

MÉTODOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN EL TAEKWONDO: REVISIÓN SISTEMÁTICA

TEACHING OF LEARNING-METHODS IN TAEKWONDO: SYSTEMATIC REVIEW

Kevin Alexander Zapata Morales*

kazapata@uce.ec

*Universidad Central del Ecuador

RESUMEN

El taekwondo (TKD) es un arte marcial que contiene valores que ayudan a fortalecer de manera intrínseca y extrínseca produciendo beneficios para la salud de quienes lo practican sin tomar en cuenta edad y género. Además es un deporte que implica gasto energético y el desarrollo de cualidades físicas. El objetivo planteado del estudio fue analizar los métodos de enseñanza-aprendizaje en el taekwondo; para lo cual se empleó como principales buscadores de información Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico. Se utilizó la metodología PRISMA, y el criterio de búsqueda de investigaciones se basó en los últimos diez años con excepción de aquellos que poseen información relevante; se empleó también la búsqueda a partir de operadores lógicos y palabras claves como: métodos de entrenamiento, metodologías, enseñanza-aprendizaje en el taekwondo. Se obtuvo una muestra de 11 trabajos de investigación que mencionan la importancia de utilizar y adaptar los nuevos métodos de entrenamiento sin evadir la utilización de métodos tradicionales. Como resultados se obtuvieron hallazgos sobre los métodos que se pueden utilizar con los entrenamientos de taekwondo mejorando el desarrollo de las habilidades físicas básicas y técnicas de este deporte como son los puños y las patadas. Como conclusión se pudo determinar que los métodos de participación activos son más óptimos para emplear en las clases de TDK, puesto que quienes lo practican aprenden y desarrollan sus habilidades y capacidades físicas de mejor manera mientras juegan, sin embargo, los métodos tradicionales ayudan a mantener un orden dentro de la disciplina marcial.

Palabras clave: Métodos, enseñanza, aprendizaje, taekwondo.

ABSTRACT

Taekwondo (TKD) is a martial art that contains values that help to strengthen intrinsically and extrinsically, producing health benefits for those who practice it regardless of age and gender. It is also a sport that involves energy expenditure and the development of physical qualities. The stated objective of the study was to analyze the teaching-learning methods in taekwondo; for which Scielo, Redalyc, Dialnet and Google Scholar were used as the main information search engines. The PRISMA methodology was acquired, and the research search criteria was based on the last ten years, with the exception of those that have relevant information; The search was also used from logical operators and keywords such as: training methods, methodologies, teaching-learning in taekwondo. A sample of 11 research papers that mention the importance of using and adapting new training methods without avoiding the use of traditional methods was obtained. As results, a demonstration was obtained on the methods that can be used with taekwondo training, improving the development of basic physical and technical skills of this sport, such as fists and kicks. As a conclusion, it was possible to determine that active participation methods are more optimal to use in TDK classes, since those who practice it learn and develop their abilities and physical abilities in a better way while playing, however, traditional methods help to maintain an order within the martial discipline.

Keywords: Methods, teaching, learning, taekwondo.

INTRODUCCIÓN

El taekwondo actual es un deporte de adquisición de capacidades motrices, aprendizajes y experiencias; un problema para el aprendizaje de gestos técnicos de las patadas es un asunto que ha recibido una escasa atención en el ámbito profesional.

La mayoría de deportistas y practicantes de este deporte no tienen una motricidad adecuada para practicar el TKD; en la actualidad no se cuenta con profesionales capacitados en el taekwondo, siendo así la deficiencia de la técnica un problema para muchos deportistas, practicantes de este arte marcial, dificultando a los practicantes realizar ciertos movimientos motores, limitando a una práctica adecuada del mismo, existiendo un bajo a nivel técnico, esto es ocasionado por la falta de conocimientos de algunos entrenadores sobre los métodos de enseñanza-aprendizaje en el TKD (Sanabria et al., 2022).

El interés principal es brindar información que permita a los docentes, estudiantes, entrenadores e interesados en el tema propuesto, teniendo el conocimiento de los métodos que puedan utilizar dentro de sus clases y

entrenamientos, sabiendo así que método aplicar en dependencia de su grupo de trabajo así sus clases más dinámicas e imperativas haciendo que se genere interés y participación constante.

Este trabajo de investigación es viable porque cuenta con el respaldo de la Facultad de Cultura Física y con la aprobación de los actores principales, se cuenta con el acceso a base de datos, revistas indexadas referentes al tema.

El desarrollo de capacidades y habilidades físicas de los individuos cumplen un rol importante para mejorar y adaptar su cuerpo a nuevos estímulos de un deporte, es así que desarrollar estas acciones motrices a temprana edad harán que haya mejoría en la ejecución técnica de un deporte (Arevalo y Bayas, 2021).

La coordinación se caracteriza por regular y dar dirección a los movimientos; en el TKD tiene gran influencia al realizar movimientos, combinando el tren superior y el tren inferior de manera rápida, haciendo que la ejecución de su técnica tenga menos errores (Tamba, 2019)

Todos los métodos de enseñanza-aprendizaje son válidos y aplicables dependiendo de las necesidades de cada entrenador; considerando las edades y el nivel de conocimiento que tengan los

alumnos (Guillen et al., 2018).

Los deportes de combate se caracterizan por mostrar una gran variedad de elementos técnicos, este hecho complica el proceso de enseñanza-aprendizaje como demanda del desarrollo del entrenamiento, sobre todo, si no se define con claridad la metodología para organizar el contenido que se adapte a los principios didácticos que están dentro de este proceso y características de este deporte (Copello et al., 2013).

El taekwondo tiene un proceso de enseñanza complicado debido a que al ser un arte marcial y deporte de combate olímpico se debe establecer contenidos filosóficos, fundamentos técnicos, tácticos y de competencia incluida la reglamentación mediante los cuales los practicantes de taekwondo logren desarrollar el aprendizaje adquirido; evidenciando su desempeño en este arte marcial (Sanabria et al., 2023).

Dentro del taekwondo se debe utilizar métodos adaptados, que permitan desarrollar todas las capacidades físicas, ya que el TKD es una disciplina que se caracteriza por el uso de extremidades inferiores a su máxima altura, dependiendo mucho de la flexibilidad, siendo distinto de otras actividades físicas

y deportivas, en las cuales se utiliza mayoritariamente el tren inferior. (Parra et al., 2019)

Es así que en el desarrollo de la enseñanza del TKD es necesario contar con una visión amplia de los métodos de enseñanza-aprendizaje existentes, utilizando la metodología PRISMA de revisión sistemática logrando obtener una compilación bibliográfica relacionadas con las variables. Por lo tanto el objetivo del estudio fue analizar los métodos de enseñanza-aprendizaje en el taekwondo.

METODOLOGÍA

El presente estudio es una revisión sistemática, con un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, no experimental.

En este sentido, Moreno, et al (2018) menciona que la revisión sistemática es una sinopsis evidente y organizada de datos aptos para responder una pregunta.

Debido a que está creada por múltiples artículos y fuentes de información, se caracteriza por tener y describir el proceso de elaboración transparente y comprensible para recolectar, seleccionar, evaluar críticamente y resumir toda la evidencia disponible con el tema a investigar. Se analizaron los resultados y conclusiones

de investigaciones sobre los Métodos de enseñanza-aprendizaje en el taekwondo.

Para el proceso de obtención de información del tema de estudio, se ejecutó una búsqueda de información en bases de datos como: Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico, las fuentes bibliográficas revisadas para este estudio fueron clasificadas en: artículos de investigación y revisión, tesis y libros. Los documentos seleccionados para esta investigación son de los años 2012-2022, esto permitió encontrar los documentos con mayor relevancia para realizar este estudio.

En la primera etapa de selección y filtración de información se utilizó los operadores lógicos como “Métodos de enseñanza- aprendizaje del taekwondo OR Metodología de enseñanza-aprendizaje del taekwondo”, “Métodos enseñanza AND Aprendizaje del taekwondo” y los documentos seleccionados entre artículos, tesis y libros, para completar la búsqueda de información se utilizó palabras de sinónimo.

El tipo de muestreo aplicado fue de tipo sistemático, mediante el cual se encontró un total de 3733 documentos, de los cuales se realizó un análisis y filtración

de los documentos donde se colocó el idioma, año y la relación con el tema de investigación dando así un total de 11 registros utilizados en el artículo, mismos que fueron ubicados en el Protocolo Prisma (diagrama de flujo), el cual consta de un conjunto de normas para mejorar la presentación de estudios de carácter bibliométricos.

Cabe mencionar que ciertas investigaciones no tienen similitud con el tema de investigación, pero se ha considerado en la revisión debido a que su contenido abarca información relevante para el estudio.

Para la selección de la información se determinaron criterios de inclusión y exclusión (Tabla 1).

Tabla 1.

Cuadro de Criterios de Inclusión y Exclusión

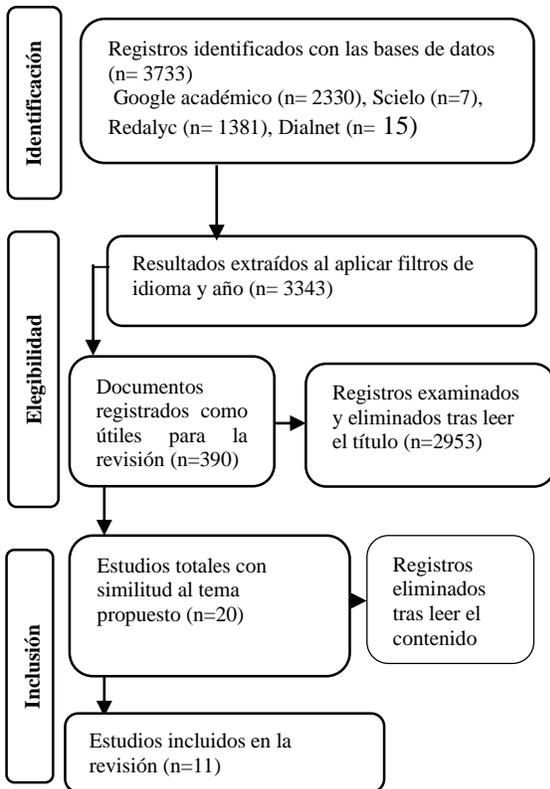
| <i>Criterios de Inclusión</i> | <i>Criterios de Exclusión</i> |
|--|--|
| Investigaciones que se hayan publicado en los últimos 10 años (20012-2022) | Estudios que no tengan relación con el tema planteado. |
| Idioma español e inglés. | Documentos que no cumplan con el rango del tiempo a excepción que contengan información relevante. |
| Artículos con enfoques cualitativos, cuantitativos y mixtos. | Documentos en blogs, redes sociales. |
| Artículos de investigación, revisión, tesis, libros. | Documentos que no estén relacionados a los términos y descripciones de búsqueda. |
| Documentos que se encuentren en diferentes bases de datos. | |
| Documentos que contengan las palabras claves. | |
| Documentos que estén en revistas indexadas. | |

Población y muestra de literatura científica.

En la revisión bibliográfica de las diferentes bases de datos, inicialmente se obtuvieron 3733 artículos relacionados con las palabras claves. La muestra que se compuso el cuerpo base de esta revisión sistemática corresponde a 11 estudios científicos, considerados tras aplicar los

Gráfico 1.

Diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica



criterios de inclusión y exclusión

RESULTADOS

La tabla 2 muestra los resultados obtenidos para la revisión sistemática, teniendo 11 estudios como muestra final. Para la extracción de la información se siguió la siguiente codificación: 1. Autor 2. año, 3. Título, 4. Objetivo del estudio, 5. Tipo de artículo, 6. Hallazgo y conclusiones.

Tabla 2

Investigaciones de las variables: Métodos enseñanza-aprendizaje en el taekwondo.

| N | Autor | Año | Titulo | Objetivo | Tipo de producto científico | Hallazgo y conclusiones |
|---|---|------|---|---|-----------------------------|---|
| 1 | Moya-Bell, Y., de la Caridad Sánchez-Ramírez, L., y Bell-Castillo, J. | 2021 | La enseñanza-aprendizaje en el Taekwondo y sus fundamentos y táctica y sus ponentes | Caracterizar la táctica como componente independiente de la formación deportiva en los taekwandoistas categoría de 11-12 años | Artículo | El taekwondo tiene procesos de enseñanza-aprendizaje armónicos que forman de manera integral al sujeto, teniendo así resultados positivos en lo competitivo, para esto se emplea métodos: Análisis - síntesis Inductivo-deductivo Abstracción Generalización Sistémico Estructural Funcional |
| 2 | Muñoz, M | 2020 | Metodología para la enseñanza de los fundamentos Técnicos del taekwondo en la categoría 10 – 12 años. | Elaborar alternativas metodológicas para mejorar el desempeño en la formación técnica de los deportistas. | Tesis | Para desarrollar de manera adecuada la capacidad coordinativa y el mejoramiento de la técnica de taekwondo menciona dos métodos: Analítico- sintético Inductivo - deductivo |
| 3 | Guanoloquin, I | 2010 | Análisis del aprendizaje de la técnica en la Disciplina de taekwondo en la categoría pre juvenil En los clubes filiales de la liga deportiva cantonal De rumiñahui, periodo mayo – agosto 2008, propuesta Alternativa | Analizar y diseñar un programa de preparación técnica del taekwondo. | Tesis | Los métodos de enseñanza son una serie de procedimientos que tienen contenidos para poder alcanzar un objetivo produciendo un aprendizaje; estos metodos son: Método directo Método indirecto Método global Método fragmentado Método juego Método mixto Método resolución de problemas Método continuo Método de intervalos Método de repeticiones Método competencia |
| 4 | Durán Mendoza, O. S., y Iñiguez Hurtado, L. I. | 2016 | Propuesta metodológica de la enseñanza del Poomsae en el desarrollo técnico del taekwondosista, en edades de 12-14 años | Implementar una propuesta para el desarrollo del aprendizaje de la poomsae y | Tesis | En la preparación de un practicante de TKD es necesario utilizar distintos métodos pedagógicos como |

| | | | | | | |
|---|---------------------|------|--|---|-------|---|
| | | | | mejorar su técnica en niños. | | didácticos que los entrenadores puedan utilizar y satisfacer las demandas de los entrenamientos, es importante que no solo se conozca cada método, sino saber seleccionar correctamente cada uno de ellos en sus sesiones de entrenamiento, teniendo así los siguientes métodos planteados: Métodos visuales directos Métodos visuales indirectos Métodos auditivos Métodos propioceptivos Métodos verbales Método fragmentario Método integral global Método del ejercicio estándar Método del ejercicio estándar continuo Método del ejercicio estándar a intervalo |
| 5 | Gainza Miranda, | 2016 | Alternativa metodológica para el proceso de enseñanza aprendizaje de la técnica Dollyo Chagui en niños que inician la práctica del Taekwondo en la Asociación Deportiva Naval en Guayaquil. | Diseñar una alternativa metodológica para la enseñanza-aprendizaje de la técnica Dollyo Chagui en niños que inician la práctica del Taekwondo | Tesis | En la actualidad dentro del taekwondo se evita utilizar métodos y modelos tradicionales para la enseñanza-aprendizaje, los métodos que podemos encontrar son: Método analítico Método pasivo Método mecanicista Método directivo Método instructivo Método asociativo |
| 6 | Fares Molina, R. E. | 2015 | La coordinación y su influencia en la técnica básica del Tae kwon do en los niños de los 5tos, 6tos y 7mos años de Educación básica, sección matutina de la “escuela Concentración deportiva de pichincha” 2015. | Identificar la influencia de la coordinación en la ejecución de las técnicas de Taekwondo en los niños. | Tesis | Para la enseñanza del taekwondo se debe considerar que es un deporte progresivo para mejorar ya sea elementos técnicos o físicos, tenemos varios métodos para la enseñanza: Método verbal (explicación) Método visual (demostración) Método repetición Método ayuda directa (corrección) Método auditivo (ritmo) |

| | | | | | |
|---|---------------------------|------|--|---|---|
| | | | | | <p>Método fragmentado (dividir)</p> <p>Método combinado (circuito)</p> <p>Los distintos métodos de aprendizaje se deben proponer en forma de situaciones problemáticas para los practicantes para que puedan resolver el mismo, dentro de esos métodos podemos mencionar:</p> <p>Método de resolución de problema</p> <p>Ensayo-error</p> <p>Dentro de la disciplina del taekwondo se es necesario aplicar métodos adaptados al deporte debido a que es una disciplina compleja dentro de las clases se deben ser varios métodos que se ejecuten como son:</p> <p>-Método lúdico</p> <p>Métodos sensoperceptuales</p> <p>Método visual directo</p> <p>Método visual indirecto</p> <p>Métodos verbales</p> <p>Métodos auditivos</p> <p>Método explicativo</p> <p>Método de ordenamiento</p> <p>Método descriptivo</p> <p>Métodos prácticos de aprendizaje</p> <p>Método global</p> <p>Método fragmentario</p> <p>Método mixto</p> <p>Método recíproco</p> <p>Método por descubrimiento guiado</p> <p>Método de retroalimentación</p> <p>Método deductivo e inductivo</p> <p>Método estándar</p> <p>Método variable</p> <p>Método combinado</p> <p>Método del juego</p> <p>Método de potencia</p> |
| 7 | Rendón, P., y Ascango, L. | 2015 | Estudio de la metodología de enseñanza del taekwondo y su influencia en el desarrollo de la técnica básica de cinturón blanco a amarillo en los clubes filiales a la asociación de Taekwondo de pichincha en niños de 6 a 8 años, durante el Periodo 2015. | Estudio de la metodología de enseñanza del taekwondo y su influencia en el desarrollo de la técnica básica. | Tesis |
| 8 | Gómez, S | 2014 | Iniciación en la práctica del taekwondo para el desarrollo de la motricidad y las capacidades | Encaminar a desarrollar las capacidades coordinativas y motricidad en | Tesis |
| | | | | | <p>En la iniciación del taekwondo es necesario que se comience utilizando métodos de</p> |

| | | | | | | |
|----|--|------|---|---|-------|--|
| | | | Coordinativas en niños de 5 a 8 años. | los niños | | aprendizaje como: Método activo Método reflexivo Método teórico Método pragmático Los métodos de enseñanza que se utiliza dentro de la iniciación en niños es recomendado utilizar: Método lúdico Al utilizar estos métodos, las clases se desarrollarán de manera más dinámica y divertida, llegando a que los futuros deportistas desarrollen la coordinación motriz mientras se divierten. |
| 9 | Monje Marca, P. Lucero Mejía, L. D. | 2012 | Propuesta metodológica de entrenamiento de taekwondo deportistas de la provincia Azuay categoría juvenil entre un período de tres meses | Elaborar una propuesta metodológica de entrenamiento de taekwondo para deportistas juveniles, combinando la práctica de la poomsae con el entrenamiento de combate. | Tesis | En la enseñanza y preparación de los taekwondoistas, dentro de los cuales hay métodos didácticos que permiten al entrenador dar una solución antes inconveniente en el entrenamiento. Los métodos de entrenamientos que se pueden aplicar en el taekwondo son: Método visual. Método auditivo. Método verbal. Método fragmentario. Método de repeticiones. Método continuo. Método de ejercicio estándar en cadena Método de intervalos. Método de repetición. Método de ejercicio variable. Método de ejercicio progresivo. Fartlek. Metodos combinados: -Método multiseriado a intervalos. Metodo repetitivo. Dentro de la enseñanza de la coordinación motriz en los niños se puede ejecutar métodos que ayuden en su |
| 10 | Chango, J | 2011 | Metodología dirigida al desarrollo de la coordinación motriz en el taekwondo categoría infantil 8-12 años de la provincia del Azuay | Mejorar la estructura y planificación del desarrollo de la metodología a utilizar en la | Tesis | |

| | | | | | | | |
|----|----------|------|--|---|-------|--|--|
| | | | | coordinación motriz en los niños y en la provincia. | | | desarrollo, estos metodos son: Método experimental Método científico Método directo Método lúdico Método indirecto |
| 11 | Gómez, P | 2004 | Taekwondo teoría y metodología de la preparación competitiva | Saber la importancia y analizar las bases fundamentales del entrenamiento de taekwondo y el desarrollo de los deportistas. | Libro | | Los métodos de entrenamiento que menciona el autor son: Método visual directo - indirecto Método auditivo Métodos propioceptivos Métodos verbales Método fragmentario Método integral global Método del ejercicio estándar Método del ejercicio estándar continuo Método del ejercicio estándar en cadena Método del ejercicio estándar a intervalos Método del ejercicio variable Método del ejercicio a intervalo variable Método del ejercicio progresivo Método del ejercicio variable variado Métodos combinados |

Con respecto a los resultados de los 11 documentos todos ellos nos mencionan con que grupo de personas podemos aplicar ciertos métodos de enseñanza y que tipos de aprendizaje puede haber dentro de quienes entrenan ya sea en combate (kyorugui) o formas (poomsae), por lo tanto, se menciona que actividades mas interactivas hacen que se la enseñanza sea más direcciona al

aprendizaje dinámico. Se ha podido identificar que estudios donde se aplican métodos de aprendizaje repetitivos y estrictos hacen que los practicantes puedan mejorar en la ejecucion de su técnica; en la tabla 3 se plazmo los metodos de enzeñanza, aprendizaje y metodos de enseñanza-aprendizaje que se encontro.

Tabla 3.

Métodos enseñanza-aprendizaje en el taekwondo.

| | | Tradicionales | Contemporáneo: Didácticos |
|--------------------------------------|----------------|---|-----------------------------------|
| Métodos enseñanza | de | Método continuo | Métodos propioceptivos |
| | | Método de intervalos | Método ayuda directa |
| Métodos enseñanza | de | Método de repeticiones | Método analítico |
| | | Método de ejercicio estándar en cadena | Método pasivo |
| | | Método del ejercicio a intervalo variable | Método instructivo |
| | | Método del ejercicio progresivo | Método asociativo |
| | | Método del ejercicio variable variado | Método continuo |
| | | Método de intervalos. | |
| | | Método de ejercicio progresivo | |
| | | Método Fartlek. | |
| | | Método del ejercicio estándar | |
| | | Método del ejercicio estándar continuo | |
| | | Método del ejercicio estándar a intervalo | |
| | | Método de ejercicio variable. | |
| | | Método multiseriado a intervalos. | |
| Métodos aprendizaje | de | Tradicionales | Didácticos |
| | | Método explicativo | Método de resolución de problema |
| Métodos aprendizaje | de | Método descriptivo | Método ensayo-error |
| | | Método científico | Método juego |
| | | | Método recíproco |
| | | | Método de retroalimentación |
| | | | Método del juego |
| | | | Método activo |
| | | | Método reflexivo |
| | | | Método teórico |
| | | | Método pragmático |
| | | | Método experimental |
| | | Métodos enseñanza-aprendizaje | de |
| Método análisis - síntesis | Método directo | | |
| Métodos enseñanza-aprendizaje | de | Método inductivo- deductivo | Método indirecto |
| | | Método abstracción | Método global o integral |
| | | Método generalización | Método fragmentado |
| | | Método sistémico | Método por descubrimiento guiado |
| | | Método estructural | Método mixto |
| | | Método funcional | Método resolución de problemas |
| | | Método fragmentario | Método lúdico |
| | | Método analítico | Métodos sensoceptuales |
| | | Método pasivo | Método visual (directo-indirecto) |
| | | Método directivo | Métodos verbales |
| | | Método instructivo | Método auditivo |
| | | Método de ordenamiento | Método explicativo |
| | | Método repetición | Método descriptivo |
| | | Método ayuda directa | |
| | | Método combinado | |
| | | Método de competencia | |
| | | Método mecanicista | |

DISCUSIÓN

En los documentos revisados se presentan métodos de enseñanza-aprendizaje que fueron mencionados con mayor frecuencia por varios autores, considerados como los métodos más utilizados y que pueden ser aplicados en las diferentes edades para desarrollar las técnicas del TKD, es así que a continuación se mencionan autores como Gómez (2014) quien menciona que para mejorar la motricidad y demás habilidades se debe utilizar el juego como uno de los métodos activos de participación, haciendo que sus clases sean más dinámicas y enfocadas al disfrute de las actividades planeadas.

Así mismo los métodos lúdicos y combinados mejoran el estado de ánimo y el incremento de la coordinación motriz, del deportista, lo cual le permitirá ejecutar acciones motrices requeridas en el taekwondo. (Guanoloquin, 2010; Rendón y Cabascango, 2015). Concordando con lo anteriormente mencionado, Chango (2011) y Fares, (2015) hacen énfasis en los estudios que definen al método lúdico como la puerta para el mejoramiento óptimo del desarrollo de su coordinación motriz, ya que, gracias a los juegos y la diversión, quienes practican taekwondo,

lo hacen con énfasis al ejecutar las acciones motrices obteniendo un mayor control de su cuerpo sea durante el entrenamiento o en las competencias, Se puede señalar que es necesario tener en cuenta las edades sensibles para realizar la iniciación deportiva, para lo cual es indispensable incentivar a los practicantes ha aprender mientras juegan.

Los métodos aplicables en la enseñanza-aprendizaje de Poomsae están enfocados en las repeticiones; es así que Duran y Iñigue, (2016); Monje y Lucero, (2012) y Gómez, (2004) concuerdan en que los métodos utilizados en la Poomsae son aquellos donde el entrenador este pendiente de observar su progreso e ir corrigiendo los errores, los métodos más aplicables son: visual, repetición, ayuda directa, auditivo, fragmentado, integral global, del ejercicio estándar, del ejercicio estándar continuo, del ejercicio estándar a intervalo.

Chango (2011) por otro lado también propone métodos que se pueden incluir en la enseñanza de TKD, como es el método experimental, el cual ayudará a que los alumnos aprendan a base de sus experiencias y falencias.

Rendón y Cabascango, (2015) y Fares, (2015) mencionan que el

descubrimiento guiado y resolución de problemas son métodos que ayuda a los practicantes a que construyan su propio conocimiento con las pautas que dé su profesor, realizando sus acciones motrices con menor gasto energético.

El taekwondo al ser un deporte marcial que proviene de un país de cultura estricta y militarizada, conserva el método tradicionalista y repetitivo. Gainza (2016) detalla en su estudio que los métodos direccionados al tradicionalismo como el instructivo y mecanicista deberían mantenerse al realizar la iniciación deportiva dentro del taekwondo; en concordancia con el autor antes mencionado. Fares (2015); Moya et al. (2021); Monje y Lucero, (2012) y Muños (2020) sostienen que la repetición de acciones motrices, análisis-síntesis, inductivo-deductivo y estructural al ser parte de un método y modelo tradicional dentro del TKD ayuda a mejorar el rendimiento competitivo, diseñar alternativas para desarrollar la técnica en este deporte y utilizar una serie de sistemas de análisis y simulaciones que permitan mejorar el rendimiento en sus entrenamientos.

Así también Tamba, (2019) y Gómez, (2004) sostienen que los métodos

tradicionales mantienen el orden y la disciplina marcial, pero, de la misma forma afirma que se debe utilizar métodos didácticos como el descubrimiento guiado y el demostrativo para que las actividades sean entendidas de mejor manera.

Finalizando, se menciona que hay métodos que se puede utilizar tanto en la enseñanza como en el aprendizaje teniendo así una mejoría más significativa por parte de los practicantes; Moya et al., (2021); Muños, (2020); Gainza, (2016); Fares, (2015); Gómez, (2014); Gómez, (2004) mencionan métodos tradicionales como son: método análisis-síntesis, método inductivo- deductivo, método abstracción, método generalización, método sistémico, método estructural, método funcional, método fragmentario, método analítico, método pasivo, método directivo, método instructivo, método de ordenamiento, método repetición, método ayuda directa , método combinado, método de competencia, método mecanicista; Gualoquin, (2010); Rendón y Cabascango, (2015); Duran y Iñigue, (2016); Monje y Lucero,(2012); Chango (2011) hacen mención a métodos didácticos como: método directo, método indirecto, método global o integral, método fragmentado, método por

descubrimiento guiado, método mixto, método resolución de problemas, método lúdico, métodos sensoperceptuales, método visual (directo-indirecto), métodos verbales, método auditivo, método explicativo, método descriptivo los cuales se pueden ejecutar dentro de los entrenamientos de TKD.

CONCLUSIÓN

Los métodos que tienen mayor impacto en el proceso de enseñanza-aprendizaje del TKD, son aquellos que permiten la participación activa, a quienes practican este deporte socializando con el resto del grupo. Es necesario recalcar que en la actualidad se siguen utilizando métodos tradicionales para la enseñanza del TKD ya que ayudan a mantener el control y el orden en las clases, así como el realizar una serie repetitiva de acciones motrices que contribuyen a mejorar la técnica de quienes practican esta disciplina deportiva.

El TKD cuenta con tres modalidades olímpicas de competencia que son: kyorugui, poomsae y kiopa; para cada uno de ellos se utiliza diferentes métodos sin embargo este estudio hace énfasis en las dos primeras modalidades; es así que los métodos de enseñanza tradicionales aplicados en kyorugui y

poomsae se puede mencionar: directo, continuo, intervalos, competencia, repeticiones, del ejercicio estándar, ordenamiento, mecanista.

Sin embargo se puede evidenciar que son muchos los profesores de TKD que han dado paso al empleo de métodos de enseñanza más activos que tienden a que el principal autor del conocimiento sea el deportista; es así que en kyorugui se utiliza los métodos: lúdico, mixto, experimental, sensoperceptuales, recíproco, competitivo, combinado, propioceptivos, global, visual directo-indirecto, explicativo; mientras que en poomsae se puede utilizar métodos como propioceptivo, integral o global, del ejercicio estándar, del ejercicio estándar continuo, del ejercicio estándar a intervalo.

Existen métodos de aprendizaje que permiten que quienes practican TKD desarrollen de mejor manera sus habilidades y capacidades física, estos métodos son: resolución de problema, ensayo-error, global, mixto, recíproco, descubrimiento guiado, retroalimentación, juego, competencia, activo, reflexivo, pragmático.

Los métodos de enseñanza que se pueden utilizar en el aprendizaje sean

estos tradicionales o didácticos, tienen validez y pueden ser aplicados en los entrenamientos, teniendo así métodos más mencionados como: método directo, método indirecto, método global o integral, método fragmentado, método por descubrimiento guiado, método mixto, método resolución de problemas, método lúdico, métodos sensoriales, método visual (directo-indirecto), métodos verbales, método auditivo, método explicativo, método descriptivo, método repetición, método ayuda directa, método combinado, método de competencia, método mecanicista.

El taekwondo al ser un deporte olímpico ayuda a fortalecer cuerpo, mente y alma, pero también es un deporte donde se puede divertir y jugar mientras aprendemos defensa personal, aplicando métodos adaptados a las condiciones de cada alumno, esta adaptación la realizamos mediante la observación.

REFERENCIAS

Arevalo, M, y Bayas, J. (2021). Métodos de desarrollo de habilidades motrices en la educación inicial en diferentes contextos educativos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 4-24. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7941181>

[culo?codigo=7941181](https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7941181)

Chango J.(2011). Metodología dirigida al desarrollo de la coordinación motriz en el taekwondo categoría infantil 8-12 años de la provincia del Azuay. Universidad Politécnica Salesiana Sede Cuenca. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/1341>

Copello, M; Alverdi, D y Fuentes (2013). Sistema de orientaciones metodológicas para los deportes de combate en la categoría 13-14 años. *EFDEPORTES*, n° 181. Disponible en: <https://efdeportes.com/efd181/orientaciones-para-los-deportes-de-combate.htm>

Durán Mendoza, O. S., y Iñiguez Hurtado, L. I. (2016). Propuesta metodológica de la enseñanza del Poomsae en el desarrollo técnico del taekwondosista, en edades de 12-14 años (Tesis de pregrado). Universidad De Cuenca. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/27246>

Fares Molina, R. E. (2015). *La coordinación y su influencia en la técnica básica del taekwondo en los*

- niños de los 5tos, 6tos y 7mos años de educación básica, sección matutina de la “Escuela Concentración Deportiva de Pichincha”* 2015 (Tesis de pregrado) Universidad Central Del Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/e/25000/7355>
- Gainza Miranda, R. P. (2016). *Alternativa metodológica para el proceso de enseñanza aprendizaje de la técnica Dollyo Chagui en niños que inician la práctica del Taekwondo en la Asociación Deportiva Naval en Guayaquil*. (Tesis de pregrado). Universidad de Guayaquil. Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/edug/27679>
- Gómez, P. (2004). *Taekwondo teoría y metodología de la preparación competitiva. Federacion Mexicana de Taekwondo*, A.C. <https://docplayer.es/10275763-Taekwondo-teoria-y-metodologia-de-la-preparacioncompetitiva.html>
- Gómez, S. (2014). *Iniciación en la práctica del taekwondo para el Desarrollo de la motricidad y las capacidades Coordinativas en niños de 5 a 8 años*. (Tesis de pregrado). Universidad de Guayaquil. Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/edug/18993>
- Guanoloquin, I. (2010). Análisis del aprendizaje de la técnica en la disciplina de taekwondo en la categoría pre juvenil en los clubes filiales de la liga deportiva cantonal de rumiñahui, periodo mayo – agosto 2008, propuesta alternativa. (Tesis de pregrado). Escuela Politécnica del Ejercito. Obtenido de <http://repositorio.espe.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/21000/893/T-ESPE-029590.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guillen, P., Copello, J., Gutierrez, C., y Guerra, S. (2018). Metodología para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de los elementos técnicos-tácticos en los deportes de combate (Methodology for improving the teaching-learning process of technical-tactical elements in combat sports). *Retos*, 34, 33–39. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.58752>

- Monje Marca, P. A., y Lucero Mejía, L. D. (2012). *Propuesta metodológica de entrenamiento de taekwondo para deportistas de la provincia del Azuay categoría juvenil durante un período de tres meses* (Tesis de pregrado). Retrieved from <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/1908>
- Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., y Villanueva, J. (2018). Revisiones Sistemáticas: definición y nociones básicas. *Revista clínica de periodoncia, implantología y rehabilitación oral*, 11 (3), 184. <http://dx.doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>
- Moya-Bell, Y., de la Caridad Sánchez-Ramírez, L., y Bell-Castillo, J. (2021). La enseñanza-aprendizaje en el Taekwondo desde la táctica y sus componentes. *Maestro y Sociedad*, 18(2), 551-562. <https://maestrosociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5358>
- Muñoz, M. (2020). Metodología para la enseñanza de los fundamentos Técnicos del taekwondo en la categoría 10- 12 años. (Tesis de Pregrado). Universidad de Guayaquil. Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/edug/53947>
- Parra, C., Jaimes, G., y Burbano, V. (2019). La coordinación motriz infantil: un abordaje desde los métodos cuantitativos de investigación. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, 5(2), 5–16. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v5.n2.2019.1249>
- Rendón, P., y Cabascango, L. (2015). *Estudio de la metodología de enseñanza del Taekwondo y su influencia en el desarrollo de la técnica básica de cinturón blanco a amarillo en los clubes filiales a la Asociación de Taekwondo de Pichincha en niños de 6 a 8 años, durante el periodo 2015*. (Tesis de pregrado). Universidad Central Del Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/5593>
- Sanabria Navarro, J. R. ., Silveira Pérez, Y., Guillen Pereira, L., & Cortina Núñez, M. de J. . (2023). Revisión bibliométrica sistemática de la gestión del entrenamiento deportivo . *Retos*, 47, 78–86.

<https://doi.org/10.47197/retos.v47.95274>

Sanabria Navarro, J. R., Guillen Pereira, L., Cortina Núñez, M. de J. C. N., Gutiérrez Cruz, M. G. C., Cabezas Toro, A. M., & Cevallos Yapo, J. L. (2022). Direcciones tácticas en situaciones de oposición de taekwondistas latinoamericanos (Tactical directions in opposition situations of Latin American Taekwondistas). *Retos*, 45, 986–995.

<https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.93022>.

Tamba, P. (2019). *Estudio de las capacidades coordinativas y su incidencia de los fundamentos técnicos ofensivos del taekwondo en la categoría infantil en las ligas cantonales de Otavalo, Antonio Ante, Cotacachi, en la provincia de Imbabura en 2018. Cotacachi*. (Tesis de pregrado). Ecuador. Universidad Técnica del Norte. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/9304>