

ALTERNATIVA DIDÁCTICA PARA EL PERFECCIONAMIENTO DE LA FORMACIÓN BÁSICA EN EL SHITO-RYU KÁRATE-DO

Didactic alternative for the improvement of basic training in Shito-Ryu Karate-Do

Pedro Enrique Lafaurié Olivares

pelafaurie@inder.cu

Licenciado en Cultura Física

Cinturón negro 3er Dan del Shito-Ryu

Juez Nacional C de Kárate-Do

Miembro de la Comisión Provincial de Reglas y Arbitraje de Kárate-Do

Combinado Deportivo Abel Santamaría

Cuba

José Baltazar Céspedes Paredes

jbcespedesp@scu.uccfd.cu

Doctor en Ciencias Pedagógicas

Profesor Titular.

Universidad de Oriente

Cuba

Recibido: 19-9-2015 **Aceptado:** 24-10-2015 **Artículo original**

RESUMEN

El presente trabajo se plantea como objetivo: Elaborar una Alternativa didáctica para el perfeccionamiento de la formación básica en el Shito-Ryu Kárate-Do en practicantes de 9-10 años del combinado deportivo Abel Santamaría del municipio Santiago de Cuba. La propuesta responde a un grupo de necesidades diagnosticadas en el proceso de enseñanza aprendizaje. Esta alternativa pudiera ser usada como material de consulta para los profesores del eslabón de base del estilo, ya que constituye un medio eficaz de información y conocimiento, donde se concibe de forma adecuada el proceso de enseñanza aprendizaje del estilo Shito-Ryu, en función de la formación básica del practicante de 9-10 años. La concepción de este trabajo sienta sus bases en los principales fundamentos teóricos y metodológicos del proceso de enseñanza aprendizaje del estilo, además se nutre de las tesis realizadas y de los criterios unificados de los entrenadores en torno a la solución del problema, lo que permitió romper con las concepciones tradicionales y empíricas que abundan en el deporte como tal. La utilización de métodos y técnicas tales como la observación, la encuesta, el sistémico estructural funcional y otros, permitió diagnosticar el estado actual del proceso de enseñanza-aprendizaje en la base y dar solución a una de las deficiencias planteadas en el banco de problemas del centro. Actualmente la alternativa se encuentra en fase de generalización en el distrito n° 4 de Santiago de Cuba.

PALABRAS CLAVE: Kárate-Do; Shito-Ryu; formación básica.

ABSTRACT

This work has as objective: Develop a didactic alternative for the improvement of basic training in Shito-Ryu Karate-Do in students of 9-10 years in the sport community center Abel Santamaría from Santiago de Cuba. The proposal responds to a group needs diagnosed in the teaching-learning process. This alternative may be used as reference material for teachers of Shito-Ryu and effective means of information and knowledge, which is conceived adequately the teaching-learning process of Shito-Ryu style, depending on basic training of the students of 9-10 years. The conception of this work are built upon the main theoretical and methodological process of learning style fundamentals enabling break with traditional and empirical conceptions that abound in the sport as such.

The use of methods and techniques such as observation, survey, structural functional systemic and others, allowed to diagnose the current state of the process of teaching and learning at the base and solve one of the deficiencies raised in the bank problems center. Currently the alternative is in phase of generalization in Santiago de Cuba, 4th district.

KEYWORDS: Karate-Do; Shito-Ryu; basic training.

INTRODUCCIÓN

El Kárate-Do se práctica en más de 173 países, representados por la Federación Mundial de Kárate-Do, en la cual están asentados 123 estilos diferentes, aunque en el plano competitivo solo reconoce a cuatro estilos, denominados estilos tradicionales, que tienen una base común en cuanto a su origen, estos son: Shotokan-Ryu, Goju-Ryu, Shito-Ryu, Wado- Ryu, esto no quiere decir que los demás estilos carezcan de importancia.

En nuestro país se introduce en 1967 y en el año 1988 el kárate-Do se inserta en el Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER), diseminando su práctica en todas las escuelas comunitarias del país, llevándose a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje del deporte sobre la base del estilo Jyoshimon Shorin-Ryu, posteriormente en el año 1990 comienzan a introducirse diferentes estilos, que según datos emitido por la Federación Cubana de Artes Marciales, hasta la fecha suman 8 en total, estos son: El Jyoshimon Shorin-Ryu, Shotokan-Ryu, Shito-Ryu, Wado-Ryu, Goju-Ryu, Matsubayashi Shorin-Ryu, Shotokai, Nihon Koden Shindo-Ryu.

Considerando la mixtura de estilos existentes, se centrará la investigación en el estilo Shito-Ryu, ya que es uno de los cuatro estilos reconocidos para el arte competitivo por la FMK, es el estilo de más bagaje técnico en el kárate-Do, siendo el único estilo que está basado fundamentalmente en los tres estilos más importantes de Okinawa, el Shuri-Te, Tomari-Te y el Naha-Te, de ahí que sea el estilo que más Katas posee en la actualidad con más de 72 katas, es el estilo que mayor número de practicantes aglutina en el municipio Santiago con 200, es el estilo que más aporta medallas a nivel internacional para la Federación Cubana de Kárate-Do y el 52.17% de los técnicos del

municipio Santiago son del estilo Shito-Ryu.

Además del mantenimiento físico y la prosperidad deportiva, el Shito-Ryu Kárate-Do es un campo de experimentación e investigación sobre el hombre con la ventaja de poder constatar de forma exacta su progreso, siendo muy diversas las ramas de las ciencias que se ocupan de esta especialidad marcial y deportiva.

En el entrenamiento deportivo, esto se pone de manifiesto y es necesario lograr métodos más adecuados, para poder desarrollar de la forma más eficaz las posibilidades de los practicantes.

De ahí que la Comisión Nacional de Kárate-Do asume como un reto actual para el desarrollo de la disciplina en el ámbito deportivo, la formación de atletas fuertes, inteligentes, analíticos, creativos, con alto nivel técnico, y táctico (Sánchez y otros, 2013).

Esto impone la búsqueda de mejores formas para enfrentar el proceso de enseñanza aprendizaje de este deporte y arte marcial, nutriéndolo y fortaleciéndolo desde lo contemporáneo, considerando las ciencias aplicadas al deporte y superando las dificultades que se presentan en el eslabón de base que inciden directamente en la formación de nuestros atletas.

Tomando en cuenta lo antes planteado se realizó un diagnóstico al proceso de enseñanza aprendizaje, visitando clases, participando en análisis metodológicos, en los últimos exámenes de grado realizados, competencias, etc., lo cual arrojó las siguientes dificultades:

1. Hay un predominio de un aprendizaje basado en el método de repetición, lo que trae como consecuencia que el alumno-atleta automatice las técnicas durante las competencias, mostrando poca creatividad. No hablamos del hecho de la utilización de este método, el cual es imprescindible para el deporte, nos referimos a la utilización indiscriminada del mismo.
2. Utilización excesiva del estilo directivo en el proceso de enseñanza aprendizaje, que limita la formación de un alumno-atleta analítico.
3. Se manifiestan limitaciones en la estructura lógica de los contenidos, ya que tanto el programa integral de deportista, como el del Shito-Ryu, quedan muy abiertos a la selección y organización de los contenidos por parte del profesor según sus propias experiencias.
4. Insuficiencias de los alumnos atletas del estilo Shito-Ryu en cuanto a los preceptos teóricos del arte marcial, a la técnica y al desarrollo de cualidades de la personalidad del alumno-atleta.
5. En consecuencia, se manifiesta un estancamiento en el pase de grado periódico de los alumnos-atletas de Shito-Ryu después del 6to Kyu, manifestándose bajo nivel técnico durante las ejecuciones del kata, así como de las técnicas de pierna, además durante la realización de los Bunkai, no se colocan correctamente en la posición adecuada, ocurren deformaciones de la técnica y poca efectividad durante la ejecución. Además de limitaciones en el conocimiento de los preceptos teóricos del arte marcial.

ARRANCADA, ISSN 1810-5882, julio-diciembre 2015, Vol. 15 No. 28 (2015) pp. 100-111

Las necesidades crecientes de resultados desde el punto de vista deportivo y marcial que impone el sistema, caracterizado por una aceleración de la formación deportiva de los alumnos atletas, sumado a las dificultades de carácter teórico metodológico y práctico presentes, favorecen la presencia de insuficiencias en cuanto a la formación básica de los alumnos atletas del estilo Shito-Ryu.

Todo este análisis permite al autor declarar el siguiente **problema científico**: ¿Cómo perfeccionar la formación básica en el Shito-Ryu Kárate-Do?

Se define como **objetivo**: Elaborar una Alternativa didáctica para el perfeccionamiento de la formación básica en el Shito-Ryu Kárate-Do en practicantes de 9-10 años de los combinados deportivos del municipio Santiago.

Durante la investigación se seleccionó una **muestra** intencional no probabilística de 20 alumnos atletas del Combinado Deportivo Abel Santamaría, perteneciente al Distrito 4; esta muestra representa el 50% de la población de practicantes del estilo Shito-Ryu de la categoría 9-10 años. La edad promedio de los practicantes es de 8.65 años, con una experiencia promedio de 8.4 meses en el deporte.

Así como 12 profesores del estilo Shito-Ryu Kárate-Do del municipio Santiago de Cuba, que representan el 52.17% de la población. De ellos 8 tienen entre 5-10 años de experiencia como entrenador y 4 más 10 años. Además todos tuvieron la experiencia de ser atletas por un período superior a los 5 años.

En el desarrollo de la investigación se emplearon **métodos** teóricos y empíricos.

Análisis-síntesis: en la caracterización del objeto y campo de acción de la investigación, así como en la interpretación de los resultados, conclusiones y recomendaciones de la misma.

Sistémico estructural funcional: para estructurar la alternativa didáctica para la formación básica que propicie el perfeccionamiento del proceso en su dinámica, a partir de determinar sus elementos y relaciones significativas, además de ser expresión de la lógica seguida en la construcción del conocimiento científico

La **observación**: para diagnosticar el estado actual del proceso de enseñanza-aprendizaje en el Shito-Ryu Kárate-Do, y constatar el nivel de formación básica de los alumnos-atletas.

Se emplearon **técnicas** tales como la **encuesta**: a entrenadores y metodólogos para contribuir con sus valoraciones a la elaboración del diagnóstico.

Del nivel matemático - estadístico:

Técnica del cálculo porcentual: para cuantificar e interpretar los resultados obtenidos con la aplicación de los métodos empíricos durante la investigación.

La media aritmética: para procesar la información recopilada.

Alternativa didáctica para el perfeccionamiento de la formación básica en el Shito-Ryu Kárate-Do en practicantes de 9-10 años.

La Formación básica del practicante corresponde a los grados de Cinta blanca (principiante), cinta blanca (6to kyu), cinta amarilla (5to kyu) y cinta naranja (4to kyu). Divididos en 4 bloques de enseñanza: El primero Aspectos generales del Shito-Ryu Kárate-do; el segundo Ejercitación de lo estudiado; el tercero En busca del Camino (Etapa de desarrollo); el cuarto Hacia una nueva etapa (venciendo un ciclo).

Por lo extenso del documento y buscando ajustar el mismo a las normas del evento solo se explicará y se mostraran los resultados del primer bloque de enseñanza de la alternativa.

Bloque I: Aspectos generales del Shito-Ryu Kárate-do.

En este bloque se preparará al practicante para su primer examen, introduciéndole conceptos generales del Kárate-Do, el saludo, la formación, el dojo, estilo que practica, principales voces de mando, numeración, terminología para cada técnica.

Desde el comienzo de la enseñanza el profesor debe lograr la participación conciente de sus estudiantes, de ahí que sea importante que el profesor asuma un papel de facilitador del conocimiento, por ejemplo si en la clase se enseñará un bloqueo, antes de explicar y demostrar cómo se hace el bloqueo que se va a impartir, el profesor debe preguntar a los practicantes ¿Cómo me defiende de un ataque? ¿Qué uds. harían ante un golpe así? ¿Qué parte del cuerpo se debe utilizar para defender un ataque de este tipo?, etc. Todas las preguntas que ud. considere pertinente en el logro del objetivo propuesto.

No se pueden dar pasos vertiginosos en el aprendizaje del niño, una enseñanza simple y metódica garantizará que los alumnos vengán los objetivos en el plazo propuestos, el profesor debe respetar los pasos evolutivos de las técnicas en el proceso de enseñanza aprendizaje. Estos niños deben terminar el bloque 1 con un nivel grueso.

Se debe cuidar el lenguaje utilizado a la hora de corregir la realización de un elemento técnico, no se deben usar palabras que disminuyan la autoestima del practicante que en vez de lograr una reacción positiva en el estudiante lo que lo desalienta al pensar que no puede realizar el ejercicio bien, como sus otros compañeros. Por eso ante una situación común como corregir el comportamiento o la realización de un elemento técnico, el profesor debe cumplir un principio muy importante, respetar a ése que él enseña, utilizando un vocabulario adecuado y no ofensivo, por ejemplo: bien por el esfuerzo que haces pero estoy seguro que si haces esto lo harás mucho mejor; si recuerdas lo que expliqué no cometerás errores; has captado la idea pero todavía hay que trabajar duro; todavía tienes muchas reservas que explotar; en fin un sin número de opciones que puede utilizar ante esta situación, y muchas otras que puede crear. Lo importante es no hacer sentir mal al alumno.

El profesor debe comenzar dando una clase introductoria, para que el niño se lleve una idea de lo que va a aprender durante todo el curso, haciendo énfasis en el saludo (desde la postura de musubi dachi), las características del Dojo, lo que significa el Kárate-Do y el estilo que practican (Shito-Ryu), especificando datos como el creador. La clase debe terminar con un juego.

Temas que se impartirán:

1. País donde surgió, significado, idioma, difusor del Kárate-Do.
2. Creador del Shito-Ryu, significado.
3. El Dojo.
4. Saludos y despedida: Shomen ni Rey, sensei, sempai (solo cuando esté definido), Otagaini (saludos entre los practicantes), ritsu rey (saludo estando depie).
5. Voces de mando: hacia adelante (**mae**), hacia atrás (**uchiro**), giros (**mawate**), sentados con los pies cruzados (**Augura**), levantarse (**Kiritsu o Tate**), cambio de pie (**ashi kaite**), repetir (**moishido**), a sus puestos (**Moto no ichi**), recogida o preparados para terminar (**Yame**), preparados (**Yoi**), descansar (**yasume**), Movimiento simultaneo de ambos pies (**Yori-ashi**)
6. Numeración hasta el diez:
7. Esperando al profesor y trayecto al dojo.
8. Comportamiento en clases.
9. Aprender a escuchar.
10. Ser independiente. (atarse el cinturón y ponerse el karate-gi)
11. Ser organizado.
12. Disciplina.
13. Cortesía.

Estos son temas que se impartirán en forma de taller, buscando la participación conciente de los niños, principalmente se combinan elementos propios del Shito-Ryu con elementos formativos muy importantes para el buen desempeño del practicante durante las clases de Shito-Ryu, además de constituir una influencia significativa en el correcto comportamiento social de estos niños, futuros deportistas, futuros maestros, hombres de bien en cuyas manos está el futuro de nuestra nación.

EL profesor dispondrá de 600 minutos semanales distribuidos en 5 clases de 120 minutos de duración cada una, para cumplir con la alternativa propuesta.

1er mes:

En el primer mes el profesor enseñará las posiciones naturales sin flexión (Heisoku Dachi, Musubi Dachi, Heiko Dachi, Soto hachiji dachi) haciendo énfasis en los momentos en que se utilizan las mismas, es decir el para qué. A su vez se enseñarán dos posturas con flexión: el Shiko dachi y el Neko ashi dachi, la primera de ellas de forma estática, ejercitando los golpes y bloqueos que se hayan estudiados, es muy importante señalar la palabra ejercitar, pues esta postura por sus características no es idónea para la

ARRANCADA, ISSN 1810-5882, julio-diciembre 2015, Vol. 15 No. 28 (2015) pp. 100-111

enseñanza de ningún golpeo ni bloqueo, por tanto, durante la realización de elementos técnicos como los antes mencionados en la postura de Shiko dachi, el profesor debe velar por la ejecución correcta de la postura, haciendo énfasis en la dirección de los pies y las rodillas, así como en el mantenimiento de la altura de la misma, no se recomienda en este mes realizar de forma continua más de 20 ejecuciones técnicas en esta postura, también se recomienda que las correcciones se concentren en la postura y sean concretas y para nada prolongadas, ejemplos: baja la postura, bota las rodillas, tronco recto, pies hacia fuera etc. El Neko ashi dachi se ejecutará de forma estática y con cambios de pierna, ejercitando golpes y bloqueos, además de las indicaciones metodológicas antes mencionadas, debemos agregar que los cambios de piernas en esta postura se deben realizar primero solo, luego con bloqueos y posteriormente con el golpeo. Estas dos posturas permiten fortalecer las piernas del karateca.

Los bloqueos que se estudiarán en este mes son el Gedan barai y el Jodan age uke; el Tsuki como golpeo de mano y la Mae-hiza-geri, la Mawashi-hiza-geri y la Mae-geri-gedan como pateos. En estos elementos el profesor debe velar por la salida de la técnica, su recogida, la zona con que se bloquea, se golpea o se patea y el para qué de la misma. Estas técnicas se ejecutaran de forma individual y en parejas.

Se estudiaran el Mae ukemi y el ushiro ukemi como técnicas de caídas, sobre el tatami, el profesor debe explicar porque se debe caer de esa forma haciendo énfasis en los beneficios y los riesgos de la caída de forma tal que el alumno pueda valorar la misma, utilizando métodos productivos como el descubrimiento guiado.

Entre los juegos que recomendamos realizar están: “Mambises y españoles”; “Hago lo que me pongas”; “Si no conozco aprendo”¹, y otros que pueden crear o proponer tanto los alumnos como el profesor, principalmente en función de las habilidades propuestas para este mes (golpear, bloquear y caer) y las capacidades físicas según el programa de preparación del deportista.

2do mes:

En este mes se consolidan los conocimientos de las posturas naturales sin flexión mediante ejercicios y juegos; el Shiko dachi se realizará con cambios de pierna y el neko ashi dachi se realizará con desplazamiento; a su vez se enseñarán las posturas: **Kamaette, Kotzha-dachi, Tzenkuso dachi y Moto dachi**, estas dos últimas hasta el desplazamiento.

¹ Los juegos que se mencionan en este trabajo son de los autores y aparecen recogido en las memorias de la X Conferencia Científico Pedagógica Internacional de Educación Física y Deportes, celebrada en Pinar del Río en el mes de abril del 2015.

ARRANCADA, ISSN 1810-5882, julio-diciembre 2015, Vol. 15 No. 28 (2015) pp. 100-111

Se suman a los bloqueos estudiados en el mes anterior el **Yoko-uchi-uke** y el **Shuto uke**, este último se ejercitará principalmente con el *neko ashi dachi*.

Se enseñará el **Gyaku tsuki** en forma de kata no de kumité, a su vez el *Oi-Tsuki* en desplazamiento desde la postura de *Moto dachi* y el *Mai-te Tsuki* desde *Kamaette*, de forma tal que tengan todas las herramientas que le permitan realizar el **Sambon tsuki** el cual es motivo de estudio para este mes.

En cuanto a los pateos se estudiarán además de ejercitar los antes estudiados la **Mae-geri-chudan** y la **Yoko geri chudan** de forma tal que se comience con la enseñanza del *Keri Wasa*.

Entre las habilidades de interés para este mes están girar, saltar, desplazarse, esquivar. En el caso de girar es muy importante que el profesor enseñe los giros desde la posición de *Musubi Dachi*, haciendo referencia a los ángulos.

Entre los juegos que recomendamos realizar están: “Quién se viste más rápido”, “A dónde pertenezco”; “El torero”.

3er mes

En este mes se ejercitan las posturas estudiadas hasta el momento, y se enseñará el *Shiko dachi* en desplazamiento. Es importante que en todas estas fases de la técnica (estática, sustituyendo los pies, en desplazamiento, giros) se utilicen métodos productivos de enseñanza, evitando el aprendizaje por recepción y promoviendo el descubrimiento, a su vez el profesor puede dejar tareas para luego en la clase comprobar la realización de la misma.

Como nuevos bloqueos tenemos para este mes el **yoko uke** y el **Osae uke**; como golpes de brazo el *Gyaku tsuki* pero en forma de kumité y el **Ura-ken**; entre los pateos la *Mae-geri* pero a la zona **jodan** (la cara), la **Mawashi geri** a la zona **chudan** (tronco); entre las técnicas de caída se integra la caída lateral por la izquierda (**Hidari yoko ukemi**); además se enseñará la kata **Tsukkomi** y se comenzará la enseñanza del **Idokihon** con las técnicas estudiadas.

Entre los juegos que se proponen: “La Carreta”, además de los otros juegos desarrollados en los meses anteriores.

4to mes:

Se ejercitan las posturas estudiadas haciendo énfasis en la ejecución correcta de la técnica de forma estática, sustituyendo los pies, realizando giros y en los desplazamientos que se realicen con las manos en la cintura.

ARRANCADA, ISSN 1810-5882, julio-diciembre 2015, Vol. 15 No. 28 (2015) pp. 100-111

Como nuevo bloqueo tenemos el Nagashi uke; como pateos la Mawashi geri hacia la zona **jodan**, y la **Ushiro geri chudan**; a su vez se estudiará la caída lateral por el lado derecho (**Migi-yoko-ukemi**); Se terminará con la enseñanza del **Keri waza** y del **Idokihon**.

Entre los juegos que se proponen: Además de los juegos ya realizados en clases anteriores, adaptados al nivel técnico de los alumnos se suma “A que te cojo”.

5to Mes:

Es un mes muy importante donde se deben corregir la mayoría de los errores técnicos que puedan tener los alumnos con vista al examen grado del estilo.

Se debe dedicar más tiempo al trabajo en parejas tanto de elementos de Kumité como realizando técnicas donde uno se desplace hacia delante y el otro hacia atrás realizando bloqueos golpes, pateos, etc.

Como elemento nuevo se enseñará la **Ushiro geri Jodan**.

Entre los juegos que se proponen: Realización de juegos modificados para los elementos del kumité, “Dime lo que yo Hago” además de los juegos ya realizados en clases anteriores, adaptados al nivel técnico de los alumnos.

6to mes:

Ya los alumnos deben conocer todos los elementos técnicos y teóricos propuestos para esta etapa, y deben haberse enfrentado al preexamen, por lo tanto el profesor debe dedicar este mes para perfeccionar a los estudiantes en todos los elementos (Sambon tsuki, Keri waza, Tsukkomi e Idokihon) que deben ejecutar en el examen según el Programa de Grado del estilo Shito-Ryu (2012).

RESULTADOS

Para valorar el desarrollo alcanzado por los alumnos se le hicieron 2 evaluaciones teóricas y dos prácticas.

En la primera evaluación teórica se midió el conocimiento del estudiante sobre los temas propios del Kárate-Do y del estilo que practica, realizándoles 5 preguntas entorno a los temas estudiados, con un valor de 20 puntos por preguntas. En este examen el 90% de los estudiantes aprobaron, de ellos el 35 % aprobó con resultados que oscilaban entre los 85 y 95 puntos, el 40 % entre 75-80 puntos y el resto entre 60-70 puntos.

A los desaprobados se le dio la posibilidad de presentarse a una segunda convocatoria la cual aprobaron, uno con 75 puntos y el otro con 90 puntos.

Se destaca en estos resultados el apoyo recibido por los padres, los cuales ayudaron a sus hijos con los estudios para estos exámenes.

En la primera prueba práctica se midió el conocimiento de los elementos estudiados a un nivel simple, mediante 5 bloques con un valor total de 100 puntos: en el **primer bloque** se evaluaron de forma independiente las posturas sin flexión y con flexión estudiadas hasta el momento, en el caso del **Tzenkuso dachi** y el **Moto dachi** se evaluó su desplazamiento, en el **segundo bloque** se evaluaron el golpeo de brazo y los bloqueos desde **Soto hachiji dachi**, en el **tercer bloque** se evaluó los golpes de pierna mediante la realización del Keri waza; en el **cuarto bloque** se evaluó el Sambon Tsuki y en el **quinto bloque** se realizó una evaluación para medir el nivel de coordinación entre brazos y piernas, mediante las ejecuciones de bloqueos realizando desplazamientos o cambios de piernas desde posturas como **Tzenkuso dachi**, **Shiko dachi** y **Neko ashi dachi**, por elección de tarjetas.

En esta prueba se tuvo una promoción del 100%, de ellos el 50% obtuvo puntuaciones entre 75-85 puntos, 35% entre 90-95 puntos y el 15% restante calificaciones perfectas de 100 puntos.

El segundo examen práctico se realizó al final del 5to mes, mediante la realización de un preexamen de grado, tomando en cuenta todos los elementos que debe realizar un practicante principiante para recibir el 6to kyu, según el Programa de Grado del practicante de Shito-Ryu (2012), vigente en la actualidad. Este examen lo realizó la Junta Directiva del Estilo Shito-Ryu en la provincia, que aprueba los practicantes que están aptos para examinarse. Los resultados arrojados fueron satisfactorios ya que el 100% de los mismos recibieron la aprobación para presentarse al examen de pase de grado del estilo.

En el caso del segundo examen teórico, el niño tenía que enlazar las preguntas con sus posibles respuestas, por ejemplo identificar cualidades que debe poseer un karateca; cómo debes proceder durante el trayecto al dojo; qué debes hacer para aprender más en clases; Cuándo soy disciplinado y cuándo soy cortés; organiza estos elementos según su categoría.

En esta prueba no hubo desaprobados y las calificaciones rondaron entre los 85 y 95 puntos.

DISCUSIÓN

Esta investigación tiene gran importancia pues enriquece el trabajo desarrollado por otros autores (Chirino, 1996; Valdés, 2012; Sánchez y otros, 2013) promoviendo una alternativa didáctica dirigida a perfeccionar la selección y organización de los contenidos, además de la conducción del proceso de enseñanza aprendizaje del estilo Shito-Ryu en el eslabón de base, dando al traste con el empirismo que hoy se manifiesta en estos aspectos, condicionados por los conocimientos del profesor, que muchas veces son insuficientes, por lo que incurren en errores metodológicos que contrarrestan la

adecuada apropiación y asimilación de los contenidos, manifestándose un proceso poco asequible y accesible.

Con tales propósitos se asumen experiencias desplegadas por otros autores como Fernández (2011), el cual propone una “Guía metodológica para organizar los fundamentos técnicos básicos en el proceso de enseñanza aprendizaje del Kárate-Do” en sentido general, y se continua el trabajo de Guillén (2009) a través del empleo de juegos dirigidos al desarrollo de diferentes técnicas, capacidades y consolidación de los conocimientos teóricos enseñados en clases. A su vez se propone un plan de clases teóricas que busca una formación integral de los practicantes en cuanto a los conocimientos generales del Kárate-Do, del estilo Shito-Ryu y de la necesaria formación de valores que logre un adecuado comportamiento social de los practicantes en los diferentes medios en que se encuentren, todo esto unido a lo expresado en las primeras líneas de este párrafo, que redundará en una mejor formación básica del practicante que le permita enfrentar mejor los diferentes escenarios en los que tiene parte, dígase el deportivo, el marcial y la vida social en sentido general, y cumplir con las expectativas y objetivos propuestos para el período en que se encuentre.

CONCLUSIONES

- La constatación del problema científico estudiado en este trabajo arrojó un pobre conocimiento teórico y dominio de las habilidades técnicas del kárate-Do, denotándose la necesidad de la búsqueda de una nueva fórmula en el plano didáctico, más consecuente y asequible con los requerimientos del Kárate-Do.
- La alternativa didáctica presentada se asume como una construcción teórico-práctica más coherente, superando a sus antecesores por la sistematización de sus elementos, sustentada en una visión dialéctica y sistémica, pudiendo favorecer la formación en los alumnos atletas de kárate-Do con una mejor lógica en la representación y dominio de las habilidades técnicas, los conocimientos teóricos y conducta ejemplar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chirino, R. (1996). *Manual para el practicante del estilo Shito Ryu*. Trabajo no publicado. Instituto Superior de Cultura Física, Manuel Fajardo Rivero, Ciudad de la Habana.
- Fernández, A. (2011). *Guía Metodológica para organizar los fundamentos técnicos básicos del proceso de enseñanza aprendizaje del Karate Do en el eslabón de base de la provincia de Villa Clara*. Trabajo de diploma no publicado. UCCFD Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo”, Villa Clara.
- Guillén, L. (2009). *Material didáctico para la enseñanza aprendizaje del estilo Shito-Ryu del Kárate-Do en el eslabón de base de la provincia de Villa Clara*.

Tesis de Maestría no publicada. UCCFD Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo”, Villa Clara.

- Lafaurié, P. y Céspedes, J. (2015) Los juegos en la clase de Kárate-Do estilo Shito-Ryu. *Memoria de la X Conferencia Científico Pedagógica Internacional de Educación Física y Deportes. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes., Facultad de Cultura Física, Pinar del Río.*
- Sánchez I. y otros (2013). *Programa Integral de Preparación del Deportista de Kárate-Do.* La Habana: Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación.
- Valdés, E. (2012). *Programa de Grado del estilo Shito-Ryu.* La Habana: Asociación Shito-Ryu Kárate-Do Cuba.