

## **Inclusión de Artes Marciales en la Materia de Educación Física en la Educación Básica**

**Víctor Manuel Muñoz Delgadillo**

### **Resumen**

En la actualidad se puede observar un fenómeno social en todo el mundo “la pérdida de valores en niños y jóvenes” y esto es a causa de varias circunstancias ajenas a ellos, como lo es las nuevas tecnologías de la información, el padre y la madre trabajan todo el día para llevar el sustento a la casa, lo que provoca la falta de identidad y personalidad del joven estudiante así como , que a su vez genera falta de valías morales y cívicos que están íntimamente ligados con la conducta violenta en la sociedad de los menores. Así como conlleva en otro plano a la obesidad y el sedentarismo. En este trabajo se pretende acercar a la importancia que tiene la práctica de cualquier arte marcial en la curricula de educación básica para su formación emocional.

### **Palabras clave**

Artes marciales, educación básica, valores, salud, innovación.

### **Introducción**

El karate es una de mis pasiones personales, la he vivido desde la infancia como estudiante, competidor y entrenador deportivo (SICCED), practique hasta formarme un sensei de esta disciplina, he practicado los deportes que se dan en la educación básica al nivel de rendimiento como el, futbol, básquetbol, atletismo entre otros, además de algunos fuera de ellos, pero las artes marciales han dejado en mi huellas invaluablees como ver crecer a los alumnos, enseñar valores, responsabilidad, tolerancia a la frustración, humildad, respeto, trabajo en equipo entre otros. A través de mi experiencia la educación física y las artes marciales pueden funcionar como vinculo para la formación integral de valores en los alumnos de educación básica.

La educación física es un elemento en el desarrollo integral de los estudiantes de educación básica. Con el presente trabajo se pretende dar información sobre la importancia de la práctica de las artes marciales en las clases de educación física y del porqué considero importante que se incluya en la curricula de educación física o se inserte de manera innovadora en las clases deportivas. Visto lo anterior surgen las siguientes preguntas ¿Se considera importante la inclusión de las artes marciales en la curricula escolar de educación básica?, ¿Por qué en una educación de cualquier nivel se deben incluir las Artes marciales en las clases de educación Física?

El arte marcial tiene mucho en común con otras actividades físicas, aumento de capacidad pulmonar, adquisición de habilidades, actividades sociales, aumento de autoestima y seguridad en uno mismo, etc. Pero se distinguen en algo muy importante: mientras muchos deportes occidentales potencializan la competición y el afán de ganar, el arte marcial asiático tradicionalmente se enfoca y acentúa en el conocimiento, mejoramiento y control de uno mismo, combina aspectos psicológicos, filosóficos e incluso espirituales, que benefician a los niños y adolescentes estudiantes de 3 a 18 años en el proceso de transición de las edades y de igual forma a todos los seres humanos.

Para comprender el sentido del escrito se debe entender el siguiente concepto de acuerdo a la (S.E.P., 2011). La educación básica abarca la formación escolar de los niños desde los tres a los quince años de edad y se cursa a lo largo de doce grados, distribuidos en tres niveles educativos: tres grados de educación preescolar, seis de educación primaria y tres de educación secundaria.

Las artes marciales pueden comenzar a practicarse desde edad muy temprana, estas ayudaran a fomentar el valor, aceptación, respeto, cooperación, humildad, creatividad, potencializa la relación social y ayuda a transmitir sentimientos y emociones que humanizan el contacto personal.

Las artes marciales son técnicas y métodos creados para la defensa y lucha en combate. Las artes marciales son un arte porque representa un estilo estético definido y marcial. La palabra marcial deriva del latín *martialis* que representa a Marte, el dios de la guerra. Las artes marciales se caracterizan por ejercitar la armonía del cuerpo, la mente y el espíritu por lo que

incorpora una corriente filosófica por cada disciplina que surge. Las artes marciales nacen como una forma de mantener la integridad física causando el menor daño posible frente a una agresión y optimizando el esfuerzo y la energía. (Significado de las artes marciales, 2020).

En la educación básica de cualquier nivel las artes marciales, está demostrado que cualquiera de estas técnicas desarrolla en el individuo diferentes capacidades y valores que podrían estar intrínsecas en su ser, pero hay que aprender a motivarlas.

Al respecto y por mencionar algún deporte de combate la (UNESCO, 1997) considera al Judo como un deporte particularmente formativo, señalando además que los valores que posee lo hace aconsejable tanto para niños como para adolescentes, y lo asevera de la siguiente manera:

A partir de los cinco o seis años es el momento del desarrollo en que el cerebro del niño comienza a especializarse. Los hemisferios izquierdo y derecho pasan a ocuparse de funciones diferentes y bien definidas. Están abiertas las ventanas del sentido de lateralidad y direccionalidad. El niño aprende a usar los conceptos de izquierda y derecha, arriba y abajo, para un lado y para el otro, que él puede haber adquirido antes, sólo que ahora sirven para que él se localice. Es el momento de orientar el cuerpo en el espacio. Danza, judo o natación son excelentes para ese rango de edad.

Ya en algunos países se practica la esencia de las artes marciales, por ejemplo: en países como Japón, el Judo forma parte de las asignaturas troncales de la Educación Obligatoria, además de estar incorporada esta práctica en distintos entrenamientos de defensa personal y militar. Muchos otros países, Francia a la cabeza, siguen un camino parecido con el Judo. (Arenas, 2015)

Jurado (2002) citada por (Arenas, 2015) menciona que: “La justificación educativa del Judo incorpora un aspecto afectivo importante para los alumnos, que se basa en la noción del cuerpo a cuerpo, a través del contacto corporal se transmite no solamente la fuerza, sino componentes de tipo afectivo y emotivo. Todo ello permite enriquecer de forma global la construcción armoniosa de la formación del alumnado.”

Es importante destacar la forma en que el arte marcial influye en el desarrollo de las habilidades mentales, en su documento de tesis (Vargas, 2011), puntualiza que: Piaget (citado por Rangel, 2000) objeta que la inteligencia y los procesos cognitivos fueran procedimientos discontinuos y separables. Por el contrario, este autor mantiene que la inteligencia genera el equilibrio necesario para todas las adaptaciones sensomotoras y cognitivas, así como los intercambios entre la persona y el medio, provocando que la vida cognitiva y afectiva vayan siempre de la mano.

De una manera coloquial el constructivismo es llevado a cabo en base a las experiencias aprendidas, lo que ha funcionado y no lo que se pudiera innovar, en el estricto sentido del arte marcial lo que funciona en base a experiencia intrínseca, es decir lo que el alumno asimila como bien aprendido es como va actuar en el deporte y en su vida diaria.

Para la (Ley General de Cultura Física y Deporte, 2018) en México el Artículo 5, apartado I, puntualiza que: la Educación Física: Es el medio fundamental para adquirir, transmitir y acrecentar la cultura física.

Existen decenas de conceptos para educación de los cuales solo mencionare algunos:

En el libro “Juego deporte y sociedad” (Parlebas, 2008) describe muy brevemente su concepto: “Pedagogía de las conductas motrices”. En una definición un poco más elaborada (Augusto, 1996) dice que la “Educación del ser humano que dialoga , se comunica, se compromete físicamente con el mundo; dialogo o comunicación motriz que hemos precisado en una consideración ontológica en la motricidad humana como superadora de cualquier concepción educativa parcelada una educación del hombre sistematizada a partir de la lógica motriz.”

Paralelamente las artes marciales se practican por personas con discapacidades diferentes afirmó (Robles Rodriguez, Judo para ciegos como contenido novedoso en las clases de Educación Física. Unidad Didáctica, 2006) Como los débiles visuales ya que por su misma condición les permite incentivarse a practicarlo por su alto contenido emocional afectivo y por su desarrollado oído, así como los que no son débiles visuales a practicarlos como experiencias motoras y kinestésicas, sin inversión de equipamiento diferente para su práctica, así como identificar para sí características y posibilidades de esfuerzo y superar desafíos.

Bajo este contexto (Bardasco , 2016) citó a (Pastor, Pueyo y Aguado; 2007) en donde mencionan en que todos los alumnos son iguales pero al mismo tiempo diferentes; ya que cada uno tiene unas capacidades y habilidades determinadas, y por lo tanto cada alumno tiene unas necesidades u otras, y nosotros como maestros debemos atender a todas sus necesidades.

Cecchini (1989, p. 17), citado por (Robles Rodriguez, Judo para ciegos como contenido novedoso en las clases de Educación Física. Unidad Didáctica, 2006) menciona El judo y nosotros también queremos añadir, el judo para ciegos, es un juego reglado y competitivo entre dos seres pensantes, cuya finalidad, el dominio del adversario, viene dada por una oferta limitada de posibilidades en la práctica. Es un juego y como todo juego se aprende jugando y ayuda al desarrollo de la percepción espacial de los niños.

A pesar de las características educativas y de formación que presentan las disciplinas de las artes marciales conjuntamente con su máxima finalidad, la relación entre la educación básica y esta es mínima, se observa en algunas instituciones que se practica el Tae Kwon Do con mucha aceptación, pero se realiza con instructores externos y de forma paraescolar y no dentro de la curricula deportiva ni con el maestro de educación física.

En algunos países de Europa según Theeboom y De Knop (1999), citados por Espartero y Gutiérrez García (2004), Ruiz Dos Santos, Estevan y Falco, (2001) y Camerino, Gutiérrez y Prieto, (2001), en países europeos (señalan Bélgica, Chequia, Inglaterra, Francia, Alemania, Luxemburgo y Holanda) en la década de los años noventa se generó un interés por introducir deportes y actividades de lucha de manera generalizada en las clases de educación física. (Lira Quina, 2017).

Probablemente estos países deciden incursionar en este método alternativo de educación física incluyendo los deportes de combate o contacto, por las diferentes ordenaciones educativas y por la instrucción especializada que se les da a los maestros de educación física.

En Latinoamérica según el periódico El caribe en el artículo “Programa Judo Escolar saca una A para la federación” escrito por (Castro, 2017) resalta que:

La Federación Dominicana de Judo (Fedojudo) implementa un programa que tiene como finalidad captar nuevos talentos desde temprana edad a través del

sistema educativo, el cual se desarrolla en diferentes provincias del país, incluido el Distrito Nacional. Este programa es parte de las metas propuestas por Fedojudo durante el cuatrienio pasado y del que, al día de hoy, ha dado sus frutos, explicó el director técnico de la entidad, José Figueroa. “Iniciamos este programa como una especie de plan piloto. Este es un proyecto que poco a poco lo hemos desarrollado en diferentes provincias del país. Hemos logrado buenos resultados. El talento encontrado gracias a este programa ha sido de primera.

Este proyecto en el país latinoamericano comenzó en el año 2015 y después de dos años en 2017 se ven los resultados llevando a competidores al mundial de Budapest ese mismo año.

También se tiene una aparente justificación del porque no se practican los deportes de combate en las escuelas básicas, estas son algunas de las causas observadas por: (Robles Rodríguez, Causas de la escasa presencia de los deportes de lucha con agarre en las clases de educación física en la ESO. Propuesta de aplicación, 2008) y (Bardasco , 2016):

1. Formación académica del profesorado: no todos los docentes que imparten clases de educación física poseen los estudios específicos para impartir clase de artes marciales.
2. Experiencias e intereses del profesorado: por lo general los maestros se inclinan a los deportes más comunes como fútbol, voleibol, básquet bol etc.
3. Instalaciones y material que se dispone en el centro educativo: en los centros educativos están construidas para la práctica de determinados deportes tradicionales como el fútbol, baloncesto, balonmano.
4. Demandas e intereses de los alumnos: los alumnos actualmente reciben muy pocos estímulos relacionados con la práctica de los deportes de lucha con agarre, comparados con los que puede recibir en relación con otras disciplinas deportivas desde los medios de comunicación, las organizaciones deportivas y, fundamentalmente por parte de los padres, quienes, tienen gran influencia sobre la decisión de los hijos.

5. Escasez de propuestas didácticas: Las propuestas didácticas, en relación con los deportes de lucha con agarre que faciliten la puesta en práctica de los mismos desde un modelo educativo-formativo, son muy escasas (Brousse, Villalón y Molina, 1999). Aunque cada vez son más, nos encontramos con que la mayoría de ellas van dirigidas a docentes que en cierta medida conocen o dominan los deportes de lucha con agarre.

La innovación en la educación tiene cabida en este escrito, es de suma importancia tener conocimientos básicos y tener los conocimientos específicos, el material adecuado y un poco de imaginación para realizar este tipo de clase.

Un aspecto a señalar es que las Artes marciales al igual que la educación física desarrollan coordinación, equilibrio, estrategia, concentración y se puede lograr también a través de juego y no es necesario golpear, pero en ello se van inculcando los valores que hemos mencionado.

Se pueden encontrar varios significados de la palabra o concepto de valores, ocuparemos la concepción de (Rockeach, 1973):

Los valores instrumentales: son aquellos que sirven para lograr expresos fines u objetivos se dividen en:

- Valores morales: de valor personal, (responsabilidad honestidad etc.)
- Valores competenciales: de carácter intrapersonal, (creatividad, valentía etc.)

Valores Finales: estos establecen modos de conducta y se dividen en:

- Valores personales: relacionados con uno mismo, (autoestima, felicidad, humildad, etc.)
- Valores sociales: los que se relacionan con los demás: (igualdad, amistad, paz, etc.)

Valores de las artes marciales: disciplina, humildad, esfuerzo, igualdad, concentración, respeto, responsabilidad, tolerancia, empatía, cooperación, compromiso, constancia, agradecimiento, entre otros.

En el área de educación física en nuestro país el Plan de estudios la (S.E.P., 2011) marca para nivel preescolar pretende la construcción de patrones básicos en el movimiento, partiendo del esquema corporal, de comunicación e interacción con los otros a través de juego. En primaria se pretende desarrollen conocimientos en sí mismos, comunicación y relación, así como habilidades y destrezas para construcción de normas en el juego. En secundaria se destaca la personalidad en práctica de valores, iniciación deportiva, importancia de la actividad física y el uso adecuado de tiempo libre en estilo de vida saludable.

Dicho lo anterior las artes marciales significarían un papel muy importante en estas competencias y ejes.

Se llega a la conclusión de que la práctica de las artes marciales incluidas en las clases de Educación Física, aportarían diversos beneficios tanto psicológicos, físicos, sociales y de orden personal.

Es posible incluir dentro de la curricula propuestas innovadoras con artes marciales en cuanto a la educación física, es viable desarrollar en los ejes pedagógicos de educación física como contenido paralelo. Puede a la vez tener una mejoría significativa combinada con sus materias de educación artística, formación cívica y ética para un mejor comportamiento social.

A si mismo concientizar a nuestras autoridades para que la materia de deportes de combate la incluyan en la educación superior universitaria y tener conocimientos básicos de los deportes de contacto.

Lo ideal es que las artes marciales sea un método de educación física y basar su enseñanza en modelos alternativos de la enseñanza tradicional.

Las artes marciales tienen un potencial educativo, una disciplina físico-deportiva que ayudan al individuo en su proceso de desarrollo personal para que forme parte de una sociedad más justa y prospera.

## **REFERENCIAS**

Arenas, M. (2015). El Judo a través del Juego en la Educacion Fisica en Ed. Primaria. Santander, España. Recuperado el 8 de junio de 2020, de



<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/8818/ArenasBasterraMiriamB.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Augusto, C. J. (1996). *Epistemología de la Educación Física*. Madrid, España: Rialp. Recuperado el 8 de Junio de 2020

Bardasco, N. (2016). LAS ARTES MARCIALES UNA EDUCACION EN VALORES. 16. Barcelona, España. Obtenido de <https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/270461/TFG-BARDASCO-2016.pdf?sequence=1>

Castro, J. E. (2 de Septiembre de 2017). *Programa escolar saca un A para la federación*, pág. Encabezado Deportivo. Recuperado el Junio de 2020, de <https://www.elcaribe.com.do/2017/09/02/programa-judo-escolar-saca-una-la-federacion/#>

(2018). *Ley General de Cultura Física y Deporte*. CONGRESO GENERAL DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANO. Ciudad de Mexico: Nueva Ley publicada en el Diario Oficial de la Federación el 7 de junio de 2013. Recuperado el 8 de Junio de 2020

Lira Quina, M. A. (2017). El judo como recurso didáctico para el desarrollo de área de educación física en la etapa de educación primaria : percepciones y actitud del profesor. 196. Barcelona, España. Recuperado el Junio de 2020

Parlebas, P. (2008). *JUEGOS, DEPORTE Y SOCIEDADES. Léxico de praxeología motriz*. Barcelona: Paidotribo.

Patterson, R. (2008). Bushido's role in the growth of pre-World War II Japanese nacionalismo. *Journal of Asian Martial Arts*, 17(3), s.p.

Robles Rodriguez, J. (22 de junio de 2006). Judo para ciegos como contenido novedoso en las clases de Educación Física. Unidad Didáctica. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6(22), 75-86. Recuperado el 2020 de junio de 10, de [https://www.researchgate.net/profile/Jose\\_Rodriguez117/publication/28116669\\_Jud](https://www.researchgate.net/profile/Jose_Rodriguez117/publication/28116669_Jud)

o\_para\_ciegos\_como\_contenido\_novedoso\_en\_las\_clases\_de\_Educacion\_Fisica\_Unidad\_Didactica/links/547e40820cf2d2200ede9808/Judo-para-ciegos-como-contenido-novedoso-en-las-clases-d

Robles Rodriguez, J. (Julio-Diciembre de 2008). Causas de la escasa presencia de los deportes de lucha con agarre en las clases de educación física en la ESO. Propuesta de aplicación. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*(14), 43-47. Recuperado el Junio de 2020

Rocheach, M. (1973). Escala de Jerarquía de Valores. Estados Unidos. Recuperado el junio de 2020, de [https://www.researchgate.net/publication/266260284\\_Escala\\_de\\_Jerarquia\\_de\\_Valores\\_de\\_M\\_Rokeach\\_forma\\_E](https://www.researchgate.net/publication/266260284_Escala_de_Jerarquia_de_Valores_de_M_Rokeach_forma_E)

S.E.P. (2011). Programa de estudios.2011. Mexico: Secretaria de Educacion Publica. Recuperado el 10 de junio de 2020

*Significados*. (24 de Abril de 2020). Recuperado el 4 de Junio de 2020, de <https://www.significados.com/artes-marciales/>

UNESCO. (1997). Plan de educación para el desarrollo y la integración de América Latina. *UNESCO Regional Office for Education in Latin America and the Caribbean (Chile)*, (págs. V. 3 p, 43 y 46).

Vargas, L. (02 de Octubre de 2011). La relación existente entre el desempeño escolar y el fortalecimiento de la regulación emocional mediante la práctica de las artes marciales. 16. Costa Rica: Tecnológico de Monterrey. Recuperado el 7 de junio de 2020, de [https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/571157/DocsTec\\_12138.pdf?sequence=1](https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/571157/DocsTec_12138.pdf?sequence=1)