caracterizan, donde se tienen en cuenta los intereses de los escolares y las potencialidades de la comunidad.

Con su implementación se logró ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad, al aprovechar las potencialidades del Kárate-Do para tales efectos. Otros resultados se relacionan con la importancia de organizar y planificar las actividades y el vínculo entre los agentes implicados. La conformación, aplicación y valoración de los resultados de la alternativa fueron realizadas a través de la resolución de problemas con la experimentación sobre el terreno que demuestra la pertinencia de la misma.

CONCLUSIONES GENERALES

El estudio realizado, así como los resultados obtenidos con la aplicación de la alternativa, permiten llegar a las siguientes conclusiones:

Los estudios e investigaciones realizadas demuestran la importancia de la práctica del Karate para favorecer el desarrollo de los diferentes segmentos poblacionales y el valor que adquiere su implementación en el contexto comunitario. Dentro de estos grupos, el escolar de 8 a 11 años de edad, requiere una especial atención a partir de las características de esta etapa del desarrollo y el diagnóstico realizado.

Aunque se han implementado diferentes variantes, muchas veces no se logra este objetivo, al realizarse de forma espontánea, sin una adecuada planificación, sin la implicación de todos los factores y agentes comunitarios, no se definen las acciones y responsabilidades de cada uno de ellos, no se explotan las potencialidades de la comunidad, lo que limita la calidad y efectividad de la misma, situación que se constató en la comunidad de Báguano Viejo, del municipio Báguanos.

Para darle solución a la problemática se diseñó una alternativa contentiva de actividades deportivo-recreativas para ocupar el tiempo libre de los escolares de 8 a 11 años de edad a través de la práctica del Karate-Do. Se caracteriza por su flexibilidad, planificación, donde se definen las responsabilidades y tareas de cada uno de los factores e instituciones implicadas y se aprovechan las potencialidades de la comunidad.

La pertinencia de los resultados alcanzados con la implementación de la alternativa se realizó a través de la investigación acción participativa, de forma específica con la resolución de problemas con la experimentación sobre el terreno. Entre los resultados más importantes alcanzados con su ejecución se encuentran: el incremento del número de participantes en las actividades, un elevado nivel de satisfacción por ellas. Se logró un accionar unido entre los diferentes factores y agentes de la comunidad. La alternativa propuesta es factible de aplicar en otras comunidades a partir de profundizar en sus características, problemáticas y carencias.

RECOMENDACIONES

Después de valorar los resultados alcanzados con la aplicación de la alternativa se considera necesario recomendar:

- Aplicar la alternativa en otras comunidades del territorio.
- Incrementar las actividades dirigidas a los agentes educativos para el rol que deben jugar en el aprovechamiento de las potencialidades del Karate-Do en el desarrollo de actividades deportivo-recreativas.
- Continuar la búsqueda de otras posibles actividades en función de este objetivo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aguiar Barrera, Ronny. (2007). Proyecto para el desarrollo físico y humano en una comunidad rural. Disponible en soporte digital. ISCF " Manuel Fajardo". SUM de Cultura Física. Municipio Remedio. Villa Clara. Cuba. 12p.
2. Alonso, J. (1992). Motivar en la adolescencia. Teoría. Evaluación e intervención. Ediciones de la Universidad Autónoma de Madrid.
3. _____(1990). "Motivación y aprendizaje escolar", En Desarrollo Psicológico y Educación, compilado por C.Coll. Edición Alianza. Madrid.
4. Aries, Guillermo (1975). Los intereses cognoscitivos, motivo para la actividad escolar y su relación con el proceso enseñanza aprendizaje - p 40 - 46. En Revista de Educación (La Habana), julio - septiembre 18.- 126p.
5. Báez Rojas, Glenda, Jorge Rodríguez Stivan, Orlando Ortega Izquierdo (2008) Conjunto de acciones físico recreativas para una mayor ocupación del tiempo libre en las personas de la tercera edad. Revista digital. Año 13. no 119. Buenos Aires. abril del 2008, 14p.
6. Báter. P (2001). El proceso de investigación en la metodología cualitativa. El enfoque participativo y la investigación acción. En desafío Escolar: ICE de la Universidad de Barcelona: Horsori.
7. Boullón, R. (1983). Las Actividades Turísticas y Recreacionales. México, Editorial Trilla. 49 p.
8. BOZHOVICH, L. I. Y L.V. BLAGONADIEZHINA (1976). Estudio de las motivaciones de la conducta de los escolares y adolescentes. Ed. Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana.
9. _____ (1976). La personalidad y su formación en la edad infantil. Ed. Pueblo y Educación, La Habana.
10. Bruner, J. (1999). Las estrategias de recepción en la obtención de información. En Mitjás, A y M, Manzano: Selección de Lecturas de Psicología General III. Segunda parte .pp:328-394

11. Caballero Rivacoa, Martha T. y M. García (en soporte digital, s.a.) El Trabajo Comunitario. Una Alternativa cubana de desarrollo social. Camagüey, Cuba, Ediciones Acána, 24p.
12. Calviño, Manuel. (2008). Acción comunitaria en salud mental, "Multiplicadores y multiplicados". Facultad de Psicología. Universidad de la Habana. Soporte digital. 7 de Abril del 2009, 3 p.
13. Castaño Zaldívar, Sandra R. (2009). Alternativa física comunitaria para favorecer la preparación de la familia en función del desarrollo motor de niños de 2 a 3 años de edad atendidos en el Programa "Educa a tu hijo". Tesis de maestría, Holguín, 85p.
14. Castellano, Ana M. (2009). Planificación Popular, adaptabilidad situacional e inserción social. Disponible en [www. PNUD. Bo/ modov2](http://www.pnud.bo/modov2). consultado: 20 de marzo de 2009, 3p.
15. CD de la carrera de Licenciatura en Cultura Física (2003). Ciudad de la Habana. Cuba.
16. CD de la Maestría de Actividad Física Comunitaria. (2006). Ciudad de la Habana. Cuba.
17. Colás Bravo, María del Pilar y Leonor Buendía Eisman. (1994). Investigación Educativa. España, Sevilla, Editorial, 2da Edición. 23p.
18. Colectivo de autores (1981). Orientaciones Metodológicas y Programas de Educación Física, para la Educación General, Politécnica y Laboral. Ciudad de la Habana Editorial Pueblo y Educación.
19. _____ (1985). Fundamentos de la teoría y la metodología del Entrenamiento Deportivo
20. _____ (1990). Historia del Karate Do
21. _____ (1996). El trabajo comunitario en la zona rural y montañosa de Cuba. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba, 2 p.
22. _____ (1988). Psicología. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, 426p.
23. Corcove de la Paz, Maria de los Ángeles y Rosario Torres Díaz (2004). Las Historias de IBO. _ La Habana: Editorial Pueblo y Educación. 332p.

24. Corteza, A y A Ranzola (1992) Bases metodológicas del entrenamiento Deportivo.
25. Cuba. Ministerio de Educación (2004). Orientación metodológica. Ajustes Curriculares. La Habana. Editorial Pueblo y Educación. 148p.
26. Cuba. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Dirección Nacional. (2002). Documentos Rectores de la Recreación Física en Cuba. La Habana. Curso Escolar (2002-2003). 14 p.
27. Chirino, R. (1992) programa de grado de Kárate Do.
28. Chivás, F. (1994). La motivación para crear en los marcos de la educación algunas reflexiones y apuntes críticos. Revista cubana de Educación Superior. Vol. 14 No. 2 pp. 28 - 48.
29. Encuesta Sobre el Uso del Tiempo Libre (2001). La Habana, Editorial Centros de Estudios y Población, 81p.
30. Estévez Culler, Migdalia, Margarita Arroyo y Cecilia González Ferry (2004). La Investigación Científica en la Actividad Física. Su Metodología, 12 p.
31. Fischer, J. P (1990) Kumite Kata. Paris
32. González, C. Bequer y G. Plous, L. (1986) Juegos de Movimiento. La Habana,
33. _____. (1980): La motivación en el proceso de enseñanza aprendizaje/ D. González Serra. p. 1-7. Boletín informativo. Año VII No. 2-3.-- La Habana, marzo- junio.
34. _____ Guzmán, Javier (2010). Documentos de historia del Kárate do estilo Jyhoshinmon shorin Ryu. Holguín. 25p.
35. _____ Maura, Viviana (1995). Psicología para educadores. La Habana Editorial Pueblo y Educación. 291p.
36. Fullea, Pedro y colectivo de autores. Libro electrónico (s.a.) Recreación Comunitaria. Dirección Nacional del INDER. La Habana, Cuba, 81p.

37. González Rey F. (1985). Psicología de la personalidad. Fernando González Rey. Ed. Pueblo y Educación. La Habana. 87p.
38. González Serra, Diego Jorge. (2003) Revista Educación # 110. 46p
39. González Soca, Ana María y Carmen Reinoso Cápiro (2002). Nociones de sociología, psicología y pedagogía. Ed. Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana. 83p.
40. González, Zaray (2001). Ahorro de Energía. La Habana: Editora Política 152 p.
41. Hernández González, Alberto (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/> Consultado el 17 de agosto del 2000.
42. Hernández Mendo, A (1999). La Psicología del deporte en el ámbito de los programas de Actividad Física Municipal. Revista digital. Educación Física y deportes (Argentina). 4(15):1-10 Agosto (consulta 22 -2-2009), 18p.
43. _____ (2000). La Psicología de la evaluación de programas de la Actividad Física: el uso de indicadores. Revista digital. Educación Física y Deportes. Argentina 5 (18):1-15. Febrero (consulta 25- 2-2009), 24p.
44. Ibáñez, Jesús (1993). ¿Cómo se realiza una investigación mediante grupos de discusión? p. 489 – 451. El análisis de la realidad social. Métodos y técnica de la investigación. García Fernanda, M. Ibáñez, J. Alvira, F. Alianza. Madrid: Rd. Col. Alianza Universidad de Textos No 105.
45. Ikeda, Hoshu. Kárate- Do. Tomos I y II. (1985)
46. Laserre, R. Técnica del Kárate. (1991)
47. Llamina, G. M. [et al]. (1974). La educación de los niños en la edad temprana. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 379 p.
48. López Rodríguez Alejandro. (2003). ¿Es la Educación Física, ciencia?. (n.62). Disponible en : <http://www.efdeportes.com/>. Com. Consultado el 10 agosto 2008.
49. Mabuni, K (1990). Técnica del Kárate Do. Tokio.

50. Manual de la Masividad de la Cultura Física y el Deporte en el Territorio. (1998). Editorial. José A. Huelga. Ciudad de La Habana, Cuba, 128p.
51. Martínez Badalo, Juan C y col, (2008). Grupo de actividades recreativas para elevar la participación del adulto mayor. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo". 15 p.
52. Martínez de la Peña, Silvio A. (en soporte digital, 2006). COLDEPORTES / FUNLIBRE Beneficios de la recreación comunitaria en las Juntas de Acción Comunal. II Simposio Nacional de vivencias y gestión en recreación. Bogotá, Colombia. 6p.
53. Melgarejo R, J. (1981). ¿Cómo motivar a los alumnos en el aprendizaje de la Física?/ Joaquín Melgarejo Rodríguez Revista Educación 42 (La Habana) año XI Julio – Septiembre.
54. Moreira, R. (1971). La recreación un fenómeno socio - cultural. La Habana. Cuba, Impresora José A. Huelga. 45 p.
55. Oliveras, R. (1996). "El planeamiento comunitario, Metodologías y Estrategias Grupo para el desarrollo integral de la capital. La Habana. Cuba. En soporte digital, 45p.
56. Pantojas Cantre, E. (1999) Principios Generales de la Recreación. San Juan, Puerto Rico: Administración de Parque y Recreo Públicos, Negociado de Recreación y Deportes. División de Recreación, 8 p.
57. Peña Leyva, Eliades Hilario (2008). Programa recreativo comunitario para propiciar transformaciones en el estilo de vida. Tesis en opción al título de Master en Ciencias de la Educación. ISP Holguín.
58. Pérez Sánchez, Aldo. (en soporte digital, 2003). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos. Ciudad de la Habana. Instituto Superior de Cultura Física," Manuel Fajardo". 82p.
59. _____ (s/a) Coldeportes / FUNLIBRE Artículo: Tiempo, libre y recreación, su relación con la calidad de vida y el desarrollo. Congreso de Recreación. Cartagena de India, Encuentro latinoamericano de tiempo libre. 25p.

60. Pérez Flores, Abelardo y Ernesto Gómez (2002) Artes Marciales, origen, desarrollo y su introducción en Cuba. 64p.
61. _____ Pérez, Omar (2000). La vara y el puño, unidos para siempre. Concurso Nacional de Historiadores Deportivos. Holguín. 35p.
62. _____ Rodríguez, Gastón y Otros (1996). Metodología de la investigación educativa I y II, Ed. Pueblo y Educación, La Habana. 56p.
63. _____ Sánchez, Aldo. (2003). Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación .La Habana, Instituto Superior de Cultura Física, "Manuel Fajardo". Libro electrónico
64. _____. Coldeportes / FUNLIBRE Artículo: Tiempo, libre y recreación, su relación con la calidad de vida y el desarrollo. Congreso de Recreación, Encuentro latinoamericano de tiempo libre. Cartagena de India. s/a
65. Pérez Serrano, G. (1990). "Investigación – Acción aplicada al campo educativo". Editorial Dyckinson, Madrid. España, 25 p.
66. Programa de Superación de Barrio Adentro para Profesionales de la Cultura Física que laboran en la República Bolivariana de Venezuela. (2006). Caracas, Venezuela. 10 p.
67. Ramos, Rodríguez, A. (2001). Las Necesidades Recreativas Físicas en los Consejos Populares Norte y Sur del Municipio San José de las Lajas UNAH. Informe Taller Nacional Gestión Tecnología Medioambiental Municipal, 13 p.
68. _____ y col. (1997). Tiempo Libre y Recreación en el Desarrollo Local. Monografía. Universidad Agraria La Habana. Facultad de Agronomía, 11p.
69. Rizo, Raúl (1987). Técnica del Kárate-Do (I). Editado en la Imprenta de la Dirección Política Central de las FAR. Abril 1987.195p.
70. Reglamento de competición de Kumite y katas. Madrid Enero 2009
71. Rodríguez Milanés, Eulogio (2006). Tiempo Libre y Personalidad. La Habana, Editorial Ciencias Sociales, 126p.

72. Sierra Salcedo, Regla A. (2002). Modelación y estrategia. Editorial Pueblo y Educación, 324p.
73. Solís Torres, Milagro. (2008). Plan de Actividades Físicas-recreativas para mejorar la calidad de vida de la tercera edad en el Consejo Popular - 68 - Mangas, central Municipio Artemisa (Cuba). Monografía.com., Consultado: 25 de mayo del 2008, 45 p.
74. Suárez Portelles Consuelo V. (2009). Programa recreativo comunitario para favorecer estilos de vida saludables en adolescentes. Tesis en opción al título de Master en Cultura Física Comunitaria. ISCF Manuel Fajardo, Holguín.
75. _____ Jorge M. (2009). Alternativa recreativa comunitaria para favorecer la calidad de vida del adulto mayor. Tesis en opción al título de Máster en Cultura Física Comunitaria. ISCF Manuel Fajardo, Holguín.
76. Terry Gregorio, José Ramón (2007). Teoría y Práctica del desarrollo comunitario rural integrado. Monografía. com (Consultado: consulta 25 -5-2008)
77. Villareal Solís, Lídice V y J. Álvarez (2008). Propuesta de un proyecto de intervención comunitaria para el desarrollo de las actividades físicas, como
78. Elementos revitalizador de la vida activa del Batey "Braulio Coroneaux". Después del redimensionamiento. Disponible en soporte digital. Villa Clara, 24p.
79. Waichman, Pablo A. (1993). "Tiempo libre y recreación, un desafío pedagógico". Editorial PW, Buenos Aires, 5p.
80. Zamora, Rolando y M. García (1998). Sociología del Tiempo Libre y Consumo de la Población. La Habana, Editorial Ciencias Sociales, 128p.

Anexo #1 Ejemplo de la planificación de una unidad de entrenamiento

Mes Octubre Alumnos: 10 Semana: 4 Sexo: Mixto Fecha 1-5 Deporte karate do Profesor. Lic. Omar Pérez C negro 3er dan		O B J E T I V o	Familiarizar con la técnica de brazo ghako Tsuki, haciendo énfasis en el kiai. Contribuir al fortalecimiento del tren superior a través de ejercicios de fuerza rápida. Fomentar en el grupo la responsabilidad a través de ejemplos concretos de la vida cotidiana.				Grado : 3ro a 5to Clase: 4	
Partes	Actividades		T	R	D	Método	Procedimiento	Medios
Parte Inicial 22 min	1-Formación, presentación y saludo.	1'			Explicativo	Frontal en fila	Cronometro y silbato	
	2- Citar ejemplos de la vida cotidiana donde se pone de manifiesto la responsabilidad (la tarea, el entrenamiento)	2'			Explicativo	Frontal en fila		
	3.Toma de pulso 1	10''				Frontal en círculo		
	4-Informar los objetivos	15'						
	5-Calentamiento general(Tarjeta 1)		8		Ordenamiento	Frontal en fila		
6-Calentamiento especial(tarjeta 2)Juego: Toca y reacciona	4'			Juego	Frontal en fila	Cronometro y silbato		
	Toma de pulso 2	10''				Frontal en fila	Cronometro y silbato	
Parte principal 90 min	PTT Demostrar la técnica en varias direcciones.	20'	4	20''	Visual directo	Frontal en fila	Cronometro y silbato	
	1-Ejecutar la técnica de ghako en todas las direcciones		2/6	20''	Fragmentario	Frontal en fila	Cronometro y silbato	
	2-Los alumnos realizarán la técnica desde el lugar en dos tiempos.		2/6	20''	Fragmentario	Frontal en		
	3-Luego se realizará la técnica en un solo movimiento Miji-idari.		2/6	20''	Propioceptivo	Frontal dis en el área		

Partes	Actividades	T	R	D	Métodos	Procedimientos	Medios
	4-En dos filas unos compañeros frente a los otros realizaran ghako en sombra a la voz del profesor	20´	2/6	20´´	Propioselectivo	Frontal en fila	Cronometro y silbato
	5-En parejas un compañero va atacar y el otro bloquea, alternando.	10´	2/6	20´´	Propioselectivo	Frontal en pareja	Cronometro y silbato
	6- Desde el lugar y en movimiento realizar ataques de ghako a la guantereta a la voz del profesor.	5´	2/4	20´´	Global	Frontal en fila	Cronometro y silbato Guantereta
	7-En parejas los alumnos realizaran Kumite al punto.	5´	2	20´	Global	Frontal en pareja	-
	PFG						
	1-Desde kiba dachi , manos a hikite realizar tsuki chudan, 3.2.1.;3,2,1	10´	2/6	20´´	Continuo a intervalo	Frontal en fila	Cronometro y silbato
	2-Juego. Tracción de sogá	10´	3	20´´	Juego	Frontal en equipo	Cronometro y silbato
	3-Flexibilidad, Split, vallita , flexión ventral.		2/6	30´´	Continuo a intervalo	Frontal en fila	Cronometro y silbato
	PFE						
	Movilidad. Realizar taesabaque en sombra		2/6	20´´	Continuo a intervalo	Dispersos en el área	Cronometro y silbato
	PT						
	Sistema de puntuación. (Hipon , ninjon, sambon)	10´	3	20´´	Explicativo	Frontal en fila	
	Toma de pulso 3	10´´					
Parte final 8 min	1-Reorganización y formación del grupo 2-Recuperación. Juego la fruta para relajar. Estiramiento y auto masaje. Toma de pulso 4 3-Analisis de la clase 4- Pase de lista despedida y Lema	4´ 10´´ 10´´ 4´			Explicativo Juego Explicativo Explicativo	Frontal en fila Frontal en fila Frontal en fila Frontal en Frontal en	
	Observaciones						

ANEXOS

Anexo # 2. COMUNICADO

Nosotros los escolares karatekas que estamos hoy aquí, nos comprometemos ante el obelisco de Walter Figueredo Gutiérrez a:

- 1-Ser cada día mejores estudiantes y atletas.
- 2-Continuar la lucha que libra nuestro pueblo para consolidar el socialismo.
- 3-Seguir inspirados en las ideas de Martí, el Che, Fidel y Raúl.
- 4-Exigir el regreso de los Cinco Héroes ya.

¡Viva la Revolución cubana!

¡Viva el deporte!

Gloria a los Héroes y Mártires de la Patria.

¡Patria o muerte!

¡Venceremos!

Anexo # 3. Biografía de Walter Figueredo Gutiérrez.

Nació el 10 de noviembre de 1938 en el barrio de Rejondones, de origen humilde, desde muy joven se dedica a ayudar a su padre en las faenas del campo, perteneció al Movimiento 26 de Julio.

Fue mensajero entre los distintos frentes, vendió bonos del Movimiento del 26 de Julio. Con un reducido grupo de revolucionarios, recibió órdenes de hostigar el paso por Rejondones de una columna enemiga. Causan numerosas bajas al enemigo, entre ellos algunos oficiales. En este desigual combate pierde la vida el joven revolucionario junto al capitán Raúl Podio y el combatiente José Tamayo el 26 de diciembre de 1958.

Anexo # 4. Entrevista a los escolares

Objetivo: conocer el estado real que presenta la ocupación del tiempo libre de estos a través de la práctica del Kárate-Do en la comunidad de Báguano Viejo.

Querido escolar, se realiza una investigación sobre la práctica del Kárate-Do en la comunidad de Báguano Viejo, para lo cual tus opiniones resultan de gran

valor. Te pedimos tu cooperación dando respuesta a este cuestionario del modo más preciso y sincero que te sea posible. No es necesario que escribas tu nombre. Gracias por tu ayuda.

Cuestionario

1. ¿A qué dedicas tu tiempo libre? Explica tu respuesta.
2. ¿Con qué frecuencia participas en las actividades de Karate-Do para ocupar tu tiempo libre?

Siempre
 Casi siempre
 A veces
 Nunca

3. Enumera de acuerdo a tus prioridades la elección de la práctica de deportes en el futuro.

<input type="checkbox"/> Judo	<input type="checkbox"/> Pesas
<input type="checkbox"/> Boxeo	<input type="checkbox"/> Nado
<input type="checkbox"/> Ajedrez	<input type="checkbox"/> Baloncesto
<input type="checkbox"/> Karate-Do	<input type="checkbox"/> Esgrima
<input type="checkbox"/> Ciclismo	<input type="checkbox"/> Béisbol

3. Marca con una X las actividades que realiza la comunidad para ocupar tu tiempo libre.

Exhibiciones
 Conferencia sobre el Karate-Do
 Proyecciones de películas
 Conversatorios con figuras de ese deporte
 Muestra de fotos de atletas destacados en ese deporte
 Encuentros con la historia
 Círculos de interés
 Evaluaciones de atletas
 Visitas de personalidades del deporte al municipio
 Otras

4. ¿Te gustaría entrenar Karate-Do?

Si ___ No ___

A) ¿Por qué?

B) ¿Te atrae este deporte?

Si ___ No ___ No se ___ ¿Por qué?

C) ¿Tu maestro, la escuela y la familia te orientan sobre la importancia de la práctica del deporte en aras de ocupar el tiempo libre?

Si ___ No ___ No se ___

Anexo # 5. Entrevistas a maestros de la escuela Armando Ojea

Objetivo: obtener información más completa y esclarecer algunos aspectos importantes de la problemática analizada.

Se realiza una investigación sobre el empleo de la práctica del Karate-Do para ocupar el tiempo libre de los escolares en la comunidad de Báguano Viejo, para lo cual tus opiniones resultan de gran valor. Te pedimos tu cooperación dando respuesta a este cuestionario del modo más preciso y sincero que te sea posible. No es necesario que escribas tu nombre. Gracias por tu ayuda

Cuestionario

1. ¿Cuáles son las actividades que realiza la escuela para ocupar el tiempo libre a través de la práctica deportiva?

2. ¿Cuáles son las modalidades que se entrenan en el Karate?

3. ¿Cuáles son las principales dificultades que existen en la comunidad que limitan el uso correcto del tiempo libre por parte de los escolares de 8-11 años?

4. ¿Cuáles son las actividades que realiza el INDER para ocupar el tiempo libre de los escolares de de la comunidad?

A) ¿Son suficientes?

Si ___ No ___

B) Tienen calidad.

6. ¿Se desarrolla alguna actividad en la escuela de padres que permita favorecer el uso del tiempo libre hacia la práctica del Karate-Do?

Si___ No___

A) Si responden si diga cuales.

7. ¿Qué actividades deportivo-recreativas desarrolla las instituciones de la comunidad para favorecer el uso correcto del tiempo libre.
8. Puede agregar algo más si lo considera necesario.

Anexo # 6. Guía de observación a clases de Educación Física

Objetivo: diagnosticar los elementos de la clase de Educación Física que favorecen el uso del tiempo libre hacia la práctica del Karate-Do en los escolares de 8-11 años en la comunidad de Báguano Viejo.

Aspectos a observar

1. Descripción del contexto (vestuario, higiene).
2. Limpieza y organización del área.
3. Utilización de medios de enseñanza.
4. Posibilidades de vinculación del tema de la clase con el desarrollo de actividades deportivo-recreativas en la comunidad para ocupar el tiempo libre de los escolares.
5. Acciones del maestro que favorecen el aprovechamiento de las potencialidades de este deporte para el desarrollo de actividades deportivo-recreativas en la comunidad.
6. Impacto en los escolares de las acciones realizadas.
7. Valoración de la efectividad de las acciones realizadas.

Anexo # 7. Entrevista a miembros del grupo gestor del trabajo comunitario

Objetivo: constatar opiniones sobre la situación actual del tiempo libre hacia la práctica del Karate-Do en los escolares de 8-11 años de la comunidad de Báguano Viejo.

Se está realizando una investigación sobre la ocupación del tiempo libre en la comunidad de Báguano Viejo, para lo cual tus opiniones resultan de gran valor. Te pedimos tu cooperación dando respuesta a este cuestionario del

modo más preciso y sincero que te sea posible. No es necesario que escribas tu nombre. Gracias por tu ayuda.

Questionario

1. ¿Cómo consideras el empleo del tiempo libre en los escolares de la comunidad hacia la práctica del Kárate-Do?

Bien____ Regular____ Mal____ ¿Por qué?

2. ¿Cuáles son las actividades que realiza la comunidad para ocupar el tiempo libre a través de la práctica de este deporte?

A) ¿Son suficientes? Si____ No____

B) ¿Le gustan a los escolares? Si____ No____

C) ¿Qué otras actividades podían realizarse?

3. ¿Consideras que la escuela incide de manera adecuada en el uso del tiempo libre?

Si____ No____ Argumente su respuesta

4. ¿Existe unidad de acción en el grupo gestor de la comunidad para el desarrollo de actividades deportivo-recreativa?

5. Puede agregar algo más si lo considera necesario

Anexo # 8. Entrevista a padres

Objetivo: profundizar en las causas que provocan el uso insuficiente del tiempo libre para la práctica del Kárate-Do en el contexto comunitario.

Se está realizando una investigación sobre el uso del tiempo libre para la práctica del Kárate-Do en la comunidad de Báguano Viejo, para lo cual tus opiniones resultan de gran valor. Te pedimos tu cooperación dando respuesta a este cuestionario del modo más preciso y sincero que te sea posible. No es necesario que escribas tu nombre. Gracias por tu ayuda

Questionario

1. ¿Cuáles son las actividades que realiza la comunidad para utilizar el tiempo libre hacia la práctica de este deporte?

A) ¿Son suficientes?

B) ¿Le gustan a los escolares?

- C) ¿Cuáles otras sugiere realizar?
2. ¿Cuáles son los deportes que se entrenan en la comunidad?
 - A) ¿Por qué no se introducen otros?
 3. ¿Cuáles son las de mayor aceptación?
 - A) ¿Crees que son suficientes?
 4. ¿Qué dificultades existen para lograr que los escolares utilicen el tiempo libre en la práctica del Karate-Do?
 5. ¿A qué se dedican los escolares en el tiempo libre?
 6. ¿Qué usted recomienda al respecto?
 7. Puede agregar algo más si lo considera necesario

Anexo # 9. Entrevista semiestructurada a los escolares

Objetivo: valorar los resultados alcanzados con la implementación del sistema de actividades.

Temáticas a tratar

- ✓ Número y calidad de las actividades.
- ✓ Divulgación de las actividades.
- ✓ Interés por participar en ellas.
- ✓ Asistencia a las actividades planificadas.

Anexo 10 Entrevista semiestructurada a los directivos del centro

Objetivo: valorar los resultados alcanzados con la implementación de la alternativa.

Temáticas a tratar

- ✓ Número y calidad de las actividades.
- ✓ Divulgación y variedad de las actividades.
- ✓ Interés de los escolares por participar en ellas.
- ✓ Asistencia de los escolares a las actividades planificadas.
- ✓ Uso de los recursos y medios necesarios para la planificación de actividades.
- ✓ Aprovechamiento de las posibilidades que ofrece la comunidad y las potencialidades de cada escolar; así como la práctica del Karate-Do.