

<b>Fecha de elaboración:</b> 16.04.2021			
<b>Tipo de documento</b>	TID:	Obra creación:	Proyecto investigación: X
<b>Título:</b> Fomento de la práctica del Taekwondo mediante el establecimiento de estrategia consciente y asistida de enseñanza			
<b>Autor(es):</b> Roy K. Lázaro Ruz, Elkin G. Gómez Pérez y Bleyk A. Umbarila Calderón			
<b>Tutor(es):</b> Javier Ricardo Luna Pineda			
<b>Fecha de finalización:</b> 17.05.2021			
<b>Temática:</b> Aspectos pedagógicos en el Taekwondo como arte marcial y deporte			
<b>Tipo de investigación:</b> Tipo explicativo			
<b>Resumen:</b>			
<p>El Taekwondo es un arte marcial y está enmarcado por cinco principios que determinan su accionar: cortesía, perseverancia, integridad, autocontrol y espíritu indomable. Su práctica es realizada por más de 80 millones de personas en el mundo en más de 190 países.</p> <p>El Taekwondo fue presentado como deporte de demostración en las olimpiadas de Seúl en 1988 y Barcelona 1992, entra formalmente en el programa Olímpico en Sidney 2000 y en este período se acrecienta la controversia del enfoque a dar al Taekwondo: como arte marcial con una orientación dogmática y moral, o como deporte y la participación de profesionales de disciplinas especializadas en ciencias de la educación física.</p> <p>Es imperante comprender la historia, tradición, ética y orientación filosófica pero también de manera global el contexto social mundial que rodea al deporte y la posibilidad de practicarlo bajo un modelo consensuado que medie en entre lo marcial y lo deportivo.</p>			
<b>Palabras clave:</b> Arte Marcial – Deporte – Taekwondo – Formación instructores – Estrategias pedagógicas.			
<b>Planteamiento del problema:</b>			
<p>La práctica del Taekwondo ha sufrido múltiples transformaciones en las cuales se ha venido perdiendo sus principios y valores básicos arraigados desde sus inicios, deteriorando la mística, aspectos constructivos del individuo correcto, su interacción social, la trascendencia sobre lo físico y el curso que conlleva siempre a un mayor entendimiento, al ser humano integral.</p> <p>Debido a que el Taekwondo se incluyó formalmente en los juegos Olímpicos de Sidney 2000 (Taekwondo) se creó una gran controversia con respecto a la forma de desarrollar esta disciplina, ya que una gran facción de practicantes desde ese momento se limitó únicamente a su ejecución con objetivos puntuales de índole deportivo, haciendo caso omiso a todos los principios y valores esenciales establecidos generaciones atrás en el arte marcial. Por otra parte, existen los defensores radicales de la tradición, que</p>			

adoptaron la postura e ideología que el Taekwondo se debe practicar en su expresión marcial pura y que lo más importante es que se transmita de generación en generación, de maestro/profesor a alumno, sin ninguna variación, obviando todos cambios, adaptaciones, popularización y nuevas formas de enseñanza que han nacido desde su conversión al deporte.

Por lo antes expuesto, es importante generar espacios diversos que permitan establecer las contradicciones, conceptos diametralmente opuestos, estrategias cerradas e impermeables a nuevas metodologías de enseñanza y transmisión de conocimientos, de acuerdo a la realidad social, cultural e innovación tecnológica, pero siempre teniendo en cuenta la conciencia, principios, valores humanistas que permitan la masificación de su práctica y el reconocimiento efectivo por parte de la sociedad y sus beneficios integrales.

**Pregunta:** ¿Se puede practicar Taekwondo sin la rigurosidad estricta exigida por un arte marcial?

### **Objetivo general**

Diseñar una estrategia marco que permita la práctica masiva del Taekwondo en los diversos espacios comunitarios donde éste se pueda promocionar y desarrollar, haciendo uso de plantillas o patrones predeterminados que orienten una selección lo más acertada de un posible perfil actualizado de instructor con base en sus competencias profesionales y de la línea de aprendizaje que se desee optar, coherente a las necesidades y expectativas de los interesados.

### **Objetivos específicos**

- Verificar la existencia de un sistema de registro y control de profesores, maestros, instructores y demás tipos o personas que imparten Taekwondo adscritos a alguna de las organizaciones oficiales.
- Establecer si la información del sistema de registro y control, en caso de existir, cuenta con las características requeridas que almacenen datos clave de capacitación y grados, que son elementos fundamentales para el seguimiento de competencias que habilitan o no la impartición de clase.
- Diseñar la estrategia que permita la selección asistida del tipo de práctica u orientación marcial y/o deportiva que el interesado esté buscando de acuerdo con sus necesidades e intereses.
- Evaluar la percepción de los instructores, profesores, maestros y de personas interesadas que utilizan la estrategia planteada.

**Marco teórico:**

Se consultaron en total 52 fuentes de información conformados por sitios de internet de organizaciones mundiales y nacionales vinculadas con el Taekwondo, sitio especializados en educación física y deporte, libros impresos de Maestros reconocidos mundialmente y páginas de noticias e información general actual, entre las que se encuentran:

- Kukkiwon, Cuartel Mundial del Taekwondo
- Federación Colombiana de Taekwondo
- Liga de Taekwondo de Bogotá
- Revista EF Deportes
- Maestro Fernando Javier Akilian
- Maestro Yuri Lópezgallo
- Dr. Udo Moenig
- Club de Taekwondo Élite Bogotá
- MasTaekwondo.com

Las páginas especializadas en deporte nos orientaron bastante acerca de la carencia de formación integral de los instructores, las de noticias y actualidad acerca de la estrategia pedagógica actual con relación a la pandemia y el material impreso, el tema de contextualización histórica y del por qué la transmisión basada en metodologías de enseñanza tradicional. Págs. (8, 11).

**Método:**

La investigación es de tipo explicativa, ya que pretende ir más allá de la mera descripción de los conceptos o fenómenos, ayuda a establecer las relaciones entre ellos, las cuales están dirigidas a responder las causas de los eventos sociales y sobre todo pedagógicos. Se centra en explicar por qué ocurre el fenómeno de parcialización de conceptos acerca del método de enseñanza del Taekwondo, su aplicación y en qué condiciones se dan, o por qué las variables de ser Maestro/Profesor y entrenador están relacionadas, y a su vez relacionarlas con el momento actual y futuro de la humanidad en el tema de pandemia por COVID-19, los eventos acaecidos y los que “deberían ocurrir” en este tema en particular.

**Resultados, hallazgos u obra realizada:**

En la investigación se descubrió que las personas que enseñan Taekwondo se vieron en la necesidad de repensar las metodologías pedagógicas utilizadas y se están adaptando al entorno actual de la humanidad en el marco de la pandemia por COVID-19 y el uso de tecnologías digitales. También que se hizo necesario establecer los intereses y objetivos que persigue cada interesado de este Arte Marcial, proveyéndole libertad y autonomía de seleccionar el contenido a aprender de acuerdo a unos pautas o preceptos base descritos desde un inicio, en tiempos flexibles y espacios limitados, y por lo menos asegurar que esta práctica no quede relegada por un tiempo considerable o indefinido.

Otro descubrimiento fue la aparición de la necesidad formación y actualización académica formal por parte de los Maestros, profesores y entrenadores para mejorar su perfil profesional y ser más competitivos.

**Conclusiones:**

Para ser entrenador se debe contar con una preparación específica muy alta. Debe ser un experto en la educación física y el deporte, de las implicaciones técnicas y tácticas, de capacidades físicas y mentales, conocimientos teóricos específicos del Taekwondo, el reglamento, los efectos que pueden provocar en su organismo determinada carga de trabajo, etc. Al entrenador le importan los resultados, su trabajo es hacer ganar al atleta, es decir, el receptor de su conocimiento, el taekwondista, se transforma y adquiere un enfoque puntual, específico, basado en el rendimiento deportivo y casi siempre se deja relegado el aspecto marcial. Una vez el atleta comience el declive en la generación de resultados, el entrenador buscará a otro que lo sustituya para iniciar un nuevo proceso.

En contravía a lo anterior, se encuentra el maestro o profesor. Para él lo más importante son sus estudiantes y siempre buscara guiarlos para que sean mejores mujeres y hombres en todos los aspectos de la vida, sin importar la edad, grado o condición especial física o mental. El estudiante es la parte más importante del dojang, el maestro lo acompañará en el triunfo y también en la derrota, no lo dejará ni lo cambiará porque es su razón de ser.

Una condición adicional para ser entrenador de Taekwondo fuera de la profesión de educación física y deportes es que debería ser cinturón negro y formado en los cinco pilares de las artes marciales: Técnica, Filosofía, Historia, Tradición y Disciplina. Es así como no todos los maestros de Taekwondo pueden llegar ser entrenadores, pero todos los entrenadores deberían ser siempre maestros de Taekwondo.

**Productos derivados:**

Como resultado se obtuvo un documento que cumple con todas las normas exigidas por la corporación universitaria UNITEC para trabajos de investigación, además éste podrá ser consultado en cualquier lugar o base de datos donde la universidad lo establezca, éste material de investigación en su defecto podrá servir a otros estudiantes para continuar su estudio más a fondo, incluso llevando a cabo la práctica de lo acá planteado

Fomento de la práctica del Taekwondo mediante el establecimiento de estrategia consciente y  
asistida de enseñanza

Bleyk A. Umbarila Calderón

Código: 10206042

Elkin G. Gómez Pérez

Código: 10206109

Roy K. Lázaro Ruz

Código: 10206123

Corporación Universitaria Unitec

Escuela de Ingeniería

Especialización en Gerencia de Proyectos

Bogotá D.C; Junio de 2021

Fomento de la práctica del Taekwondo mediante el establecimiento de estrategia consciente y  
asistida de enseñanza

Bleyk A. Umbarila Calderón

Código: 10206042

Elkin G. Gómez Pérez

Código: 10206109

Roy K. Lázaro Ruz

Código: 10206123

Javier Ricardo Luna

Director

Corporación Universitaria Unitec

Escuela de Ingeniería

Especialización en Gerencia de Proyectos

Bogotá D.C; Junio de 2021

## Tabla de contenido

Resumen.....	6
Palabras claves .....	6
Abstract.....	7
Key Words .....	7
Planteamiento del problema.....	8
Justificación .....	9
Pregunta: Formulación del problema.....	10
Objetivos.....	10
Objetivo general.....	10
Objetivos específicos .....	10
Marco teórico y estado del arte .....	11
Marco teórico.....	12
1. Conceptos básicos para el desarrollo de la investigación .....	12
2. Desarrollo del Taekwondo como deporte.....	15
2.1. Definición .....	15
2.2. Inicios del Taekwondo como deporte.....	16
3. Taekwondo como arte marcial.....	17
3.1. Definición .....	17
3.2. Modelo de enseñanza.....	17
4. Modelos pedagógicos de enseñanza del Taekwondo .....	18
4.1. Breve historia.....	18
4.2. Modelos actuales .....	19
Método .....	20
Hipótesis .....	20

Técnicas de recolección de datos.....	20
Tipo de método .....	21
Tipo y diseño del estudio .....	22
Participantes o fuentes de datos .....	22
Recolección de datos .....	23
Preguntas encuesta.....	23
Resultados y análisis .....	26
Conclusiones .....	34
Referencias.....	39
Anexos .....	45
Anexo A. Cuadro de participación en ediciones de Juegos Olímpicos .....	45
Anexo B. Dojo tradicional Japonés .....	45
Anexo C. Demostración en 1955 de eficacia para la milicia .....	46

## Tabla de figuras

<b>Figura 1.</b> <i>Pregunta 1</i> .....	26
<b>Figura 2.</b> <i>Pregunta 2</i> .....	27
<b>Figura 3.</b> <i>Pregunta 3</i> .....	27
<b>Figura 4.</b> <i>Pregunta 4</i> .....	28
<b>Figura 5.</b> <i>Pregunta 5</i> .....	29
<b>Figura 6.</b> <i>Pregunta 6</i> .....	29
<b>Figura 7.</b> <i>Pregunta 7</i> .....	30
<b>Figura 8.</b> <i>Pregunta 8</i> .....	31
<b>Figura 9.</b> <i>Pregunta 9</i> .....	32
<b>Figura 10.</b> <i>Pregunta 10</i> .....	33
<b>Figura 11.</b> <i>Cuadro de participación en ediciones de juegos olímpicos</i> .....	45
<b>Figura 12.</b> <i>Dojo tradicional japonés</i> .....	45
<b>Figura 13.</b> <i>Demostración de eficacia del Taekwondo para la milicia</i> .....	46

## **Resumen**

El Taekwondo es un arte marcial y está enmarcado por cinco principios que determinan su accionar: cortesía, perseverancia, integridad, autocontrol y espíritu indomable. Su práctica es realizada por más de 80 millones de personas en el mundo en más de 190 países.

El Taekwondo fue presentado como deporte de demostración en las olimpiadas de Seúl en 1988 y Barcelona 1992, entra formalmente en el programa Olímpico en Sidney 2000 y en este período se acrecienta la controversia del enfoque a dar al Taekwondo: como arte marcial con una orientación dogmática y moral, o como deporte y la participación de profesionales de disciplinas especializadas en ciencias de la educación física.

Es imperante comprender la historia, tradición, ética y orientación filosófica pero también de manera global el contexto social mundial que rodea al deporte y la posibilidad de practicarlo bajo un modelo consensuado que medie en entre lo marcial y lo deportivo.

## **Palabras claves**

Arte Marcial – Deporte – Taekwondo – Formación instructores – Estrategias pedagógicas.

**Abstract**

Taekwondo is a Marcial Art and it is marked by principles that determine its path: courtesy, integrity, perseverance, self-control and indomitable spirit. Its practice is carried out by more than 80 million people in the world in more than 190 countries.

Taekwondo was presented as a demonstration sport in the Seoul Olympics in 1988 and Barcelona 1992, formally entered the Olympic program in Sydney 2000 and in this period the controversy of the approach to take to Taekwondo increased: as a martial art with a dogmatic orientation and moral, or as a sport and the participation of professionals from disciplines specialized in physical education sciences.

It is imperative to understand the history, tradition, ethics and philosophical orientation but also the world social context that surrounds sport and the possibility of practicing it under a consensual model that mediates between martial and sports.

**Key Words:**

Martial art - Sport - Taekwondo - Instructor training - Strategies

## **Planteamiento del problema**

La práctica del Taekwondo ha sufrido múltiples transformaciones en las cuales se ha venido perdiendo sus principios y valores básicos arraigados desde sus inicios, deteriorando la mística, aspectos constructivos del individuo correcto, su interacción social, la trascendencia sobre lo físico y el curso que conlleva siempre a un mayor entendimiento, al ser humano integral.

Debido a que el Taekwondo se incluyó formalmente en los juegos Olímpicos de Sidney 2000 (Taekwondo) se creó una gran controversia con respecto a la forma de desarrollar esta disciplina, ya que una gran facción de practicantes desde ese momento se limitó únicamente a su ejecución con objetivos puntuales de índole deportivo, haciendo caso omiso a todos los principios y valores esenciales establecidos generaciones atrás en el arte marcial. Por otra parte, existen los defensores radicales de la tradición, que adoptaron la postura e ideología que el Taekwondo se debe practicar en su expresión marcial pura y que lo más importante es que se transmita de generación en generación, de maestro/profesor a alumno, sin ninguna variación, obviando todos cambios, adaptaciones, popularización y nuevas formas de enseñanza que han nacido desde su conversión al deporte.

Por lo antes expuesto, es importante generar espacios diversos que permitan establecer las contradicciones, conceptos diametralmente opuestos, estrategias cerradas e impermeables a nuevas metodologías de enseñanza y transmisión de conocimientos, de acuerdo a la realidad social, cultural e innovación tecnológica, pero siempre teniendo en cuenta la conciencia, principios, valores humanistas que permitan la masificación de su práctica y el reconocimiento efectivo por parte de la sociedad y sus beneficios integrales.

## **Justificación**

La presente investigación se enfocó en el fomento de la práctica masiva del Taekwondo, estableciendo una estrategia consciente y asistida de enseñanza de acuerdo a una orientación marcial, deportiva, mixta o recreativa, ya que se necesita crear consciencia de la importancia de su práctica, independientemente del estilo o línea base de enseñanza, sin paradigmas o pensamientos congelados que muchas veces dividen y ponen en riesgo su desarrollo.

La investigación permitió mostrar los cambios que han surgido en el Taekwondo desde las diferentes ópticas y que se han desarrollado adaptándose de acuerdo a las circunstancias del entorno, además de ofrecer una mirada integral que permite la orientación a quién lo practica, la conservación y desarrollo de activos propios como la salud mental, física, energética y emocional, que en conjunto mejoran la autoestima y aumentan la confianza.

**Pregunta: Formulación del problema**

¿Se puede practicar Taekwondo sin la rigurosidad estricta exigida por un arte marcial?

**Objetivo general**

Diseñar una estrategia marco que permita la práctica masiva del Taekwondo en los diversos espacios comunitarios donde éste se pueda promocionar y desarrollar, haciendo uso de plantillas o patrones predeterminados que orienten una selección lo más acertada de un posible perfil actualizado de instructor con base en sus competencias profesionales y de la línea de aprendizaje que se desee optar, coherente a las necesidades y expectativas de los interesados.

**Objetivos específicos**

- Verificar la existencia de un sistema de registro y control de profesores, maestros, instructores y demás tipos o personas que imparten Taekwondo adscritos a alguna de las organizaciones oficiales.
- Establecer si la información del sistema de registro y control, en caso de existir, cuenta con las características requeridas que almacenen datos clave de capacitación y grados, que son elementos fundamentales para el seguimiento de competencias que habilitan o no la impartición de clase.
- Diseñar la estrategia que permita la selección asistida del tipo de práctica u orientación marcial y/o deportiva que el interesado esté buscando de acuerdo a sus necesidades e intereses.
- Evaluar la percepción de los instructores, profesores, maestros y de personas interesadas que utilizan la estrategia planteada.

## **Marco teórico y estado del arte**

Para iniciar la investigación se realizó una búsqueda documental que permitió dar una mirada de lo existente en el tema. Se encontraron libros, tesis, artículos periodísticos y material audiovisual. También está el aporte propio basado en los años de práctica directa y experiencia en todos los aspectos que rodean al Taekwondo, ser dirigente deportivo oficial ante la Liga de Taekwondo de Bogotá y la Federación Colombiana de Taekwondo da la posibilidad de proveer información de primera mano.

Combinando la búsqueda de documentos relacionados con el Taekwondo indiferentemente si se vinculaban directamente o no a esta investigación que está enfocada en el establecimiento de una estrategia marco de alcance y desarrollo masivo, con el aporte directo, vivencias o testimonios propios, se convierte en la fuente primaria o insumo de este trabajo.

Por otra parte, se encontró una tesis titulada: “Nivel de autoestima y éxito deportivo en jóvenes que practican Taekwondo” (Hurtado, Shaaron, 2014) que resalta la relación de la autoestima con los resultados obtenidos en competencia, y mediante investigación psicológica clínica propone una estrategia psicológica a deportistas para mejorar sus resultados.

También se expone (Deshimaru, Taisen 2013) que el Zen y las artes marciales son una sola unidad, el proceso combina ambos aspectos que llevan al dominio de sí mismo, el arte de dirigir correctamente el espíritu y lo corpóreo.

Si bien es cierto existen infinidad de recursos periodísticos, foros, blogs, páginas de internet especializadas y redes sociales, amerita mencionar en este apartado por la importancia del momento actual de la humanidad debido a la pandemia del COVID-19, el discurso que dirigió el campeón olímpico alemán de esgrima Thomas Bach el cual está registrado en el sitio especializado en Taekwondo llamado mastkd.com y titulado “El deporte contribuye a la

recuperación de la salud, la sociedad y la economía”, el cual tiene como principal objetivo hacer conciencia y promover una vida saludable, a través de la transformación de los centros urbanos en ciudades activas, que tengan un impacto positivo en la calidad de vida de sus habitantes.

Para entender el contexto histórico y actual del Taekwondo es importante conocer sus inicios hasta nuestros días, tumbando mitos y creencias transmitidas desde hace muchos años y que de una u otra forma afecta la forma de asumir un posible aprendizaje de este arte marcial. (López, Yuri, 2020).

### **Marco teórico**

Para el establecimiento de la estrategia de cómo debería ser la práctica actual del Taekwondo mediando en la polarización entre los “puristas”, compuestos por los profesores y maestros que enseñan con base en la tradición oral como único instrumento de transmisión, y los actuales profesionales del deporte, los cuales se enfocan en el desempeño competitivo obviando el aspecto marcial intrínseco de las artes marciales, se deben comprender los siguientes aspectos y conceptos que envuelven este tema estudiado.

#### 1. Conceptos básicos para el desarrollo de la investigación

**Artes Marciales:** Son todas aquellas prácticas y costumbres reglamentadas cuyo propósito fundamental es dominar y protegerse de un oponente a través del empleo de técnicas específicas (infolibros, 2020)

**Autocontrol:** Capacidad de control o dominio sobre uno mismo; evaluación o valoración de los propios conocimientos, aptitudes, etc. (Oxford Languages, 2020)

**Competencia:** Es la forma como una persona utiliza todos sus recursos personales, ya sean habilidades, conocimientos o experiencias, para resolver de forma adecuada una tarea en un contexto definido; la competencia se manifiesta y se adquiere de forma diferente según el contexto y los aprendizajes (León, 2020)

**Cortesía:** Demostración, acto o cosa con que se manifiesta amabilidad y buena educación (Oxford Languages, 2020)

**Deporte:** El término deporte es una actividad física, básicamente de carácter competitivo y que mejora la condición física del individuo que lo practica, de igual forma cuenta con una serie de propiedades que lo hacen diferenciarse del juego (VILLENNA, 2019)

**Disciplina:** Conjunto de reglas de comportamiento para mantener el orden y la subordinación entre los miembros de un cuerpo o una colectividad en una profesión o en una determinada colectividad (Oxford Languages, 2020)

**Espíritu:** Entidad abstracta tradicionalmente considerada la parte inmaterial que, junto con el cuerpo o parte material, constituye el ser humano; se le atribuye la capacidad de sentir y pensar (Oxford Languages, 2020)

**Estilo:** Conjunto de rasgos peculiares que caracterizan una cosa, una persona, un grupo o un modo de actuación (Oxford Languages, 2020)

**Filosofía del Taekwondo:** Se basa en seis principios derivados de las filosofías chinas del confucianismo, el taoísmo, influenciadas en gran parte por el nacionalismo coreano. Estos son: cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol, espíritu indomable y amor por el silencio (Oxford Languages, 2020)

**Juegos Olímpicos:** Son un acontecimiento deportivo cuatrienal e internacional, que acoge múltiples disciplinas deportivas y que personas de todo el mundo celebran como el

festival mundial del deporte. Los Juegos Olímpicos tienen lugar en verano y en invierno y sus objetivos, en última instancia, son el desarrollo personal y la paz mundial a través del deporte (Comité Organizador de Tokio 2020 de los Juegos Olímpicos y Paralímpicos, 2020)

Instructor: Persona que tiene por oficio enseñar una técnica o actividad, en especial deportiva o militar (Oxford Languages, 2020)

Integridad: La integridad significa la totalidad de una persona, incluyendo su dimensión física, es decir, su cuerpo, y su dimensión moral, incluyendo su forma de ser y sus valores (Definición, 2020)

Karate: Sistema de combate sin armas de origen japonés, hoy practicado principalmente como deporte, en el que dos combatientes luchan con el objetivo de derribar al contrario mediante golpes secos dados con el canto de las manos, los codos y los pies (Oxford Languages, 2020)

Maestro: Persona que enseña o forma, especialmente aquella de la que se reciben enseñanzas muy valiosas (Oxford Languages, 2020)

Perseverancia: Firmeza y constancia en la manera de ser o de obrar (Oxford Languages, 2020)

Quanfa: es el arte marcial del legendario Templo Shaolín que se difundió en el mundo como parte de la Cultura Shaolín (SHAOLIN Quan Fa Guan, 2014)

Reglamento: Conjunto de reglas o normas referentes a ciertas actividades (Merino, 2016)

Subak: Es un Arte Marcial coreano milenario, ancestro del Taekwondo actual (EcuRed, 2020)

Taekkyon: Es un arte marcial clásico coreano. Esta disciplina incluye numerosas técnicas de pies, así como movimientos fluidos de los brazos y golpes de manos abiertas (Unesco, 2017)

Taekwondo: El Taekwondo es un arte marcial moderno de los coreanos. Este deporte o arte utiliza diferentes técnicas de patada. La palabra Taekwondo se divide de la siguiente manera: Tae: acción de pie- Kwon: acción de mano- Do: arte o camino (Secretaría de Cultura, 2020).

## 2. Desarrollo del Taekwondo como deporte

### 2.1. Definición

Los contenidos de la preparación del Taekwondista, son los elementos que constituyen los aspectos fundamentales del entrenamiento del Taekwondo desde el punto de vista físico, técnico, táctico, psicológico e intelectual. Estos se planifican e imparten a través de los diferentes métodos y procedimientos de entrenamiento, en aras de alcanzar el resultado deportivo deseado (Armando Forteza de la Rosa, 2004).

La correcta aplicación el entrenamiento del Taekwondo está bajo la tutela de tres conceptos: la planificación, programación, prescripción y periodización:

Planificación: es la actividad orientada a estructurar un proceso en el que aparecerán notas específicas sobre aspectos globales como los objetivos, las técnicas, los métodos, procedimientos de control y las evaluaciones del proceso.

Programación: Es el marco en donde se trata de organizar, de manera concreta y detallada, todos los elementos y factores que se proponen en la planificación como: los objetivos, actividades, controles, etc., dándoles un orden, una distribución en el tiempo y una

secuenciación de acuerdo con unos criterios derivados de la teoría de entrenamiento (conocimiento procesos adaptativos).

Prescripción: Esta tarea implica definir y concretar el resto de los componentes de la dosis y debe plasmarse en un programa de forma gráfica.

Periodización: Aquí se vuelcan todas las energías en secuenciar y temporalizar las actividades a realizar por los deportistas.

De acuerdo a lo anterior, el Taekwondo orientado al deporte está en busca de resultados en competencia y se aplicarán métodos científicos y demás enfoques multidisciplinarios actuales en busca del desempeño físico del atleta y que de una y otra manera es un modelo que logra alcanzar la atención de muchas personas en el mundo, es decir, una forma efectiva de fomento (José Manuel Salvador Cañadas, 2016).

## 2.2. Inicios del Taekwondo como deporte

El éxito a nivel mundial del Taekwondo es innegable. La federación mundial de Taekwondo (World Taekwondo) es uno de los organismos con más países afiliados y sólo superado como deporte por el fútbol y el atletismo (Anexo A).

Desde su debut en Seúl 1988 ha participado en siete ediciones de los juegos olímpicos la orientación del Taekwondo como deporte nace de la imperiosa necesidad de diferenciación y unificación de este marcial coreano al karate japonés en concordancia al aspecto político post segunda guerra mundial.

La World Taekwondo fundada en 1973 promueve el aspecto deportivo del Taekwondo y su desempeño fue tan bueno que logró integrar el movimiento olímpico para ser aceptado como deporte de exhibición en Seúl 1988 y Barcelona 1992.

De manera paradójica este enfoque deportivo tan efectivo y masificado hoy en día es el origen de la pérdida de su esencia como arte marcial.

### 3. Taekwondo como arte marcial

#### 3.1. Definición

El Sabonim (profesor/maestro) Yuri Lópezgallo (2020) en su libro Tae Kwon Do - Origen, bases y fundamentos, referencia a un Gran Maestro (título que se da por el tiempo de práctica, difusión y aporte al Taekwondo) llamado Hwang Kee (1914-2002) que fue uno de los fundadores originales este arte marcial en Corea el cual se expresaba así:

*El arte marcial se trata de la vida y la muerte, es imposible tener una contienda con fines deportivos; además, la competencia hará que decaiga el espíritu marcial y hará que el sistema de graduación Kup/Dan (grados representados por la cintas o cinturones) sea innecesario.*

Las artes marciales surgen como sistemas de combate cuerpo a cuerpo por la necesidad de los pueblos de defensa de sus territorios o como preparación para campañas de expansionismos, en conclusión, es un aspecto relacionado con la supervivencia humana, es la vida misma (Anexo B).

#### 3.2. Modelo de enseñanza

La práctica se realiza entre maestro y alumno, basándose en la herencia marcial, hijos marciales, tradición oral como instrumento para su transmisión.

Tradicionalmente las artes marciales se practicaban en grupos secretos, básicamente estaban restringidas para el grueso del pueblo y orientadas más a los militares, monjes y grupos sociales de la alta alcurnia (Anexo C).

#### 4. Modelos pedagógicos de enseñanza del Taekwondo

##### 4.1. Breve historia

Taekwondo v1.0 (1960-1990): modelo educativo tradicional adquirido por cuestiones culturales heredadas de Oriente y del ámbito marcial hacia la población en general, en donde el Maestro de Taekwondo era la única fuente del saber e incuestionable, protagonista total de la clase y debía ser la única copia de cada gesto a imitar.

Taekwondo v2.0 (1990-2020): Después de la participación en Juegos Olímpicos tuvo como principales protagonistas especialistas en diferentes ciencias y disciplinas que influenciaron en las clases convencionales y en los entrenamientos de los deportistas. El principal aspecto diferenciador es el establecimiento de comunicación bidireccional entre profesor-estudiante escuchando qué piensa y siente el estudiante/deportista.

Taekwondo v3.0 (2020): Educación a distancia en el marco de la pandemia mundial donde se evidenció que muchos instructores y entrenadores se vieron en la disyuntiva de continuar dando clases virtuales utilizando las herramientas tecnológicas y digitales actuales o esperar a que rápidamente apareciera la vacuna. Se presentó una reestructuración de la didáctica, lazos emocionales y personales entre los estudiantes y los profesores/entrenadores.

Taekwondo v4.0 (2020+): Combinación de enseñanza presencial y virtual post pandemia, con diferentes y cambiantes escenarios, la posibilidad que los alumnos puedan compartir un mismo espacio dependiendo de las medidas sanitarias dispuestas.

#### 4.2. Modelos actuales

En la actualidad enfrentamos la educación bajo una variada gama de entornos de innovación que adaptada proporciona oportunidades de todo tipo a los estudiantes con enfoques emergentes y haciendo parte de una nueva ola de oportunidades mediadas por herramientas digitales.

Según la UNESCO:

*Más de 60 millones de docentes alrededor del mundo dejaron las aulas de las escuelas y universidades para migrar a sus casas y de ahí planificar sus clases desde las otras aulas, las virtuales (UNESCO, 2020).*

De acuerdo con lo anterior, nos debemos adaptar a este tipo de tendencias y sus desafíos, igualmente entender y asimilar que estos nuevos modelos educativos generan nuevas estrategias para aumentar la retención de los estudiantes, el compromiso y dominio del conocimiento, todo esto bajo un bajo control efectivo, formal y actualizado de las competencias de los profesores/maestros y entrenadores que habilite el fomento masivo de la práctica del Taekwondo.

## **Método**

### **Hipótesis**

El fomento de la práctica masiva del Taekwondo bajo un marco que establezca un control eficaz sobre las competencias profesionales de los instructores y la habilitación de selección de una línea pedagógica acorde a las necesidades e intereses particulares de los interesados permitirá desarrollar diferentes cualidades físicas y sociales benéficas a la sociedad.

Con la utilización de un sistema digital que esté al alcance por medio de varias alternativas de acceso, se habilitará la selección personalizada de la forma deseada de aprendizaje de acuerdo a las necesidades particulares.

El registro y control de capacitaciones, cursos, seminarios de actualización, grados y demás información relevante de los instructores de Taekwondo fomentará el interés de formación profesional para ser más competitivo en la demanda de estos docentes.

La falta de información relacionada con las opciones o líneas de aprendizaje del Taekwondo causa el deterioro en la relación arte marcial y deporte.

Al poseer datos registrados de las competencias profesionales de instructores de Taekwondo se abre a posibilidad de suministrar información de docentes calificados para potenciar su desarrollo y práctica sobre todo en casos que se requieran mayor atención como la rehabilitación social y trastornos neurológicos.

### **Técnicas de recolección de datos**

Las técnicas de recolección de datos que utilizaremos en el proyecto son las siguientes:

Muestreo no probabilístico u opinático, el cual consiste en que un investigador selecciona la muestra que supone sea la más representativa, utilizando un criterio subjetivo, y en función de la investigación que se vaya a realizar. Con el muestreo opinático, la realización del trabajo de campo puede simplificarse enormemente, pues se puede concentrar bastante la muestra (Maralboran.org, 2016).

Encuesta vía web (Google drive) con el fin de recolectar la mayor cantidad de datos para la investigación, el formulario será creado por el experto en el tema que incluirá preguntas clave que ayudaran a dar respuesta al problema. Para la tabulación de los datos se crearán una serie de tablas con líneas de tendencia, porcentajes de respuesta, polígonos de frecuencias, diagrama de barras entre otras ayudas visuales que nos ayudarán a determinar las hipótesis y posibles respuestas al problema planteado.

### **Tipo de estudio/método**

Estudio explicativo, el cual van más allá de la mera descripción de conceptos o fenómenos, ayuda a establecer las relaciones entre ellos, las cuales están dirigidas a responder las causas de los eventos físicos y/o sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se da este, o por qué dos o más variables están relacionadas. Por ejemplo, dar a conocer las intenciones del electorado es una actividad descriptiva (indicar de acuerdo una encuesta de opinión efectuada antes de que se lleve a cabo la elección, cuántas personas van a votar por los candidatos contendientes, constituye un estudio descriptivo), y relacionar dichas intenciones con conceptos como edad y sexo de los votantes, magnitud del esfuerzo propagandístico y los resultados de la elección anterior, es un estudio correlacional (Ciudad Universitaria Santa Anita, 2020).

### **Tipo y diseño del estudio**

Para el desarrollo del trabajo de investigación realizado, se usó el tipo de investigación cuantitativa; debido a que lo que se requiere es el fomento de la práctica del Taekwondo, fue útil para la investigación una encuesta realizada a un grupo específico de personas expertas en el tema, y de esta forma analizar las diferentes posturas frente a la práctica marcial y la deportiva, en pro del fomento del Taekwondo, así como también revisar el punto de vista a la hora de impartir los conocimientos, su formación mediante maestros, profesores y entrenadores.

### **Participantes o fuentes de datos**

Se hizo necesario consultar a expertos en el tema de la formación del Taekwondo, con el ánimo de tener de primera mano conceptos y opiniones que aporten a la investigación realizada.

10 presidente de clubes de Taekwondo adscritos la Liga de Taekwondo de Bogotá pero que por petición de ellos prefieren el anonimato debido a pandemia y que algunos tuvieron que cerrar por tener que pagar arriendo y no poder costear al no poder impartir clases, entonces se crea mayor incertidumbre y mala reputación al no poder superar este momento.

35 colaboradores de los clubes que estén involucrados directamente con la parte administrativa (comités ejecutivos).

Algunos de ellos son profesionales, algunos no. Algunos son profesionales del área de la educación física y otros no, algunos llevan tiempo considerable en Taekwondo y otros no tanto. Algunos se adaptaron a la pandemia y usaron herramientas digitales para

hacer subsistir el club por medio de clases virtuales y otros no pudieron con la tecnología o falta de recursos. El Taekwondo pre-pandemia nunca fue considerada su práctica en virtualidad/distancia, siempre presencial por su orientación de enseñanza directa y correctiva al tratarse en su gran mayoría de desarrollo de destrezas físicas, técnicas, tácticas y estratégicas.

Diez clubes es una muestra representativa de acuerdo a la cantidad adscrita a la liga de Bogotá (<https://ligaTaekwondobogota.org/clubes-afiliados/>) y con la cual podíamos contactar de acuerdo a nuestros recursos de tiempo y contacto directo.

### **Recolección de datos**

Se usó una encuesta por medio de “Formularios de Google” y el tiempo promedio de diligenciamiento fue de 12 minutos en 1 día.

El proceso se realizó de la siguiente forma:

1. Se contactó a las personas a las que se le hicieron la encuestada, por medio electrónico
2. Se les dio a conocer la finalidad de la encuesta
3. Se les explicó cuantas preguntas debía responder y el tiempo estimado
4. Se entregó el enlace donde realizó la encuesta
5. Se recibió información, para el respectivo análisis

### **Preguntas encuesta**

El diseño de la encuesta estuvo orientado a un público específico, participantes especializados en la mayoría de los aspectos de Taekwondo, ya que tienen la experiencia de haber sido practicantes desde principiantes hasta llegar a ser cinturones negros de

diferente grado. Los años continuos de práctica, su participación en comités ejecutivos de clubes de Taekwondo ubicados en la ciudad de Bogotá que cuentan con reconocimiento deportivo del Instituto distrital de recreación y deporte (IDRD) y que poseen el recurso informático para desarrollar la encuesta, nos suministraron de manera oportuna y eficaz, la información que necesitábamos en nuestra investigación.

La encuesta practicada estuvo compuesta por las siguientes preguntas:

1. ¿Cree que existe diferencia entre un Maestro o profesor y un entrenador?  
Si – No y breve explicación
2. ¿Cree que un Maestro o profesor y un entrenador deba contar con una preparación pedagógica diferente?  
Si – No y breve explicación
3. ¿Cree en la mediación y conciliación de las posturas radicales entre la práctica marcial y deportiva en pro del fomento del Taekwondo de acuerdo a las necesidades y expectativas de interesados?  
Si – No
4. ¿Cree en las necesidades de formación y actualización continua destinadas a Maestros, profesores y entrenadores, de metodologías y herramientas necesarias para impartir sesiones de entrenamiento acordes a las complejidades de una clase convencional y el contexto donde se imparta?  
Si – No
5. ¿Conoce algún mecanismo, sistema informático o documental donde se registre y se mantenga actualizada la información básica de Maestros, profesores y entrenadores

pertenecientes a la Federación Colombiana de Taekwondo, sus grados o cinturón, preparación profesional y pedagógica?

Si – No

6. ¿Cree pertinente la existencia de un sistema de registro y control como el mencionado en la pregunta anterior?

Si – No

7. Si en la pregunta número 4 sus respuesta fue ‘Si’ ¿Sabe si ese sistema cuenta con la información necesaria para que sea una herramienta funcional y oportuna, que su uso sirva para generar alternativas al fomento de la práctica masiva del Taekwondo?

Si – No

8. ¿Cree que mantenerse constantemente actualizado en formas de enseñanza y métodos de entrenamiento de Taekwondo le aporte a nivel profesional y competitivo laboralmente?

Si – No

9. De acuerdo a la crisis actual en la esfera de la educación debido a la pandemia del coronavirus ¿Cree que se puede aceptar un reto pedagógico y social para enseñar y entrenar Taekwondo bajo condiciones remotas o a distancia?

Si – No

10. ¿Cree que las personas interesadas en entrenar Taekwondo tengan al alcance un mínimo de garantías comprobables con respecto a la calidad profesional del Maestro, profesor o entrenador que seleccione?

Si – No

## Resultados y análisis

Luego de aplicar los instrumentos de recolección de datos, se procedió al tratamiento de resultados para su análisis, por cuanto la información que arroje conformará las conclusiones a las cuales llega esta investigación.

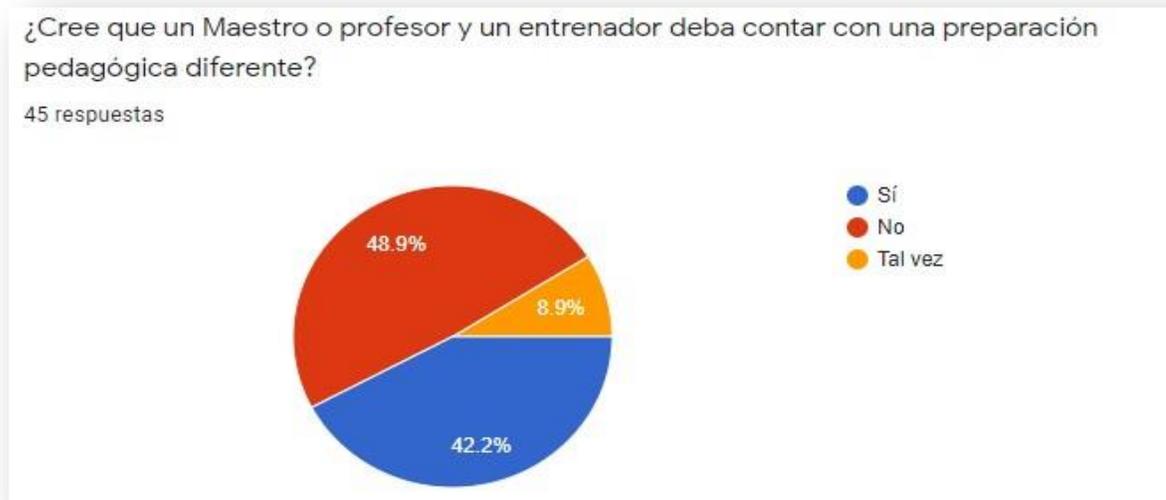
Figura 1



*Pregunta 1*

El 68,9 % de los encuestados cree que existe diferencia entre un maestro, profesor o un entrenador, es importante notar que el 31,1% no piensa que exista diferencia entre estos roles, la falta de conocimiento es una oportunidad para definir los perfiles y las competencias que debe tener para estos cargos.

Figura 2



### Pregunta 2

La definición de roles y grado de preparación está dividida, el 48,9 de personas no creen que los profesionales deben contar con una preparación diferente, es difícil notar la diferencia entre los 3 profesionales.

Figura 3



### Pregunta 3

El 91.1% indican que la conciliación entre las diferentes posturas ayuda a fomentar el Taekwondo como una práctica deportiva masiva y viable para todas las personas, además de la armonía de las diferentes metodologías mejorara las expectativas de los interesados.

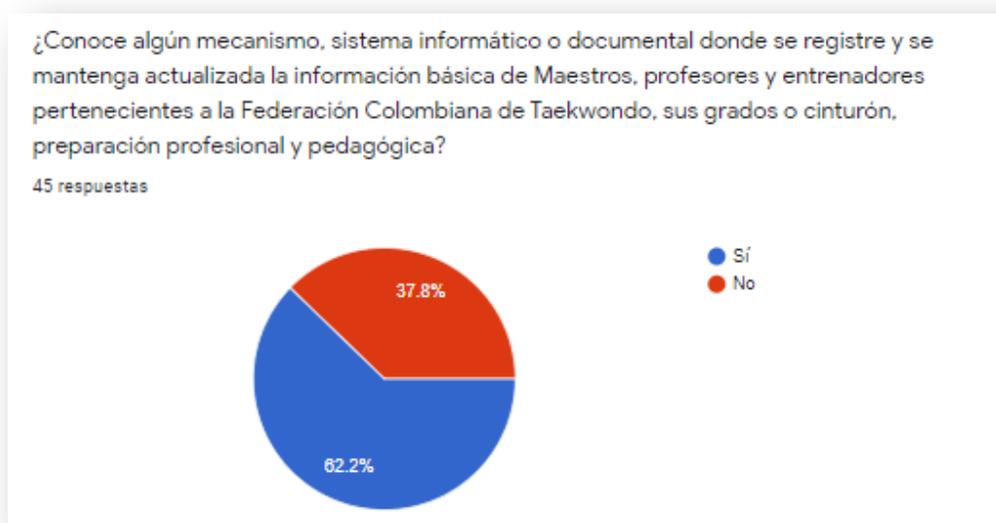
Figura 4



Pregunta 4

El 82.2 % piensa que la actualización de los métodos, herramientas y conceptos es muy importante en los diferentes escenarios de enseñanza como punto de mejora y cumplir con las necesidades de los interesados.

Figura 5

*Pregunta 5*

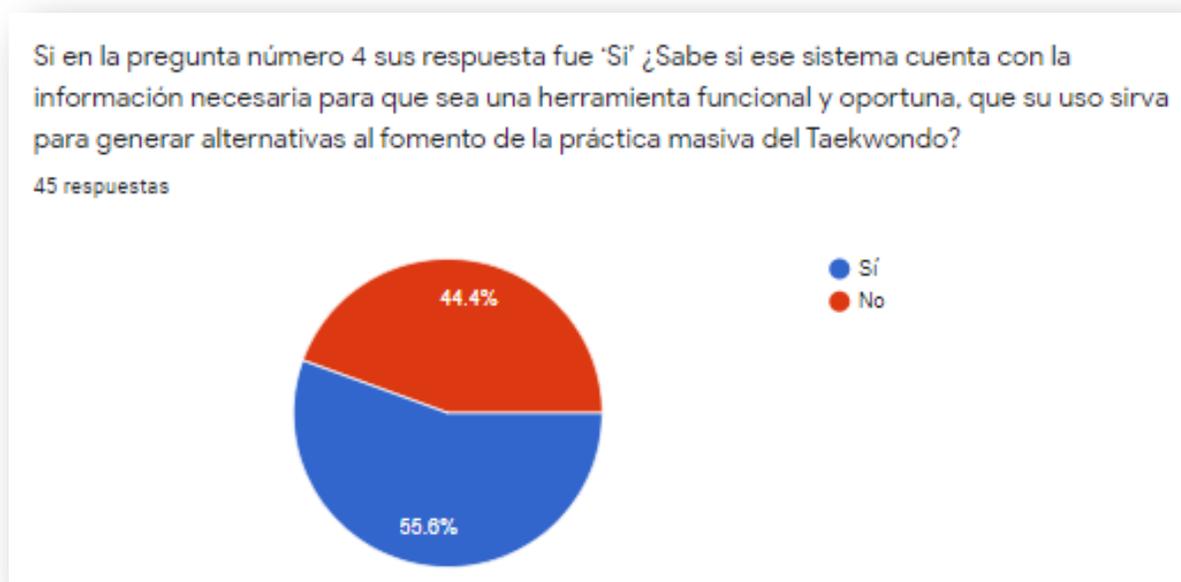
El Taekwondo es una disciplina que no ha sido explorada, ni reconocida socialmente de manera masiva en nuestro país, es así como es importante difundir de una manera estructurada todo los datos estadísticos que la disciplina aporta, como una manera de dar a conocer el Taekwondo.

Figura 6

*Pregunta 6*

Es necesaria la creación de un sistema de registro y control para evitar que cualquier persona imparta Taekwondo, si bien 28,9 de los interesados indica que no, la falta de profesionales acreditados y un sistema que regule la practica fomenta la disminución en la calidad en su enseñanza.

Figura 7



*Pregunta 7*

La falta de información clara y veraz demuestra que no se tiene claridad de sitios para encontrar la información, el 44.4 % indican que no se cuentan con sistemas actualizados para fomentar la práctica masiva del Taekwondo.

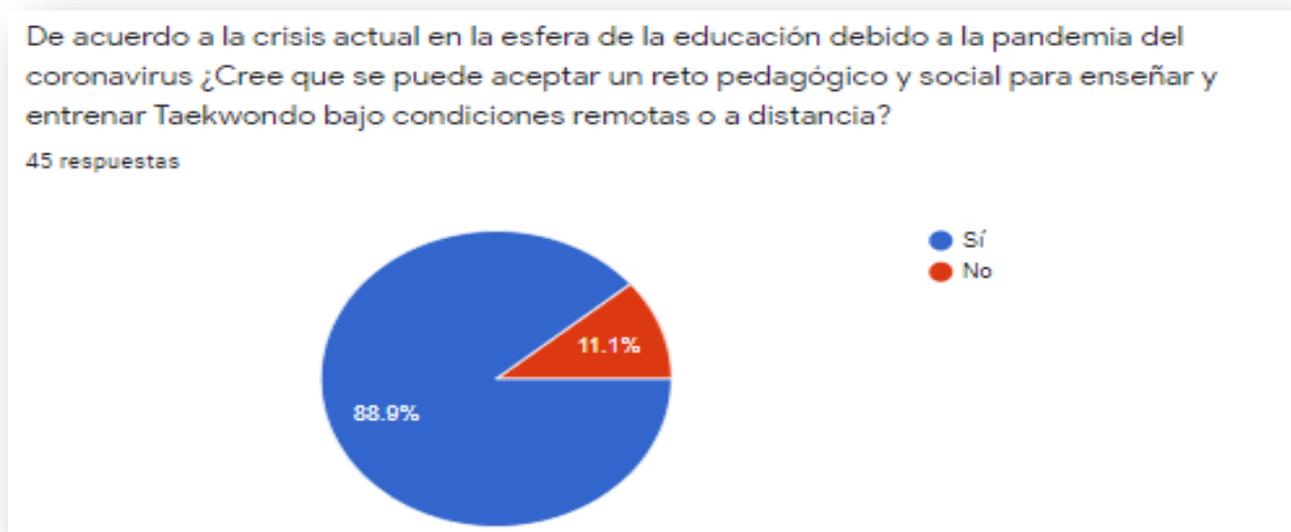
Figura 8



### *Pregunta 8*

La enseñanza siempre debe ser un proceso continuo de aprendizaje tanto para los alumnos como para los maestros, por esto siempre es importante estar innovando no solo en la manera de impartir conocimientos, sino encontrar una reciprocidad con los aportes de los alumnos y la disciplina, teniendo un mejor auge a la manera de competir con los pares del Taekwondo.

Figura 9



### *Pregunta 9*

La pandemia ha llevado a reinventarse e innovar nuevas maneras de enseñanza, no solo basándose en aprendizajes tradicionales basados en la herencia de los aspectos prácticos del arte o académicos sino también en retos sociales digitales, que permitan brindar espacios virtuales a la sociedad, nuevos conocimientos y retos en disciplinas tales como el Taekwondo.

Figura 10



*Pregunta 10*

Estamos en un mundo que se ha sumergido en la tecnología, por supuesto que no todas las personas cuentan con acceso a los últimos avances tecnológicos, pero si se puede pensar que se ha repensado el uso de los dispositivos electrónicos, como una nueva forma de comunicarse y de aprendizaje. En este proceso de cambios que se ha dado por las circunstancias actuales, se puede llegar a impartir una enseñanza en la que se transmitan e interactúen saberes de la disciplina en cuestión.

## Conclusiones

Para ser entrenador se debe contar con una preparación específica muy alta. Debe ser un experto en la educación física y el deporte, de las implicaciones técnicas y tácticas, de capacidades físicas y mentales, conocimientos teóricos específicos del Taekwondo, el reglamento, los efectos que pueden provocar en su organismo determinada carga de trabajo, etc. Al entrenador le importan los resultados, su trabajo es hacer ganar al atleta, es decir, el receptor de su conocimiento, el taekwondista, se transforma y adquiere un enfoque puntual, específico, basado en el rendimiento deportivo y casi siempre se deja relegado el aspecto marcial. Una vez el atleta comience el declive en la generación de resultados, el entrenador buscará a otro que lo sustituya para iniciar un nuevo proceso.

En contravía a lo anterior, se encuentra el maestro o profesor. Para él lo más importante son sus estudiantes y siempre buscara guiarlos para que sean mejores mujeres y hombres en todos los aspectos de la vida, sin importar la edad, grado o condición especial física o mental. El estudiante es la parte más importante del dojang, el maestro lo acompañará en el triunfo y también en la derrota, no lo dejará ni lo cambiará porque es su razón de ser.

Una condición adicional para ser entrenador de Taekwondo fuera de la profesión de educación física y deportes es que debería ser cinturón negro y formado en los cinco pilares de las artes marciales: Técnica, Filosofía, Historia, Tradición y Disciplina. Es así como no todos los maestros de Taekwondo pueden llegar ser entrenadores, pero todos los entrenadores deberían ser siempre maestros de Taekwondo.

Cuando un Maestro, profesor o entrenador de Taekwondo tiene la posibilidad de enseñar, debe establecer quiénes serán los destinatarios.

En el Taekwondo tradicional o con orientación predominante marcial, se reconocía muy poco al sujeto ya que todos se tipifican como iguales, se enseña lo mismo, pero menos cantidad, se enseña lo mismo, pero menos repeticiones, se enseña lo mismo, pero menos tiempo. Los saberes que se transmiten de generación en generación son con en base a la reproducción de cada acción, gesto, forma y su respectiva memorización.

En la actualidad, la forma de enseñar hace parte de un proceso de selección cultural, personas especialistas en distintas áreas del conocimiento aportan o deciden qué y cómo se enseña, y la variedad de contenidos que presenta esta actividad puede llegar a ser muy amplia; para pensar en la programación de la enseñanza y fomento se hace necesario aclarar los intereses y objetivos que persigue cada interesado, proveyéndole libertad y autonomía con base en el uso de un sistema consolidado de información que tenga un servicio de selección de docentes de acuerdo a sus perfiles profesionales y métodos pedagógicos, acreditados por los entes nacionales formales que hagan parte del Sistema Nacional del Deporte y la Kukkiwon.

La inversión en capital humano es un aspecto básico fundamental para tener en cuenta, sobre todo aquellas personas que aspiran a aumentar su rendimiento profesional individual. Existe la necesidad imperiosa de formar y actualizar entrenadores de un modo sistemático y continuo, por parte de profesionales académicos formados en distintas disciplinas y ciencias que les provean a esos pedagogos del deporte y del arte marcial, todos los saberes y herramientas

necesarias para hacer frente a la complejidad y didáctica de sus sesiones de entrenamiento o clases convencionales. Se reafirma la idea de que debe existir un espacio formativo permanente para todos aquellos que quieran ejercer esta enseñanza y así poder sustentar la labor diaria frente a los alumnos o deportistas, logrando cumplir con los objetivos en cada ámbito y contexto, la formación integral de un buen sujeto-ciudadano para la vida. También los antecedentes muestran que la inversión en educación, especialmente la superior, genera un buen porcentaje de retorno económico, incluso en regiones extremas y distantes, donde el uso de la tecnología es la aliada, por tanto, garantizar una educación con calidad resulta esencial si se aspira a instancias de progreso personal y de economía, en conjunto.

Las tecnologías de la información y comunicaciones ofrecen rápida expansión global de la actividad económica. El conocimiento es el germen de la ventaja competitiva en la sociedad actual y por consiguiente es el factor esencial de progreso, innovación y diferencial económico de las naciones.

La emergencia sanitaria por cuenta de la pandemia del COVID-19 ha dado lugar al cierre masivo de las actividades presenciales de instituciones educativas y comerciales alrededor del mundo, y acá en Colombia específicamente en Bogotá, más de quince clubes de Taekwondo han cerrado sus puertas de manera definitiva debido a la imposibilidad de sufragar el arriendo del sitio donde funcionaba su dojang. Tener las puertas cerradas, la imposibilidad de impartir clases de un arte marcial y deporte que desde siempre ha sido concebido como un modelo de enseñanza presencial, hace que pagar un arriendo y otros gastos asociados sea insostenible y se convirtió en

la mayor pesadilla de cualquier dirigente del Taekwondo, más aún cuando muy posiblemente su sustento dependía de esas clases.

Algunos clubes y academias todavía intentan sobrevivir, tuvieron que reinventarse y adaptarse rápidamente a la tecnología para poder continuar, pero aun así, en muchos casos la mitad de sus alumnos o más no quisieron continuar.

Pero no todo es malo, esta pandemia también le mostró al Taekwondo la posibilidad de abrir una sede en cada hogar de los estudiantes. Los padres de familia ayudaron a sus hijos en los entrenamientos, otros practicantes desempolvaron sus doboks para retomar la práctica, se dictaron seminarios gratuitos, se presentaron exámenes de ascenso, grandes expositores alejados geográficamente por continentes se pudieron reunir a entrenar y compartieron conocimientos en una misma aula virtual, practicantes de todo el mundo continuaron aprendiendo, avanzando y compitiendo. El Taekwondo como arte marcial y deporte de contacto tuvo que distanciarse, pero ha generado un sentimiento de unión y apoyo como nunca antes visto, se mostró de que todos tenemos algo que enseñar y mucho que aprender.

Los interesados en la práctica de Taekwondo deben estar en la capacidad de seleccionar un sistema de práctica y entrenamiento acorde a sus expectativas y basado en estándares de calidad, este sistema debe trabajar a la par con un mecanismo de acreditación por parte de entidades del Estado adscritas al Sistema Nacional del Deporte y el Cuartel Mundial del Taekwondo Kukkiwon.

El punto principal que se propone es que se implemente un sistema central de registro y control de información profesional de maestros, profesores y entrenadores de Taekwondo, que coadyuve a generar un orden institucional, de mejoramiento permanente en la enseñanza y fomento masivo de este arte marcial.

Esta propuesta posteriormente daría la posibilidad de una evaluación constante de clubes, gimnasios, colegios, parques públicos, ligas y demás organizaciones reguladas donde se imparta Taekwondo para garantizar que el capital humano sea el idóneo, se creen estándares de calidad, se cumplan y se logren niveles crecientes de competitividad.

## Referencias

Akilian, F. (2007). Taekwondo escolar: una herramienta pedagógica para la formación integral de las personas o la exclusión de la actividad por un mito de película.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?Codigo=2701455>

Akilian, F. (2020). Taekwondo 3.0 y 4.0.

<http://mastkd.com/2020/05/Taekwondo-3-0-y-4-0/>

Añorbe, P. (2017). Taekwondo: Origen y Evolución. (2017).

[https://www.google.com.co/url?Sa=t&source=web&rct=j&url=https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/7963/RUFINO%2520A%25D1ORBE\\_PEDRO%2520DE\\_JULIO\\_2017.pdf%3Bjsessionid%3D108AD5DCA39FFBE0E654BE02B7C9BA23%3Fsequence%3D1&ved=2ahukewin-asy2-frahuluvkhhz-mci4qfjafegqiaxab&usg=aovvaw3rwsvjnlsaakgyas52uuyn&cshid=1600054656618](https://www.google.com.co/url?Sa=t&source=web&rct=j&url=https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/7963/RUFINO%2520A%25D1ORBE_PEDRO%2520DE_JULIO_2017.pdf%3Bjsessionid%3D108AD5DCA39FFBE0E654BE02B7C9BA23%3Fsequence%3D1&ved=2ahukewin-asy2-frahuluvkhhz-mci4qfjafegqiaxab&usg=aovvaw3rwsvjnlsaakgyas52uuyn&cshid=1600054656618)

Artes marciales que se convirtieron en deportes. (2019).

<https://www.misenal.tv/noticias/para-chicos/artes-marciales-deportivas>

Abello, G. A. (2019). *Análisis de la Autoeficacia en Táctica Deportiva del Taekwondo*.

<https://g-se.com/analisis-de-la-autoeficacia-en-tactica-deportiva-del-taekwondo-2497-sa-95c6b0c32cf59c>

Aranda, C. (10 de 04 de 2021). *mastkd*.

<http://mastkd.com/2021/04/taekwondo-el-deporte-de-combate-con-menos-plazas-en-cali-2021/>

Arias, G. A. (2020). *Análisis Predictivo del Resultado en Combates de Taekwondo*.

<https://g-se.com/analisis-predictivo-del-resultado-en-combates-de-taekwondo-2804-sa-15f7b7daf8adaf>

Club de Taekwondo Élite. (2020).

<https://www.facebook.com/club.elitetkd/>

Comité Organizador de Tokio 2020 de los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. (2020).

*TOKYO2020.*

<https://tokyo2020.org/es/games/olympic-games-about/>

Definición. (2020). *Definición.*

<https://definicion.mx/integridad>

Deportes de combate: unidad didáctica en educación secundaria, desde una perspectiva contemporánea de enseñanza

<https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/43>

Deshimaru, T. (2013) *La práctica del Zen, segunda edición*, España, Labadia de Montserrat

Ecured. (2020). <Http://www.impactomarcial.com/Paginas/hwarangdo.html>.

<https://www.ecured.cu/Subak>

Evaluación. (parte i).

<https://g-se.com/preparacion-fisica-en-Taekwondo-area-de-combate-deportistas-amateurs-evaluacion-parte-i-bp-e57cfb26ddcefb>

Federación Colombiana de Taekwondo. (2020).

<http://tkdcolombia.com/>

Fernández, R. (2004). Las direcciones determinantes del entrenamiento en la práctica del Taekwondo (WTF).

<https://www.efdeportes.com/efd74/tkd.htm>

García, G. A. (2019). *Crecimiento Físico y Estado Nutricional en Taekwondistas.*

<https://g-se.com/crecimiento-fisico-y-estado-nutricional-en-taekwondistas-2725-sa-k5da5dc104b5f4>

Gómez, P.E. (2003). Tendencias actuales en el entrenamiento el Taekwondo. Revista Digital -

Buenos Aires - Año 9 - N° 61 - Junio de 2003

<http://www.efdeportes.com/>

Hernandez, C, Ramos, L, (2.020) El Taekwondo el mejor arte deporte del mundo.

<Https://mundoTaekwondo.com/el-Taekwondo-el-mejor-arte-deporte-del-mundo/>

Hernandez, C. (30 de 03 de 2021). *mundotaekwondo*. [https://mundotaekwondo.com/normas-de-](https://mundotaekwondo.com/normas-de-protocolo-y-etiqueta-en-taekwondo/)

[protocolo-y-etiqueta-en-taekwondo/](https://mundotaekwondo.com/normas-de-protocolo-y-etiqueta-en-taekwondo/)

Hernandez, C. (08 de 03 de 2021). *mundotaekwondo*. [https://mundotaekwondo.com/anuncian-](https://mundotaekwondo.com/anuncian-un-cambio-de-rumbo-definitivo-al-taekwondo-espanol/)

[un-cambio-de-rumbo-definitivo-al-taekwondo-espanol/](https://mundotaekwondo.com/anuncian-un-cambio-de-rumbo-definitivo-al-taekwondo-espanol/)

Historia y reflexiones sobre el arte marcial

<https://www.efdeportes.com/efd52/artem1.htm>

Historia del Taekwondo en Colombia. (2017).

<https://www.Taekwondoradio.com/item/819-historia-del-Taekwondo-en-colombia>

Hurtado, S, (2014) “Nivel de autoestima y éxito deportivo en jóvenes que practican Taekwondo”

(Estudio realizado con deportistas en área de competencias)

<Http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Hurtado-Shaaron.pdf>.

Infolibros. (2020). *Infolibros*.

<https://infolibros.org/que-son-las-artes-marciales/>

León, W. A. (2020, 02 12). *Magisterio.com*.

<https://www.magisterio.com.co/articulo/que-es-una-competencia>

León, J. C. (2018). TEC, programa de la Alcaldía que ayuda a la inclusión en el deporte. (2018).

<https://www.google.com/amp/s/conexioncapital.co/tec-ayuda-inclusion-deporte/amp/>

López, Y. (2020). Los Hwarang.

<https://www.facebook.com/108562367546722/posts/150470153355943/>

López, Y. (2020). El Tradicional Gi o Karategui.

<https://www.facebook.com/108562367546722/posts/150461213356837/>

Lópezgallo, Y. (2019). Tae Kwon Do, Origen, Bases y Fundamentos, México, logo.

Merino, J. P. (2016). *Definicion de*.

<https://definicion.de/reglamento/>

Michel, D. (2000). Taekwondo, España, Paidotribo.

Moening, U. (2015). Taekwondo from martial art to martial sport, NY, Routledge.

Mora, E. (2017). Resucitemos al Taekwondo.

<http://mastkd.com/2017/07/resucitemos-al-Taekwondo/>

Martínez, Javier, Una etnografía de las artes marciales. Proceso de cambio y adaptación cultural en el Taekwondo. Alicante Editorial Club Universitario, 2013.

Moenig, Udo, Taekwondo from martial art to martial sport. New York, Routledge, 2015.

Mondragón, Manuel (2019). Historia del Taekwondo. Conferencia dictada en el Octavo Congreso de la Asociación Mexicana MDK, Cuernavaca, Morelos, 2 de marzo de 2019.

Nitobe, Inazo, Bushido, el retrato clásico de la cultura marcial de los samuráis. Badalona, Paidotribo, 2002.

Orientaciones metodológicas para el entrenamiento deportivo del taekwondo: formación general de base

<https://www.efdeportes.com/efd158/entrenamiento-deportivo-del-taekwondo.htm>

Oxford Languages. (2020). *Oxford Languages and Google*.

<https://www.google.com/search?Biw=681&bih=647&ei=fpuxx46zg8up5noppjer4ai&q=>

[Maestro+significado&oq=Maestro+significado&gs\\_lcp=cgzwc3ktywiqaziccaayaggamgyiabaheb4ybggaeacqhjigcaaqbxaemgyiabaheb4ybggaeacqhjigcaaqbxaemgyiabaheb4ybggaeacqhjoecaaqrzoecaaqdtoica](https://www.google.com/search?q=Maestro+significado&gs_lcp=cgzwc3ktywiqaziccaayaggamgyiabaheb4ybggaeacqhjigcaaqbxaemgyiabaheb4ybggaeacqhjigcaaqbxaemgyiabaheb4ybggaeacqhjoecaaqrzoecaaqdtoica)

Salvador, J.S. (2016). Preparación física en Taekwondo área de combate. Deportistas amateurs.

Secretaría de Cultura, R. Y. (2020). *Instituto Distrital de Recreación y Deporte - IDRDR* .

<https://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/es/bogotanitos/recreacion/Taekwondo>

SHAOLIN Quan Fa Guan. (2014). *SHAOLIN Quan Fa Guan*.

<http://www.shaolinquanfaguan.com.ar/shaolin-kung-fu/>

Taekwondo y más.

<https://sites.google.com/site/Taekwondoymas/federacion-mundial-de-Taekwondo>

Taekwondo, secretaria de Cultura Recreación y Deporte

<https://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/es/bogotanitos/recreacion/Taekwondo#:~:text=El%20d%C3%ada%20de%20septiembre,utiliza%20diferentes%20t%C3%a9nicas%20de%20patada.>

Tendencias actuales en el entrenamiento del taekwondo

<https://www.efdeportes.com/efd61/taekw.htm>

Torresnavarrete, J. (2013). Tradición marcial, la oculta sabiduría de las artes marciales, México

Unesco, H. C. (2017, 02 27). *Wikipedia*.

[https://es.wikipedia.org/wiki/Taekkyon#:~:text=El%20taekkyon%20\(%ED%83%9D%EA%B2%AC\)%20es%20un,y%20golpes%20de%20manos%20abierta.&text=Sin%20embargo%20las%20patadas%20del,m%C3%a1s%20circulares%2C%20continuas%20y%20fluidas.](https://es.wikipedia.org/wiki/Taekkyon#:~:text=El%20taekkyon%20(%ED%83%9D%EA%B2%AC)%20es%20un,y%20golpes%20de%20manos%20abierta.&text=Sin%20embargo%20las%20patadas%20del,m%C3%a1s%20circulares%2C%20continuas%20y%20fluidas.)

VILLENA, G. J. (2019, 02 15). *UNELLEZ*.

<https://unellez.edu.ve/portalweb/public/departamentos/636/informacion/346>

Vint, Joseph, *Martial Arts in the Modern World*, Westport, Praeger, 2003. Extraído el 23 de marzo e 2019

World Taekwondo. (2020).

<http://www.worldTaekwondo.org/>

## Anexos

### Anexo A. Cuadro de participación en ediciones de Juegos Olímpicos

Figura 11

No.	Año	Sede	Instalación
I	2000	Sídney (🇦🇺 Australia)	State Sports Centre
II	2004	Atenas (🇬🇷 Grecia)	Pabellón Deportivo de Faliro
III	2008	Pekín (🇨🇳 China)	Gimnasio de la Universidad de Ciencia y Tecnología
IV	2012	Londres (🇬🇧 Reino Unido)	ExCeL Exhibition Centre
V	2016	Río de Janeiro (🇧🇷 Brasil)	Arena Carioca 3
VI	2020	Tokio (🇯🇵 Japón)	Makuhari Messe – Pabellón A

*Cuadro de participación en ediciones de juegos olímpicos*

### Anexo B. Dojo tradicional Japonés, uno de los sitios donde tuvo sus orígenes el Taekwondo actual

Figura 12



*Dojo tradicional japonés*

**Anexo C.** Demostración en 1955 de eficacia para la milicia

Figura 13



*Demostración de eficacia del Taekwondo para la milicia*

Por intermedio del presente documento en nuestra calidad de autores o titulares de los derechos de propiedad intelectual de la obra que adjuntamos, titulada : **Fomento de la práctica del Taekwondo mediante el establecimiento de estrategia consciente y asistida de enseñanza**, autorizamos a la Corporación universitaria Unitec para que utilice en todas sus formas, los derechos patrimoniales de reproducción, comunicación pública, transformación y distribución (alquiler, préstamo público e importación) que nos corresponden comocreadores o titulares de la obra objeto del presente documento.

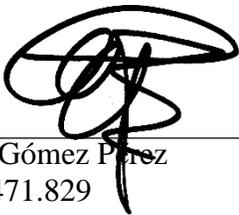
La presente autorización se da sin restricción de tiempo, ni territorio y de manera gratuita. Entendemos que podemos solicitar a la Corporación universitaria Unitec retirar nuestra obra en cualquier momento tanto de los repositorios como del catálogo si así lo decidimos.

La presente autorización se otorga de manera no exclusiva, y la misma no implica transferencia de nuestros derechos patrimoniales en favor de la Corporación universitaria Unitec, por lo que podremos utilizar y explotar la obra de la manera que mejor consideremos. La presente autorización no implica la cesión de los derechos morales y la Corporación universitaria Unitec los reconocerá y velará por el respeto a los mismos.

La presente autorización se hace extensiva no sólo a las facultades y derechos de uso sobre la obra en formato o soporte material, sino también para formato electrónico, y en general para cualquier formato conocido o por conocer. Manifestamos que la obra objeto de la presente autorización es original y la realizamos sin violar o usurpar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es de nuestra exclusiva autoría o tenemos la titularidad sobre la misma. En caso de presentarse cualquier reclamación o por acción por parte de un tercero en cuanto a los derechos de autor sobre la obra en cuestión asumiremos toda la responsabilidad, y saldremos en defensa de los derechos aquí autorizados para todos los efectos la Corporación universitaria Unitec actúa como un tercero de buena fe. La sesión otorgada se ajusta a lo que establece la ley 23 de 1982.

Para constancia de lo expresado anteriormente firmamos, como aparece a continuación.

Firma



Elkin G. Gómez Pérez  
C.C. 80.471.829



Roy Kin. Lázaro Ruz  
C.C. 1.102.799.961



Bleyk Andrés Umbarila Calderón  
C.C. 80.876.567