

UNIVERSIDAD METROPOLITANA DEL ECUADOR



FACULTAD DE SALUD Y CULTURA FÍSICA

CARRERA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

SEDE QUITO

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADO EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

TEMA

**GUÍA PEDAGÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DEL JIU JITSU BRASILEÑO
EN LA EDAD DE 4 A 7 AÑOS, EN LA ACADEMIA UIO-CICERO COSTHA**

AUTOR:

JONATHAN JAMES GARZON MOSQUERA

TUTOR:

MSC. RAMÓN ARTEAGA DELGADO

QUITO - 2025

CERTIFICACIÓN DEL ASESOR

Lic. Ramón Arteaga Delgado MSc, en calidad de Asesor del Trabajo de Investigación, certifico que el señor GARZON MOSQUERA JONATHAN JAMES, portador de la cédula de ciudadanía No. 1718723396, ha culminado el trabajo de investigación, con el tema “GUÍA PEDAGÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DEL JIU JITSU BRASILEÑO EN LA EDAD DE 4 A 7 AÑOS, EN LA ACADEMIA UIO-CICERO COSTHA”, quien ha cumplido con todos los requisitos legales exigidos, por lo que se aprueba el trabajo de investigación. Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso de la presente, así como también se autoriza la presentación para la evaluación por parte del jurado respectivo.

Atentamente



Lic. Ramón Arteaga Delgado MSC:

TUTOR

CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA DE TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Jonathan James Garzón Mosquera, estudiante de la Universidad Metropolitana del Ecuador “UMET”, de la carrera de Entrenamiento Deportivo, declaro en forma libre y voluntaria que el presente Trabajo de investigación que versa sobre: “Guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años, en la academia Uio-Cicero Costha” y las expresiones vertidas en la misma, con autoría del compareciente, las cuales se han realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo. En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al referirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido expuesto.

Atentamente,

JONATHAN JAMES GARZON MOSQUERA

C.I. 1718723396

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, JONATHAN JAMES GARZON MOSQUERA, en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación: “Guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años, en la academia Uio-Cicero Costha”, modalidad Proyecto de Investigación de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN, cedo a favor de la Universidad Metropolitana del Ecuador una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Metropolitana del Ecuador para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

JONATHAN JAMES GARZON MOSQUERA

CI: 1718723396

DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado principalmente a Dios quien me ha dado la oportunidad, fuerza y valor para poder continuar en esta etapa de vida.

Dedico este trabajo a mis padres, quien hoy en día es la fuerza y apoyo más importante para construir un excelente modo de vida.

Como no tener presente a quienes de una u otra manera han aportado en mi proceso de formación a mis abuelos, hermano y compañeros de vida quienes de seguro estarán orgullosos de haberme apoyado para llegar a cumplir esta meta.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, a mi Dios, quien en todo momento me ha guiado con su amor, sabiduría y misericordia para cumplir con este objetivo, sin su voluntad no lo hubiese logrado, recordando siempre sus palabras “Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en donde quiera que vayas.” Josué 1:9 RVR1960

Agradecido con mi tutor, por todo el apoyo brindado, por su calidad humana, por instruirme y guiarme para realizar este proyecto.

A los diferentes profesionales maestros que compartieron sus conocimientos dentro y fuera del aula, quienes fueron un pilar fundamental para alcanzar esta titulación, que DIOS les bendiga.

Al personal Administrativo, coordinadores quienes diariamente estuvieron pendientes de nuestras inquietudes ya sean académicas como personales, un Dios les pague, y sigan con esa calidad humana para con las siguientes generaciones de estudiantes; mil gracias.

A todos ustedes que de una y otra forma fueron parte de este objetivo alcanzado, Dios les bendiga y gracias por todo.

ÍNDICE

CERTIFICACIÓN DEL ASESOR.....	II
CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA DE TRABAJO DE TITULACIÓN.....	III
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR	IV
DEDICATORIA.....	V
AGRADECIMIENTOS.....	VI
ÍNDICE.....	VII
RESUMEN.....	XIV
ABSTRACT	XV
INTRODUCCIÓN.....	1
Definición del problema	1
Situación problemática.....	2
Pregunta científica.....	2
Objetivo general.....	2
Objetivos específicos	3
Metodología adoptada para el desarrollo de la investigación	3
Estructura capitular del informe.....	4
CAPITULO I.....	5
1. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.....	5
1.1. Análisis histórico y evolución del jiu jitsu brasileño	5
1.2. La defensa personal como un arte.....	9
1.3. Reglamentación del jiu jitsu brasileño	11
1.4. Libro de reglas	12
1.4.1. El arbitraje.....	12
1.4.2. Decisión de los combates	15
1.4.3. Puntuación.....	17
1.4.4. Posiciones de puntuación	18

1.4.5.	Ventajas.....	24
1.4.6.	Faltas	24
1.4.7.	Sanciones.....	29
1.4.8.	Obligaciones, prohibiciones y exigencias	30
1.5.	Reglamento general de competencias.....	31
1.5.1.	Categorías y tiempo reglamentario de combate	31
1.5.2.	Eliminatorias	31
1.5.3.	Disputa por academias	32
1.5.4.	Premios.....	32
1.5.5.	Inscripción.....	33
1.5.6.	Otras disposiciones.....	33
1.6.	Manual de formato de competencias	33
1.6.1.	Área de competición.....	34
1.6.2.	El personal y sus funciones	36
1.7.	El jiu jitsu brasileño y sus técnicas	36
1.7.1.	La defensa	37
1.7.2.	El ataque.....	39
1.7.3.	Ejercicios básicos	40
1.7.4.	Entrenamiento	41
CAPÍTULO II.....		43
2.	MARCO METODOLÓGICO	43
2.1.	Metodología	43
2.1.1.	Tipo de estudio y alcance	43
2.2.	Fases de investigación.....	44
2.2.1.	Fase diagnóstica	44
2.2.2.	Fase investigativa	44
2.2.3.	Fase de elaboración de la propuesta.....	44

2.3.	Población y muestra.....	45
2.4.	Métodos y técnicas.....	45
2.4.1.	Análisis documental	45
2.4.2.	Análisis y síntesis	45
2.4.3.	Inducción y deducción.....	46
2.4.4.	Encuesta	46
2.4.5.	Entrevista.....	46
2.4.6.	Validación de los instrumentos.	46
2.4.7.	Confiabilidad.....	47
2.4.8.	Técnicas para el procesamiento y análisis de datos	48
2.5.	Presentación y análisis de los resultados.....	48
2.5.1.	Resultados de la entrevista a los instructores de jiu jitsu brasileño.....	53
2.5.2.	Análisis general de la entrevista a los entrenadores del jiu jitsu brasileño	56
2.6.	Triangulación de resultados	65
CAPÍTULO III		67
3.	GUÍA PEDAGÓGICA	67
3.1.	Presentación de la propuesta	67
3.1.1.	Fundamentación de la práctica del jiu jitsu en la edad de 4 a 7 años:.....	67
3.1.2.	Fundamentación pedagógica	69
3.2.	La enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños de 4 a 7 años	72
3.2.1.	Principios básicos	72
3.2.2.	Entrada y salida	73
3.2.3.	La higiene	73
3.2.4.	Indumentaria.....	73
3.2.5.	Los cinturones	74
3.2.6.	El tatami	74
3.2.7.	La palabra Oss.....	75

3.3.	Planificación curricular de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en los 7 a 9 años	75
3.4.	Determinación del valor teórico de la guía pedagógica	87
CONCLUSIONES.....		90
RECOMENDACIONES.....		91
BIBLIOGRAFÍA.....		92

Índice de tablas

Tabla 1. Puntuación para el combate de jiu jitsu brasileño	17
Tabla 2. Faltas graves y edades de los deportistas	25
Tabla 3. Marcador	35
Tabla 4. Personal y funciones en una competición de jiu jitsu	36
Tabla 5. Estadísticas de fiabilidad de la encuesta a padres de familia	47
Tabla 6. Estadísticas de fiabilidad de la entrevista docentes.....	47
Tabla 7. Matriz FODA	48
Tabla 8. Matriz estrategias FODA	51
Tabla 9. Utilidad de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en niños.....	53
Tabla 10. Manera de mejorar la enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños	53
Tabla 11. Planificación para dar clases	54
Tabla 12. Evaluación técnica del avance de los estudiantes	54
Tabla 13. Utilización de Guía Pedagógica mejora el proceso enseñanza aprendizaje	55
Tabla 14. Datos de los validadores.....	56
Tabla 15. Necesidad de Guía pedagógica para la enseñanza del Jiu Jitsu	56
Tabla 16. Desarrollo de habilidades básicas en niños con Guía Pedagógica	57
Gráfico 9. Tabla 17. Desarrollo de habilidades básicas en niños con Guía Pedagógica.....	57
Tabla 18. Aprendizaje con Guía Pedagógica mejorar su defensa ante agresiones.....	58
Tabla 19. Agresividad de los niños con el aprendizaje de brazilian jiu jitsu	59
Tabla 20. Valores y disciplina con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño	60
Tabla 21. Demostración de equidad, prudencia y sociabilidad con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño	61
Tabla 22. Gusto por la actividad física y deporte con la enseñanza del brazilian jiu jitsu.....	62
Tabla 23. Mejora en la toma de decisiones a futuro con el aprendizaje del jiu jitsu brasileño	63
Tabla 24. Mejor Estilo de vida con la enseñanza del jiu jitsu brasileño	64
Tabla 25. Instructores mejor capacitados y actualizados en métodos de enseñanza del jiu jitsu brasileño	65
Tabla 26. Estaturas y pesos de niños y niñas de 4 a 7 años.....	71
Tabla 27. Colores de cinturones, edades y significados	74
Tabla 28. Planificación clase 1.....	75
Tabla 29. Planificación clase 2.....	78
Tabla 30. Planificación clase 3.....	80

Tabla 31. Planificación clase 4.....	82
Tabla 32. Planificación clase 5.....	85
Tabla 33. Resultados de la evaluación de expertos.....	88

Índice de figuras

Figura 1. A.- Posiciones y puntaje.....	19
Figura 2. B.- Posiciones y puntaje.....	19
Figura 3. C.- Posiciones y puntaje.....	20
Figura 4. D.- Posiciones y puntaje.....	20
Figura 5. E.- Posiciones y puntaje.....	21
Figura 6. F.- Posiciones y puntaje.....	21
Figura 7. G.- Posiciones y puntaje.....	22
Figura 8. H.- Posiciones y puntaje.....	22
Figura 9. I.- Posiciones y puntaje.....	23
Figura 10. J.- Posiciones y puntaje.....	23
Figura 11. K.- Posiciones y puntaje.....	24
Figura 12. Beta estaca.....	26
Figura 13. Luxación cervical.....	26
Figura 14. Llave de talón.....	27
Figura 15. Rodilla en torsión.....	27
Figura 16. Falta muy grave: Cruce de pierna.....	27
Figura 17. Falta muy grave.....	28
Figura 18. Falta grave.....	28
Figura 19. Posición de talón, pie, pierna.....	29
Figura 20. Vestimenta para el jiu jitsu brasileño.....	30
Figura 21. Líneas de combate en competiciones.....	31

Índice de Gráficos

Gráfico 1. Artículos y temas.....	12
Gráfico 2. Formas de decisión de un combate.....	15
Gráfico 3. Artículos sobre el reglamento general de competiciones.....	31
Gráfico 4. Lugares de premiación en las competencias.....	32
Gráfico 5. Artículos sobre formatos de competiciones.....	33

Gráfico 6. Formato de competición 64m2	34
Gráfico 7. Formato de competición 100m2	35
Gráfico 8. Necesidad de Guía pedagógica para la enseñanza del Jiu Jitsu	57
Gráfico 9. Desarrollo de habilidades básicas en niños con Guía Pedagógica	57
Gráfico 10. Aprendizaje con Guía Pedagógica mejorar su defensa ante agresiones.....	58
Gráfico 11. Agresividad de los niños con el aprendizaje de brazilian jiu jitsu	59
Gráfico 12. Valores y disciplina con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño	60
Gráfico 13. Demostración de equidad, prudencia y sociabilidad con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño	61
Gráfico 14. Gusto por la actividad física y deporte con la enseñanza del brazilian jiu jitsu ...	62
Gráfico 15. Mejora en la toma de decisiones a futuro con el aprendizaje del jiu jitsu brasileño	63
Gráfico 16. Mejor Estilo de vida con la enseñanza del jiu jitsu brasileño	64
Gráfico 17. Instructores mejor capacitados y actualizados en métodos de enseñanza del jiu jitsu brasileño	65

RESUMEN

El deporte y las artes marciales han llegado a ser importantes dimensiones de la vida diaria ya que aportan bienestar y salud. Se puede afirmar que mientras el deporte, como actividad física sistemática, tiene por objetivo mantener o mejorar las condiciones corporales y psíquicas de una persona, las artes marciales van más allá ya que buscan la armonía entre el cuerpo y el espíritu. Indiscutiblemente se hace referencia, al mundo oriental donde hace miles de años ya se entendió el bienestar de manera integral y en consecuencia se crearon diversos recursos para lograr esta gran meta. Así el jiu jitsu es un arte marcial ancestral posiblemente japonés que ha originado otras creaciones, por ejemplo, el jiu jitsu brasileño conocido como arte marcial, deporte de combate y también reconocido como sistema de defensa personal. Así, se comprende y justifica la importancia de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en niños de 4 a 7 años ya que es indispensable velar por su desarrollo integral y proveerles de estrategias que les permitan sentirse más seguros, autoprotegidos e incluso con la capacidad de bloquear eventos de agresión, a través de herramientas idóneas como son las que provee la disciplina deportiva. En el presente estudio se analiza el vacío didáctico que suelen presentar quienes se dedican al entrenamiento deportivo del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años y en consecuencia se plantea la creación de una guía pedagógica. La metodología utilizada para la recolección de datos fue documental y de campo, se utilizó un diseño de alcance descriptivo, una matriz diagnóstica, la entrevista y la encuesta. Consecuentemente se presenta la Guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años, en la academia Uio-Cicero Costha.

Palabras clave: jiu jitsu brasileño, enseñanza, guía pedagógica, niños de 4 a 7 años de edad

ABSTRACT

Sports and martial arts have become important dimensions of daily life as they provide well-being and health. It can be stated that while sport, as a systematic physical activity, aims to maintain or improve the physical and mental conditions of a person, martial arts go further since they seek harmony between the body and the spirit. Unquestionably, reference is made to the Eastern world where thousands of years ago well-being was understood in a comprehensive way and consequently various resources were created to achieve this great goal. Thus, jiu jitsu is an ancient martial art, possibly Japanese, that has given rise to other creations, for example Brazilian jiu jitsu, known as a martial art, a combat sport and also recognized as a self-defense system. Thus, the importance of teaching Brazilian jiu jitsu to children from 4 to 7 years old is understood and justified since it is essential to ensure their comprehensive development and provide them with strategies that allow them to feel safer, self-protected and even with the ability to block aggression events, through suitable tools such as those provided by sports discipline. In the present study, the didactic gap that those who dedicate themselves to the sports training of Brazilian jiu jitsu at the age of 4 to 7 years usually present is analyzed and consequently the creation of a pedagogical guide is proposed. The methodology used for data collection was documentary and field, a descriptive scope design, a diagnostic matrix, interview and survey were used. Consequently, the Pedagogical Guide for teaching Brazilian jiu jitsu at the age of 4 to 7 years, at the Uio-Cicero Costha academy, is presented.

Keywords: Brazilian jiu jitsu, teaching, pedagogical guide, children from 4 to 7 years old.

INTRODUCCIÓN

Las artes marciales surgen hace cientos de años en el mundo oriental. Sin embargo, no es hasta 1950 que hacen su aparición en la sociedad occidental. Así disciplinas como judo, kun fu, ninjitsu, taekwondo y kempo fueron muy apreciadas y practicadas a lo largo del continente americano. El origen del jiu-jitsu no ha logrado identificarse y aún no se conoce con exactitud donde fue la primera ocasión que se lo practicó. Se encuentran referencias sobre su posible origen en India, China y algunos señalan que pudo haber surgido en Grecia. Por otra parte, es importante señalar que el nombre de jiu jitsu tiene como significado “arte suave / arte flexible”.

El jiu jitsu brasileño es una práctica deportiva cuyo origen se remonta a principios del siglo XX, cuando por efectos de la migración, Brasil recibió numerosos profesionales asiáticos conocedores y practicantes del judo. El jiu jitsu brasileño tiene su origen en la cultura asiática, sin embargo, en Brasil se retomó varias técnicas de combate y así se dio origen a este nuevo arte marcial.

Este arte marcial goza de gran aceptación entre deportistas de todas las edades, sin embargo, en el contexto nacional posiblemente aún no está muy difundido. Es por esta razón que se ha considerado la necesidad de crear una Guía Pedagógica la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años, en la academia UIO-CICERO COSTHA. Es importante considerar el interés que existe sobre la necesidad de mejorar el rendimiento deportivo y esto debe hacerse tomando en cuenta estrategias de enseñanza innovadoras y especializadas ya que muchas veces este trabajo es realizado de manera empírica y es posible que por esa razón no dé los resultados esperados.

Definición del problema

Aproximadamente hace veinte años el jiu jitsu brasileño llegó al Ecuador y ha tenido una importante acogida, ya que es un deporte de combate que se fundamenta en el agarre como mecanismo para conseguir doblegar al rival aplicando golpes en lugares clave del cuerpo, llaves, monturas, pases de guardia, estrangulamientos y otros movimientos que sin necesidad de emplear arma alguna, logran que el rival sucumba y sea vencido, incluso, si es el caso, ante un oponente inferior en musculatura y fuerza. Este arte marcial ha sido transmitido a través numerosas generaciones teniendo variaciones que han aportado a un manejo más completo de técnicas y a cierta complejidad en su ejecución. Es así que el fin último del practicante del jiu jitsu brasileño es conseguir colocarse en una posición de ventaja frente al oponente, es decir, situarse en una posición en la que no se reciba ningún ataque y que por el contrario se logre infringir la mayor cantidad de daño al oponente.

Actualmente la práctica del jiu jitsu brasileño ha tenido gran acogida entre los deportistas ecuatorianos y cada vez más niños, niñas y jóvenes lo aplican. Sin embargo, es importante señalar que muchas veces los instructores o profesores que imparten las clases, lo hacen de una manera tradicional, empírica y carente de una metodología que corresponda a las distintas edades y necesidades educativas de los aprendices. Un tema sobre el que se debe poner atención es que con frecuencia los instructores del jiu jitsu brasileño son deportistas con logros importantes en competencias, pero que no cuentan con una formación profesional, es decir, didáctica o pedagógica que les faculte para enseñar este deporte.

Es así que se hace indispensable reflexionar sobre esta temática para avizorar posibles soluciones. En la presente investigación se plantea la creación una guía pedagógica para desarrollar actividades de enseñanza enmarcadas en la enseñanza y aprendizaje de técnicas y en general de conocimientos especializados que brinden la oportunidad de llegar a un ejercicio diestro del jiu jitsu brasileño a niños de 4 a 7 años.

Situación problemática

Tomando en cuenta lo planteado anteriormente, surge como situación problemática la necesidad de crear una Guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha.

Pregunta científica

¿Cómo enseñar el jiu jitsu brasileño en los niños de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha?

Objeto de estudio: El proceso de enseñanza del jiu jitsu brasileño

Campo de acción: El proceso de enseñanza aprendizaje del jiu jitsu brasileño en los niños de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha

Con respecto a la pregunta científica y su resolución se plantea el siguiente objetivo general:

Objetivo general

Diseñar una guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño para niños y niñas en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha.

Para llegar al objetivo general propuesto, se realizó la operacionalización de este con tres objetivos específicos que delimitan las etapas de la presente investigación:

Objetivos específicos

- Identificar los fundamentos en cuanto a teorías y metodologías que avalan la creación de una guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años.
- Examinar el proceso de enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha.
- Diseñar una guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha.

Metodología adoptada para el desarrollo de la investigación

Tomando en cuenta la realidad social que es el campo en el que se presenta la situación de estudio, se ha empleado el método cualitativo no tradicional que, según Bernal, (2010) se centra en comprender una situación social de manera global y no particularizada, es decir, que se toma en cuenta los elementos contextuales que posiblemente inciden en la problemática a estudiar. En este tipo de enfoque investigativo se consideran las diferentes dinámicas en las que se encuentra inmerso el objeto de investigación. También se utilizó la investigación documental y de campo; ya que es indispensable cotejar teorías y datos que permitan comprender la problemática de investigación. Y también se tomó en cuenta el enfoque descriptivo. Entre los métodos utilizados consta el inductivo-deductivo que indica procesos de razonamiento seguidos en el análisis y utilización de la información obtenida en diversas fuentes y que ha sido tratada en función del objetivo de este trabajo académico. Inicialmente para conocer el estado de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha se procedió a realizar un diagnóstico a través de una conocida técnica denominada matriz FODA. Para el trabajo de campo se contó con la participación de un grupo 24 padres de familia de niños y niñas de 4 a 7 años, quienes constituyen la totalidad de padres en la Academia MMA del Valle Cícero Costha. Siendo un número menor a cincuenta, la cantidad de entrevistados y constituyendo el cien por ciento del universo, no fue necesario trabajar con una muestra específica. También participaron tres instructores de jiu jitsu brasileño.

Con el fin de cumplir con los objetivos propuestos en cada etapa de la presente investigación, se emplearon métodos correspondientes al nivel teórico, empírico y estadístico matemático, además de técnicas e instrumentos específicos para la recopilación de la información y para su posterior sistematización. Se puede mencionar que se trabajó con la encuesta y la entrevista ya que constituyen herramientas idóneas para recoger información por

parte de los participantes, la misma fue validada por expertos para garantizar la obtención de resultados fidedignos. Por otra parte, para la sistematización y presentación de la información se elaboraron tablas y gráficos en el programa Excel.

Estructura capitular del informe

La estructura del presente trabajo de investigación consta de tres capítulos, el primero brinda el marco teórico de referencia, cuya función es asegurar todos los referentes teóricos y metodológicos que sustentan la selección y elaboración de los instrumentos, la determinación de indicadores y la realización objetiva del análisis de los resultados.

En el capítulo dos consta el diseño metodológico de la investigación, se presentan los resultados, producto de la aplicación de los métodos. Además, consta el análisis e interpretación de estos. Este capítulo finaliza con las conclusiones y recomendaciones.

En el capítulo tres se presenta la propuesta, en este caso la guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha.

Finalmente constan las referencias bibliográficas y páginas web consultadas; y los anexos que respaldan la realización de esta investigación.

CAPITULO I

1. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

En este capítulo se expone el tratamiento teórico del jiu jitsu brasileño y de su enseñanza a niños en la edad de 4 a 7 años. Se presenta brevemente la historicidad de este deporte, una visión de la defensa personal, el reglamento en el que se fundamenta esta práctica y varios referentes conceptuales que serán útiles para analizar la importancia de esta práctica deportiva concebida también como un arte. Por otra parte, también se aborda los supuestos teóricos que avalan la enseñanza del jiu jitsu a la población infantil, **destacando** sus bondades.

1.1. Análisis histórico y evolución del jiu jitsu brasileño

Para comprender mejor el jiu jitsu o ju-jutsu 柔術 "*jūjutsu*", cuyo significado literal es “el arte suave”, “el arte flexible” es importante conocer su origen y evolución. Es importante anotar que aún en la actualidad el origen de este arte marcial y deporte es un misterio sin resolver. Considerando la forma de transmisión de este tipo de conocimiento en el mundo oriental, se puede afirmar que el maestro escogía a los aprendices, a quienes les mostraba los enigmas de su arte, el estudiante más destacado o el más antiguo era el privilegiado, quien recibía el anhelado conocimiento. Otro elemento que abona a la dificultad de rastrear el origen del jiu jitsu es la costumbre de que cada nuevo miembro de una escuela de aprendizaje debía jurar no compartir con nadie lo que se le enseñaría, juramento que era requisito para su ingreso. Es así que la transmisión del jiu jitsu fue netamente un evento necesario. (Ennes, 2021).

Existen numerosas leyendas de distintas culturas que cuentan como apareció el jiu jitsu concebido originalmente como un arte y luego como un deporte. A continuación, se refiere una de las historias más conocidas. Se dice que en la provincia de Izumo situada en Japón se desarrolló un combate entre el guerrero Sekuni y Tajima no Kehaya, esta confrontación ocurrió en presencia del emperador Suinin, esta fue la ocasión en la que se observó la aplicación de ciertas técnicas de ataque como golpes a puntos clave del cuerpo del oponente, estrangulaciones, uso de ciertas armas probablemente locales o tradicionales y otros elementos que caracterizan al jiu jitsu. Al final del combate el vencedor fue Sekuni quien dio muerte a su adversario.

Otra leyenda hace referencia a un médico japonés que observó que ciertos árboles resistían a vientos y lluvias huracanadas por su consistencia y flexibilidad, mientras que otros árboles eran abatidos por el exceso de rigidez, entonces dedujo que cediendo a la fuerza se

puede también lograr una victoria y muchas veces ofrece mejores posibilidades oponer a la fuerza con fuerza.

Es importante indicar que se han descartado posibilidades de que el jiu Jitsu pudiera ser haberse originado en las luchas olímpicas griegas. En el circo romano la lucha grecorromana nunca se basó en la habilidad o en ceder ya que lo que caracterizaba este tipo de combate era la fuerza del atleta apuntando siempre aquel ganador fuese el más fuerte y el de mayor peso. (Jiu Jitsu Brasileiro, 2021)

También se debe anotar que el jiu jitsu no se compara con las luchas hindúes o caucásicas ya que en éstas priman la fuerza y la tenacidad con que se aplican, y no en el arte de aplicar una técnica.

Es posible que la teoría más certera sea aquella que manifiesta que el jiu jitsu se relaciona con el sumo y con las luchas practicadas por los montañeses del norte de Japón donde se destaca el uso táctico del cuerpo. La esencia de este tipo de combate está en la persecución, en la búsqueda de ciertas partes del organismo que resultan claves para aplicar golpes que por su potencia pueden paralizar al adversario. Esto hace que el jiu jitsu se relaciona con la acupuntura, medicina milenaria que también determina puntos clave del cuerpo para aplicar pinchazos y conseguir resultados increíbles. Es así que el conocimiento de la anatomía humana y la función de los órganos resulta un valioso conocimiento para la lucha (Carmona, 2019)

Durante muchos años el conocimiento de las artes marciales y específicamente el jiu jitsu fue guardado como un gran secreto, sin embargo, con el devenir de los años fue apareciendo en occidente y poco a poco se constituyó como una práctica deportiva.

Las artes marciales, según Delgado en (Jiu Jitsu Brasileiro, 2021), probablemente se originan con el nacimiento mismo del ser humano, con el imperativo de sobrevivir, de preservarse y no sucumbir ante la muerte. En cada cultura y en cada época se han creado formas de combate seguramente unas más efectivas que otras y así ha sido como ciertos métodos y técnicas han logrado mayor reconocimiento, trascendencia y vigencia en el tiempo. Este es el caso de jiu jitsu que nació como un sistema típico de combate para un contexto bélico y que en la actualidad es valorado y adoptado como un deporte de gran acogida. La expansión económica y cultural ha hecho posible que este conocimiento llegué hasta el continente americano y específicamente a varios países donde ha tenido mucha acogida, como es el caso de Brasil.

Es importante señalar que posteriormente mezclas entre sistemas de combate practicados en distintos lugares del mundo determinaron la transformación de las artes marciales japonesas, coreanas filipinas y tailandesas. Japón fue el origen de una notable cantidad de artes marciales que luego han sido llevadas a casi en todo el mundo.

En algunos textos antiguos sobre historia de Japón, según Ennes (2021), se encuentran relatos sobre torneos y combates de fuerza en torno al año 830 a.C. y se creía tenían relación con el sumo. Se identifican diversas escuelas y estilos desarrollándose hasta inicios del siglo XIX cuando en Japón los acontecimientos sociales, determinaron profundos cambios en la vida y costumbres y con ellos el declive de las artes marciales.

El jiu jitsu puede, con justicia, definirse como la raíz de varias artes marciales modernas cuyos fundadores después de haber practicado durante largo tiempo este arte lograron desarrollar los contenidos y extrapolar lo mejor de cada escuela hasta la actualidad del mundo occidental.

Una positiva renovación del jiu jitsu ocurre en el siglo XX debido a su amplia divulgación en occidente donde se las propone como disciplinas deportivas y educativas que poco a poco han conocido momentos de auténtica prosperidad aún muy tangibles al mundo occidental. Los maestros orientales que han interpretado en clave moderna conceptos antiguos han conjugado este arte y el contexto actual sin desnaturalizar contenidos y formas, acciones que conllevan el mérito de haber contribuido a la supervivencia de la divulgación de estas nobles disciplinas a pesar de posiblemente ser anacrónicas a la era de la tecnologización y virtualización actual. (Fernández Fernández, y otros, 2018)

La defensa personal es un concepto muy en boga en la actualidad y en la sociedad se lo defiende o cuestiona ya que tiene que ver con la aplicación de la fuerza física, sin embargo, es importante resaltar que el jiu jitsu brasileño es un deporte cuyo objetivo es la defensa antes que el ataque. Es una técnica de tecnificación y unificación entre dos categorías tales como mente y cuerpo, tradicionalmente separadas en la cultura occidental, y comprendidas como una unidad en Oriente ya que se busca cultivar al mismo tiempo destrezas corporales y un pensamiento disciplinado y eficaz.

Según Carmona (2019), el mensaje que se deriva de las disciplinas orientales sean marciales o filosóficas es el de una búsqueda de unidad entre la mente y el cuerpo entendidos como elementos inseparables del ser humano por eso el estudio de las técnicas se vuelve no

sólo motivo de desarrollo de las aptitudes físicas sino también momento de reflexión sobre los impulsos instintivos, las relaciones, aspiraciones e ideales de quienes las practican.

El estudio de las técnicas de combate ofrece la posibilidad de enfrentar tanto a las capacidades de los demás como a los límites del propio cuerpo y mente; a la capacidad de control de las emociones y acciones, de la energía, de la voluntad, en suma, la persona que practica el jiu jitsu brasileño desarrolla su ser interior y exterior.

Día tras día se aprenden el equilibrio físico que va ligado al equilibrio psíquico y emotivo ya que la eficacia de la técnica depende de los ejercicios en el aquí y ahora, es decir, que se requiere la consciencia para estar presente en cuerpo y mente, dimensiones que se juntan en un mismo momento y forman una sola voluntad.

De manera que se debería promover un conocimiento suficiente del escenario de las artes marciales y en particular del jiu jitsu brasileño para que más personas disfruten de este deporte que presenta numerosas ventajas para el crecimiento personal y para la vida en sociedad.

El jiu jitsu originario y en Latinoamérica el jiu jitsu brasileño ha tenido una gran acogida y evolución técnica que ha permitido a esta antigua y noble disciplina afirmarse en buena parte del mundo.

El jiu jitsu brasileño ha derivado en los últimos 20 años en una de las disciplinas marciales más practicadas, obviamente es necesario considerar que existen diversas realidades y que el término hoy como ayer en occidente y oriente se identifican diferentes escuelas sistemas e incluso organizaciones todas con pequeñas y grandes diferencias y algunas variaciones técnicas que han determinado la creación de escuelas con un estilo personal. (Jiu Jitsu Brasileiro, 2021)

Diferencias ideológicas han dado origen a escuelas con pensamiento, filosofías personales y finalidades diferentes e incluso han determinado su unión a estructuras organizadas autónomamente tal fraccionamiento en principio no deseable es, sin embargo, natural y comparable al que se dio siglos atrás en el país del sol naciente donde existían decenas escuelas de artes marciales con diferencias técnicas ideológicas y con finalidades a menudo opuestas.

En la actualidad se puede apreciar como las artes marciales, en general y poco a poco han perdido su matriz filosófica moral y se han convertido casi exclusivamente en deportes de combate en el que se valora mucho la victoria. Sin embargo, el estudio y práctica del jiu jitsu

brasileño debe permitir un profundo conocimiento físico y mental del individuo. Este deporte debe permitir controlar la intensidad de una reacción para que ésta sea siempre proporcional a la acción del ataque y no caiga en la simple confrontación o medición de fuerzas sin sentido. (Gracie, 2008)

Antiguamente de hecho el combate concluía a menudo de modo fatal para uno de los contendientes hoy algunos quieren excesivamente un combate deportivo incruento en el que salga un vencedor y un vencido, sin embargo, la verdadera victoria está en el dominio absoluto de las propias reacciones, en el control de uno mismo que se ejercita a través de la práctica constante que lleva al deportista a la evolución mental y técnica.

De acuerdo con (Drysdale, 2020), el jiu jitsu brasileño en la época actual recoge y sintetiza las experiencias técnicas y morales, elaboradas durante años de práctica y mejoramiento, y las pone a disposición de los aprendices para prodigarles sus bondades, es así que es totalmente recomendable que niños y niñas ingresen a mundo del jiu jitsu brasileño y logren un aprendizaje integral que les ayudará a evolucionar en lo físico, intelectual y ético.

El jiu jitsu brasileño que se practica con vestidos denominados kimonos éstos deben ser de la fuerte y blanca. La vestimenta está compuesta por un pantalón y una casaca ajustada en la cintura con cinturones de diversos colores dependiendo del nivel del practicante.

Los entrenamientos y las competiciones originalmente se llevaban a cabo sobre un piso alfombrado de paja y cubierto de una lona cuya tensión debería debía ser la suficiente como para que los pies de los contrincantes no se hundieran en ella, pero al mismo tiempo lo suficientemente elástica y flexible para permitir, sin graves riesgos, caídas desde alturas que oscilaran entre un metro y metro y medio aproximadamente.

1.2. La defensa personal como un arte

El ser humano en el diario trajinar de su existencia ha experimentado ocasiones en las que fue imprescindible optar por la defensa ya que es posible que un atacante ponga en peligro la vida propia o de un ser querido, posiblemente debió reaccionar frente armas contundentes y debió recurrir a aquellas que la naturaleza le hubo dotado. No obstante, el uso de la fuerza del propio cuerpo como lo hacen los otros animales para sobrevivir no significó un gran recurso debido a lo incomparablemente menores que resultados que pudo haber obtenido. Es así que descubrió su mayor recurso, la inteligencia. (Di Piero, 2019)

Gracias a su inteligencia, el ser humano, es por mucho superior a los otros seres con los cuales convive. En un inicio probablemente su memoria y el manejo de sus recuerdos, le dieron

la posibilidad de mejorar las primeras formas de lucha. Mientras cazaba sus presas pudo haber hecho uso de estrategias producto de su pensamiento e ir dominando a presas de tamaño y fuerza superior. Comprender la mecánica del movimiento, calcular la fuerza, velocidad y otros factores inherentes a la faena de conseguir alimento o de sobrevivir, probablemente lograron en el ser humano la toma de consciencia, equilibrar las contiendas e incluso vencer.

Así mismo, Carmona, (2019), explica que la lucha se basa en saber golpear, los golpes probablemente tengan cientos de años de antigüedad. Se dice que algunos pudieron haber sido tomados de las bestias atacantes, como por ejemplo el gancho que consiste en estirar con agilidad el brazo y chocarlo con fuerza sobre el oponente, perfectamente podría ser un movimiento similar al ataque de un felino. Y una patada hacia atrás puede ser comparada con la coza de un caballo. Otro golpe estratégico que el ser humano ha asimilado en su lucha es aquel dado con la frente es posible que éste sea una réplica el topetazo del toro o del carnero cuando atacan.

En lo posterior, y aludiendo a la aplicación de la inteligencia a la resolución de problemas, el ser humano fue capaz de idear y plasmar distintos elementos para utilizarlos como armas, estas pasaron a ser extensiones del cuerpo que dieron resultados más efectivos y certeros, es así como, el desarrollo de habilidades físicas para la lucha fue siendo reemplazado por el uso de armas en desmedro del desarrollo de su fuerza y velocidad de sus reflejos. El uso de armas simplifica o elimina la lucha y brinda grandes ventajas al que las utiliza sobre la base del conocimiento de dicho objeto y la habilidad en su uso.

A pesar de la existencia de armas cada vez más sofisticadas y diversas, en el mundo, se ha vuelto a poner atención en la defensa a mano limpia o lucha física. Se ha priorizado la habilidad la exactitud la inteligencia frente a la fuerza bruta.

El jiu jitsu como su nombre indica; jiu que significa suave y jitsu que significa arte indica el significado etimológico arte suave y es el origen de otras artes marciales como el judo. Existen algunas leyendas que explican el origen del jiu jitsu, una de ellas refiere que un médico japonés observando una gran tormenta pudo darse cuenta de cómo los árboles flexibles podían resistir la fuerza del viento poseían torcerse sin embargo volvían a tomar su forma original a diferencia de otros árboles más rígidos más duros que simplemente se rompía y quedaban destrozados se dice que esta observación llevó a este médico a crear el jiu jitsu. También se dice que fue la creación de guerreros samuráis para defender sus territorios sin embargo estas son leyendas difíciles de comprobar. (Rodríguez C. , 2023).

En cuanto a la utilidad jiu jitsu brasileño, en realidad, se puede afirmar que éste es un arte y a la vez un sistema en el cual un contrincante opone su habilidad a la fuerza de otros, incluso en ciertas ocasiones comenzará a dejarles terreno o brindará la ocasión de tomar la iniciativa al adversario, es decir, cederá, para luego valiéndose del propio empuje del atacante, del conocimiento de la anatomía humana y de las leyes de la mecánica, adjudicarse una victoria que parecería imposible.

Practicar el jiu jitsu brasileño no es una tarea fácil pero tampoco es una tarea difícil o imposible. Todo depende de la voluntad y dedicación del que aprender y del maestro. Y además es importante anotar que la práctica de este deporte no requiere un desarrollo muscular espectacular es decir que una persona de contextura normal podrá perfectamente desarrollar correctamente estas técnicas. Sin embargo, el conocimiento de la anatomía humana es fundamental, se debe tener clara conciencia y precisión absoluta de los lugares del cuerpo humano en los cuales se debe realizar un impacto; y poseer la suficiente salud para practicar intensivamente algunos ejercicios que llevan a la descontracción muscular y al aumento de la velocidad de los reflejos.

1.3. Reglamentación del jiu jitsu brasileño

El jiu jitsu es un arte marcial en el que se destaca la ética por ello la conducta deportiva de los combatientes siempre debe lucir impecable mostrando respeto al árbitro y entre los luchadores. Existen algunos documentos en los que se da a conocer la reglamentación que regula la práctica del jiu jitsu brasileño, en el presente estudio se tomará en cuenta principalmente, lo referido en la normativa de la Federación Española de Jiu Jitsu y Deportes Asociados, 2021 actualizado a abril de 2015 en idioma castellano, ya que en él se expresan con claridad cada una de las normas que rigen este deporte. Para abordar la normativa que sustenta esta práctica deportiva es importante definir en qué consiste el combate. Se puede decir que radica en el encuentro entre dos competidores que luchan uno contra el otro de forma deportiva. En el caso del jiu jitsu el combate tiene un único objetivo y éste es ganar. Existen varias formas de ganar y puede ser por sumisión o abandono, también por luxación o estrangulación, además la ganancia se puede dar por puntuación, es decir, por la acumulación de puntos por movimientos técnicos.

En una competición de jiu jitsu brasileño se deben tomar en cuenta los distintos tipos de eventos que se pueden dar ya que cada uno de los ellos tiene su normativa particular. En cada categoría existen pesos específicos, niveles etéreos, diversas categorías por el nivel de la capacidad del combatiente, etc.

La reglamentación de jiu jitsu brasileño será analizada en cada uno de los grandes temas que son tres:

- Libro de reglas,
- Reglamento General de competiciones, y
- Manual de formato de competiciones (Ju-Jitsu Asían Union, 2023).

A continuación, se presenta una breve síntesis del mencionado documento y se incluye lo correspondiente a niños entre 4 a 7 años de edad. Para presentar la información con mayor claridad, se ha incluido varios gráficos, tablas y figuras que ilustran el reglamento.

1.4. Libro de reglas

Gráfico 1. Artículos y temas

Art. 1	• Arbitraje
Art. 2	• Decision de los combates
Art. 3	• Puntuacion
Art. 4	• Posiciones de puntuacion
Art. 5	• Ventajas
Art. 6	• Falta
Art. 7	• Sanciones
Art. 8	• Obligaciones, prohibiciones y exigencias

Fuente: (Guardia BJJ, 2015).

El reglamento bajo el cual se desarrolla un combate debe cumplir con las normas de relación entre dos personas honorables. Las competiciones resultan relativamente breves ya que el Jiu Jitsu es un arte en el que se procura obtener un resultado de forma rápida. Los puntos en disputa se los consigue con una práctica impecable de los movimientos técnicos y respetando la reglamentación dada para cada combate ya que a veces se producen algunas variaciones.

1.4.1. El arbitraje

Cada combate necesita de una persona que se constituya en la autoridad máxima y éste es el árbitro y es él quien decide quién nombra al ganador del encuentro deportivo. Sin embargo, es posible que existan dudas sobre la decisión del árbitro y éstas sólo podrán ser modificadas en los siguientes casos:

- Por interpretación errónea en el marcador

- Si, para ganar un luchador hubiese utilizado técnicas prohibidas
- Si se hubiese descalificado a luchador por aplicar una técnica permitida
- Si el árbitro aplica incorrectamente las reglas

Formato del arbitraje

- La organización del campeonato podrá designar tres árbitros para cada competición. Dos árbitros se denominarán laterales y se ubicarán frente a frente a los lados del área de competición.
- Los árbitros laterales cuentan con igual poder que el árbitro central y podrán señalar marcaciones, retiro de puntos y asignación de ventajas o sanciones. Las decisiones de estos árbitros deberán ser confirmadas por dos de los tres árbitros.
- Cuando los árbitros laterales permanecen sentados en sus sillas indica estar de acuerdo con las decisiones del árbitro central.
- Los árbitros laterales señalan su inconformidad levantándose y realizando los gestos previstos en el reglamento para marcar sanciones, ventajas, etc.
- Si los tres árbitros tuvieran criterios diferentes para un mismo movimiento se tomará en cuenta la marcación intermedia.
- Sin en el combate se produjese un empate de puntos, ventajas y sanciones, al terminar la lucha el árbitro central procederá a solicitar una votación unánime junto con los jueces laterales. Él mismo a un tiempo, señalarán al ganador que resulta elegido por la mayoría de árbitros que lo consideraron vencedor.
- Para descalificar a un luchador que ha acumulado cuatro faltas, esta decisión debe ser ratificada cuando menos por uno de los árbitros laterales, aquí se procede detener la lucha.
- Para descalificar a un luchador por sanción grave la decisión debe ser confirmada por al menos un árbitro lateral y así se detendrá la lucha.

Funciones del árbitro

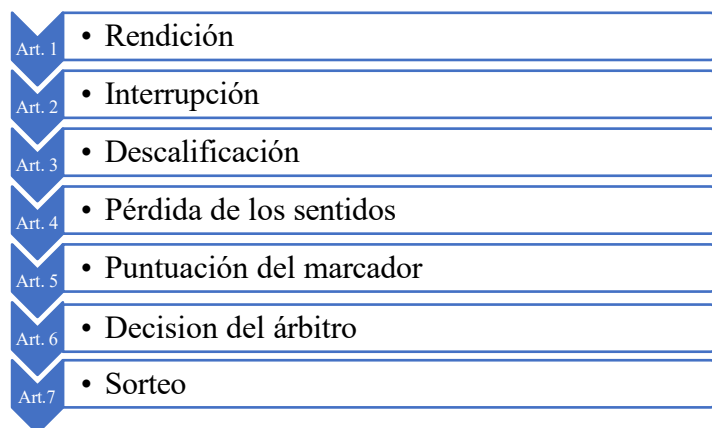
- Al inicio del combate es el árbitro quien llamaba a los luchadores al área física correspondiente
- Posteriormente el árbitro es quien debe verificar que los dictadores cumplan con la vestimenta correspondiente las normas de higiene y demás. Si todos los requisitos no se han cumplido el árbitro puede dar un tiempo determinado para que éstos sean atendidos.

- Para el luchador que se ubica a la derecha del árbitro la puntuación será asignada con el brazo derecho del árbitro y será colocado en la sección verde y amarilla del marcador.
- Para el luchador que se ubica a la izquierda del árbitro la puntuación será asignada con el brazo izquierdo y seis puntos constarán en la sección sin colores del marcador
- El color del kimono que usan los factores es el que tomará en cuenta al árbitro para ubicarlos en la competencia.
- Cuando los dos luchadores vistan del mismo color de kimono, el que sea llamado en primer lugar se ubicará a la derecha del árbitro y además recibirá un cinturón verde y amarillo que se lo colocará sobre su cinturón original.
- El luchador que vistiera un kimono negro se ubicará a la derecha cuando su competidor vistiera un kimono blanco.
- Entre dos luchadores que vistan kimonos azul y negro, quien vistiera de color azul se ubicará a la derecha del árbitro.
- El árbitro es el que dará comienzo al combate
- El árbitro debe interrumpir el combate cuando lo considere necesario
- El árbitro debe estar pendiente de que los luchadores se ubiquen en el centro del área de combate.
 - Uno de los aspectos fundamentales en el combate es que se realice en el espacio determinado para ello, por eso cuando los luchadores estén con los 2/3 del cuerpo fuera de esta área, en posición en el suelo, el árbitro detendrá la competición tomando en cuenta la posición de cada luchador y reiniciará el combate con los luchadores en el centro, en las mismas posiciones que estuvieron al momento de la interrupción.
 - Si los luchadores están con los 2/3 del cuerpo fuera del área de competición de pie o en posición en el suelo no estabilizada, el árbitro parará la competición para luego reiniciarla con los dos luchadores y en el centro de la respectiva área de combate.
 - Si un luchador mantiene una técnica de finalización encajada en el área de seguridad el árbitro dejará que continúe el combate.
 - Si un combatiente aplica una técnica de finalización encajada y el movimiento o de defensa del contendiente, los dos combatientes quedaran fuera del área de seguridad el árbitro deberá parar el combate y reiniciarlo en el centro con los dos luchadores de pie.

- Si uno de los contendientes lleva a su oponente a la zona de seguridad, al demostrar estabilizar una posición de puntuación, el árbitro esperará a que la posición se estabilice durante tres segundos y luego detendrá la lucha, dará los puntos y reiniciará la lucha en el centro del área de combate
- Un movimiento que salga de la zona de seguridad debe ser detenido para continuar con la lucha de pie en el centro del área de combate
- Cuando la salida de la zona de combate está motivada por el movimiento del luchador que ataca para finalizar, el árbitro no debe dar puntos. Luego de parar el combate, el árbitro sólo debe dar las ventajas por haber casi finalizado, respetando las reglas de la ventaja.
- En las categorías de combate de hasta doce años, el árbitro tiene por misión proteger la cervical de luchador, él mismo debe ubicarse detrás del luchador en el momento cuando es levantado del suelo por el adversario, en caso de triángulo o guardia cerrada.
- El árbitro debe señalar todas las sanciones, ventajas o puntuaciones que cada contendiente se ha hecho cargo.
- El árbitro es el responsable de advertir y descalificar a los competidores.
- En el caso de requerir atención médica el árbitro es quien debe solicitarla.
- Dar la señal de finalización de la competición está determinada por el cumplimiento del tiempo reglamentario y le corresponde al árbitro.
- La proclamación de resultados también le corresponde al árbitro
- Al árbitro le corresponde levantar el brazo del vencedor de la competición, inclusive cuando hubiese un acuerdo entre dos luchadores de una misma escuela.

1.4.2. Decisión de los combates

Gráfico 2. Formas de decisión de un combate



Rendición

- Ocurre cuando un luchador da dos palmadas sobre el adversario que yace en el suelo o sobre su cuerpo haciendo manifiesta y visible su decisión de rendirse
- Se produce cuando el luchador palmea dos veces con los pies en el suelo al tener los brazos atrapados por el adversario
- Es cuando luchador anuncia su rendición de forma verbal ante el árbitro y solicita que se interrumpa la competición.
- Otra señal de rendición es cuando luchador grita o emite sonidos de dolor al ser víctima de una técnica que se le ha encajado
- El competidor que pierda el sentido o consciencia en el combate será declarado perdedor del combate.

Interrupción

- Cuando un luchador alega sentir calambres, será declarado perdedor en la competición.
- Cuando el árbitro comprende que una técnica encajada puede producir serios daños físicos en el luchador.
- Cuando el médico declara que un luchador no tiene condiciones para seguir en el combate
- Cuando un luchador presenta un sangrado que no se puede detener
- Cuando se produce vómito en uno de los luchadores o pérdida en el control de las necesidades fisiológicas presentando micción o evacuación involuntaria.

Descalificación

Se produce cuando uno de los dos luchadores comete alguna de las faltas previstas en la reglamentación correspondiente.

Pérdida de los sentidos

La aplicación de una técnica legal o un accidente causado por un adversario de forma legal y que llevase a la pérdida de los sentidos, harán que luchador sea declarado perdedor de la competición.

Cuenta en el marcador

- El luchador que tenga más puntos al término del tiempo reglamentario del combate será declarado vencedor de una competición

- Para la aplicación de los puntos el árbitro tomará en cuenta la siguiente tabla:

Tabla 1. Puntuación para el combate de jiu jitsu brasileño

4 puntos	3 puntos	2 puntos
Montada		Proyecciones
Montada por la espalda	Pase de guardia	Raspados (volteos, inversiones)
Espalda (control por la espalda)		Rodilla en la barriga

Ventajas

Al producirse un empate en el número de puntos, el vencedor será luchador que tenga más ventajas.

Sanciones

En un empate en el número de puntos y ventajas será declarado vencedor el luchador con menor número de sanciones.

Decisión del árbitro

- Si al finalizar un combate los luchadores tuvieran el mismo número de puntos, ventajas y sanciones, el árbitro o árbitros serán quienes declaren al vencedor.
- Para determinar al vencedor el árbitro debe elegir al luchador más ofensivo durante la competición y a quien estuvo más cerca de conseguir posiciones de puntualización o finalización.

Sorteo

Cuando los dos luchadores tuviesen, un accidente en una semifinal o final de categoría, con la competición en marcador de empate, al momento del accidente, y ninguno de los luchadores tuviese la condición para continuar el combate, el resultado, la declaración del vencedor del combate será decidida a través de la realización de un sorteo.

1.4.3. Puntuación

- El árbitro central señalará los puntos cuando por 3 segundos el luchador establezca la posición conquistada, excepto de la proyección, si el oponente cae de espaldas o de lado en el suelo.
- Cuando la competición avanza hacia el dominio técnico del oponente, el luchador que de forma voluntaria deja una posición por la que ya recibió puntos, y lo hace para volverla a realizar buscando una nueva puntuación, no obtendrá nuevos puntos.

- Si el luchador llega a una posición de puntuación, pero se encuentra bajo ataque, sólo tendrá los puntos señalados cuando se libere del ataque y establezca una posición por tres segundos.
- Cuando una proyección en la que el oponente cae de espaldas o de lado al suelo y habiéndose liberado de la técnica del atacante, recibirá los puntos.
- Si el luchador estuviese defendiéndose de un raspado y pone al adversario al suelo de espaldas o de lado no tendrá los puntos de ventaja referentes a la prohibición.
- El luchador que inicie un movimiento de proyección antes que el adversario y se tire hacia la guardia, obtendrá los puntos, con la ventaja correspondiente a este movimiento.
- El luchador con un agarre en el pantalón del oponente y que lleve a la guardia abierta recibirá puntos correspondientes a la proyección, solo si el oponente cae con la espalda al suelo.
- El luchador recibirá puntos acumulados cuando el movimiento evolucione a través de diversas posiciones de puntuación, en caso que el dominio de tres segundos de la última posición de puntuación represente también el dominio de posiciones con puntuaciones anteriores alcanzadas en la secuencia.
- Con respecto a la montada, cuando haya transición directa de montada por la espalda, a montada enfrente, o con la memoria viceversa, el luchador recibirá cuatro puntos más por la montada siguiente, manteniendo los tres segundos de estabilización en cada posición.

1.4.4. Posiciones de puntuación

El manejo diestro de la técnica se aprecia en las posiciones y una bien ejecutada obtendrá un puntaje. A continuación, se presentan varias imágenes que corresponden a las posiciones en las cuales se otorgan los puntos correspondientes a un trabajo ejecutado correctamente. Los puntos siempre serán dados por el árbitro central quien para esto determina si un movimiento corresponde a la aplicación de una técnica o si es solo una forma de evadir o huir.

El permanecer en una posición de ventaja, al aplicar una técnica, es de tres segundos, si no se cumple con este tiempo no se asignan puntos.

Figura 1. A.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Los combates deben ser el resultado de una evolución de técnicas de control que poco a poco conducen hacia una posición de en la que se pueda obtener la sumisión. En la figura 1, se observa una situación en la que el contendor que viste el traje blanco, logra que el adversario, que viste con traje oscuro, caiga al suelo de espaldas o caiga de lado y que además, ello ocurra teniendo, por un momento, los dos pies en contacto con el suelo. Todas estas condiciones, es decir, la posición ejecutada con corrección debe cumplir también con una condición de tiempo, es decir que se debe permanecer así el tiempo mínimo de tres segundos.

Figura 2. B.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

En la figura 2 se tiene una situación en la que el contendiente, a través de la aplicación de la técnica, logra que el adversario permanezca sentado en el suelo. Esta posición también

debe mantenerse por un tiempo mínimo, es decir, el rival debe estar por tres segundos en el suelo.

Figura 3. C.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Cuando un contendor logra que su oponente quede en el suelo, él debe tener sus pies dentro de la zona de competición y obtendrá el puntaje si mantiene la posición.

Figura 4. D.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

En esta imagen se representa cuando el luchador proyecta a su contrincante y lo hace caer con cuatro puntos de apoyo o con el abdomen sobre el suelo y mantiene la posición por tres segundos. Cuando el luchador lleva su oponente hacia el área de seguridad habiendo iniciado un movimiento con los dos pies dentro del área de combate y termina en una posición estable. Este movimiento termina con la marcación de tres segundos se consignan los puntos. Luego se reiniciará la lucha con una misma posición en el centro del espacio del combate.

Pase de guardia

Figura 5. E.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

En la figura 5 se tienen en secuencia el control transversal, el control longitudinal y el control de lado. El pase de guardia se produce cuando el luchador que estaba encima logra traspasar las piernas del oponente que estaba abajo y además tiene el control transversal o longitudinal del mismo, de espalda o de lado al suelo, por tres segundos.

Rodilla en barriga

Como se muestra en las imágenes, esta posición se refiere al momento cuando el luchador se ubica por encima de su adversario, y coloca su rodilla en la barriga, costillas o pecho del oponente, siempre sosteniendo su otra rodilla en el suelo y mantiene el control de la postura durante tres segundos.

Figura 6. F.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Montada y montada por la espalda

Esta posición de dominio sobre el adversario implica que el luchador se sienta sobre el cuerpo del oponente, puede hacerlo con una rodilla o con ambas, y esto puede hacerlo sobre la

barriga del contendor o sobre su espalda, además debe aprisionar su brazo, y hacerlo sin sobrepasar la línea del hombro, lo que significa que las rodillas deben permanecer debajo de la línea de los hombros del contrincante. La falla en la ejecución de la técnica no permite que se otorgue el puntaje.

Figura 7. G.- Posiciones y puntaje



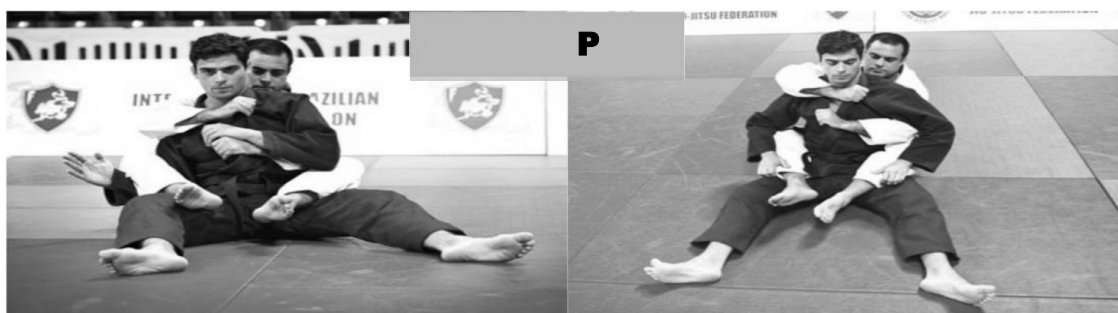
Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

El control por la espalda es una posición de ventaja, sin embargo, si no se logra mantenerla colocando los talones al interior de las piernas del rival y atrapando uno de sus brazos, únicamente recibirá una ventaja y no un puntaje.

Control por la espalda

En los deportes de contacto, el dominio por la espalda es una posición que, junto con la montada, brindan una gran ventaja ya que de allí se puede acceder al contacto de muchos puntos clave en el rival. Las posiciones que se observa en la siguiente imagen tener una duración de tres segundos para lograr la puntuación.

Figura 8. H.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Respaldo o volteo

Figura 9. I.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Como se observa en la imagen, esta técnica hace referencia al paso del luchador de estar en el suelo a tomar el control del adversario. Consiste en una inversión de posición. Esta técnica también debe durar 3 segundos.

Figura 10. J.- Posiciones y puntaje



Nota: “Reglamento de Jiu Jitsu Brasileño (BJJ) de la IBJJF, actualizado a abril de 2015. En idioma castellano”.

Se observa cuando el competidor se encuentra debajo de su rival y logra ponerse de pie, domina para realizar un volteo y derriba al rival manteniéndolo abajo.

1.4.5. Ventajas

Figura 11. K.- Posiciones y puntaje



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

En las imágenes se hace referencia a la conquista de una posición que lleve al adversario a estar en peligro o riesgo de la marcación de puntos del luchador. La posición debe ser sostenida por tres segundos como mínimo y es árbitro es quien juzga si existió el riesgo o no. La ventaja se distingue por ser un movimiento en proceso, pero que no llega a la posición que marca la puntuación.

Casos específicos en que no serán concedidas ventajas

1.4.6. Faltas

Las faltas en las que puede incurrir un luchador son: gravísimas, graves, leves y, de combatividad y de describen en la siguiente tabla:

Tabla 2. Faltas graves y edades de los deportistas

	4 a 12 años	13 a 15 años	16 a 17 años	Adulto	Senior V	Cinto blanco	Azul	Negro	Mora	Marrón	
1	<input type="checkbox"/>										Posición de finalización que fuerce la apertura de la ingle.
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Estrangulación que fuerce la cervical.
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Llave de pierna recta
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Estrangulación que use la manga del quimono (Ezequiel, mangaleón, sode jime).
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Guillotina (Hadaka jime invertida, estrangulación de manos desnudas invertida).
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Omolata (Ude garami con la pierna).
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Triángulo tirando de la cabeza.
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>									Triángulo de mano.
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>								Técnica que presione las costillas o los riñones dentro de la guardia cerrada (do jime).
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>								Mano de vaca (wrist lock, luxación a la muñeca).
11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>								Single leg con la cabeza por fuera
12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>				Luxación de bíceps.
13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>				Luxación de pantorrilla.
14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>				Técnica de pierna recta.
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>				Mataleón al pie
16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			Bate estaca {slam, daki age} (golpear al adversario contra el suelo cuando nos tiene cogido en guardia cerrada o similar).
17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			Luxación cervical
18	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			Llave de talón {heel hook}.
19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			Técnica de rodilla en torsión.
20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			Cruzar el pie de fuera a dentro sobrepasando la línea de la ingle del adversario (técnica de pie de rata, guardia X y 50/50, ashi garami).
21	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			Kani basami (tijera de piernas, pinzas de cangrejo).
22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			En la técnica pierna recta, girar en la dirección de la pierna que no está siendo atacada.

23	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	En el mataleón al pie torcer hacia afuera el pie.
24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Torcer los dedos hacia atrás.
25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Agarrar el cinturón del adversario y derribarlo hacia abajo tras defenderse de un single leg cuando tiene la cabeza por fuera .

Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Estas infracciones pueden ser relacionadas con la aplicación de las técnicas, pero también pueden ocurrir al no observar las normas disciplinarias dadas en un encuentro o competición. Es importante indicar que éstas pueden detectarse antes, durante o después de un combate. A continuación se presenta una tabla en la que se describen las mismas.

Técnicas prohibidas en todas las categorías

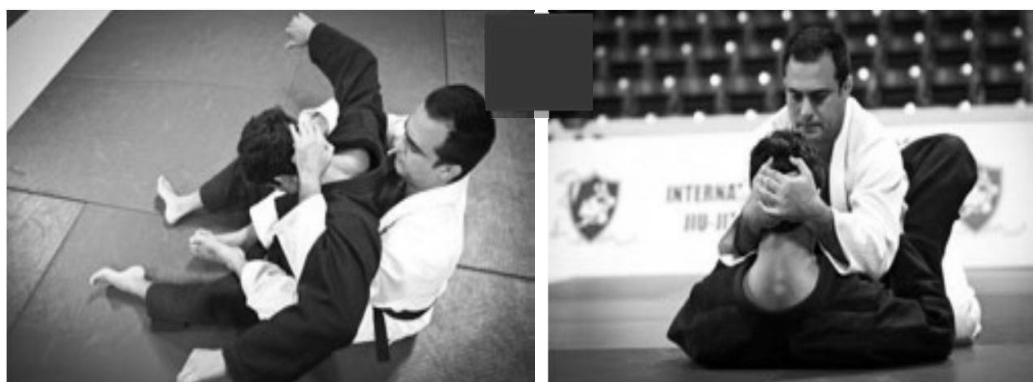
Existen movimientos y acciones que pueden resultar muy peligrosas para el oponente y por lo tanto están prohibidas siempre y son las siguientes:

Figura 12. Beta estaca



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Figura 13. Luxación cervical



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Figura 14. Llave de talón



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Figura 15. Rodilla en torsión



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Figura 16. Falta muy grave: Cruce de pierna



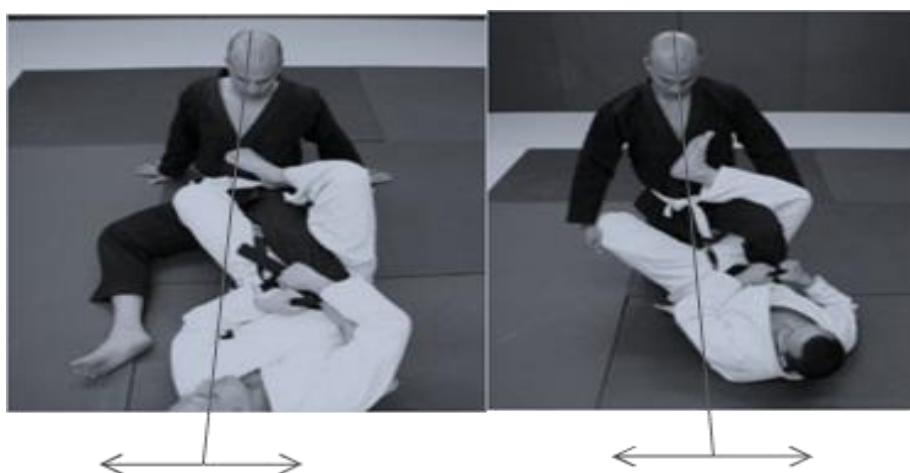
Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Figura 17. Falta muy grave



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Figura 18. Falta grave



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

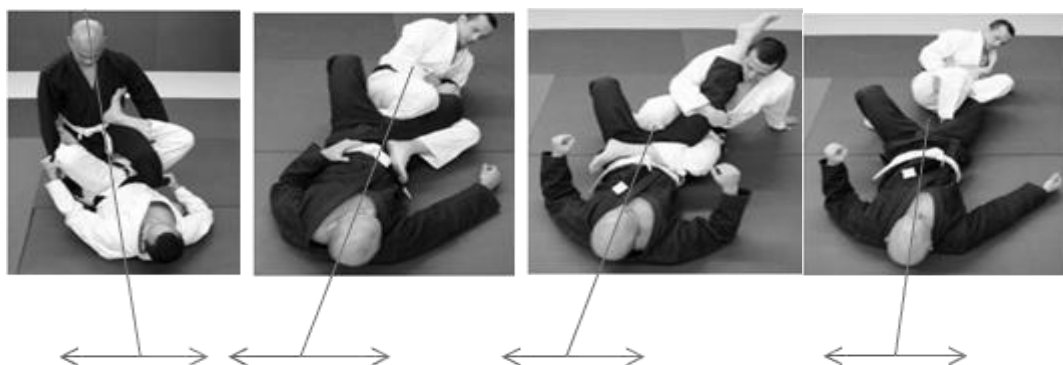
Frente a una falta grave, el árbitro debe parar la lucha y amonestar al infractor antes de continuar con el combate.

También se consideran faltas los insultos y gestos obscenos hacia un oponente o hacia cualquier persona que esté presenciando el combate. Tampoco se permite morder, halar del pelo, patadas, codazos o golpear los órganos genitales. Los competidores que no tomen con seriedad el combate también deben ser sancionados, no pueden fingir un combate ya que sería una burla.

Posiciones permitidas

En las siguientes imágenes se muestran acciones permitidas y las mismas no pueden ser consideradas infracciones si se ejecutan correctamente.

Figura 19. Posición de talón, pie, pierna



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Técnicas prohibidas adicionalmente a las anteriores, en la categoría entre 4 y 12 años:

Existe una gran variedad de acciones que pueden considerarse prohibidas, en este apartado se mencionan las más relevantes. En primer lugar, se debe mencionar las faltas relacionadas con la observación de la disciplina, este tema básicamente tiene que ver con actitudes ofensivas, irrespetuosas que tienen que ver con palabras y gestos expresados hacia otro miembro de la academia o a cualquier persona durante una competencia. En relación a la aplicación de las técnicas de combate se tienen:

Faltas graves: entre las faltas graves están todas aquellas en las que el luchador desacata las normas del combate y ejecuta prohibiciones. Ejemplo: utilizar el cinturón del oponente para realizar la estrangulación.

Faltas leves: entre las faltas leves constan aquellas como hablar con el árbitro y correr alrededor del área de combate evitando dar inicio a la lucha.

Falta de combatividad: este tipo de faltas tiene que ver con no evolucionar, no avanzar o dar un paso más adelante cuando ya se alcanza un nivel que permite y requiere ir un poco más allá.

1.4.7. Sanciones

El sentido de las sanciones es tratar de que el combate se desarrolle correctamente, dentro de la normativa correspondiente y estas pueden ser gravísimas, graves, leves y sanciones por falta de combatividad.

Las penalizaciones que se dan son las siguientes:

- Penalización: señalamiento
- Penalización: ventaja para el oponente

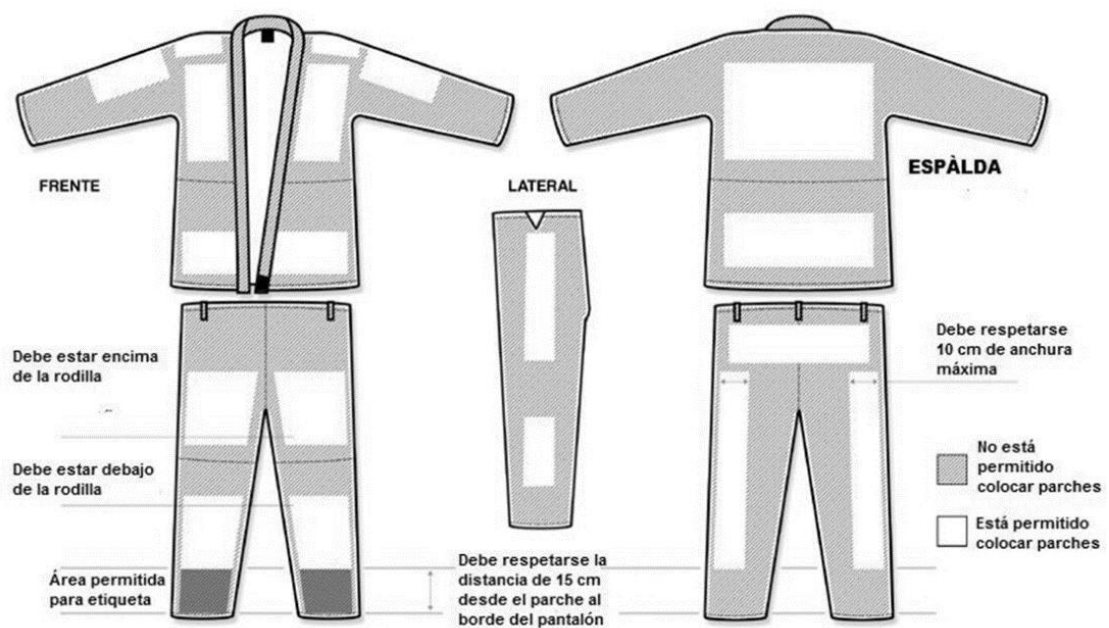
- Penalización: dos puntos para el oponente
- Penalización: descalificación

1.4.8. Obligaciones, prohibiciones y exigencias

Este artículo se refiere a la vestimenta, a la higiene y al peso y desenvolvimiento general del luchador. Las prendas que se debe llevar y sus características específicas están reglamentadas y se deben respetar. Existen particularidades sobre materiales, tamaños y colores, tanto para el kimono del hombre como para el de la mujer. En relación a la higiene se destaca la presentación impecable con relación a los pies, el cabello y las manos. Entre otras exigencias está pesarse en la balanza oficial y el uso de parches.

A continuación, se presenta un gráfico en el que se puede apreciar las características del kimono.

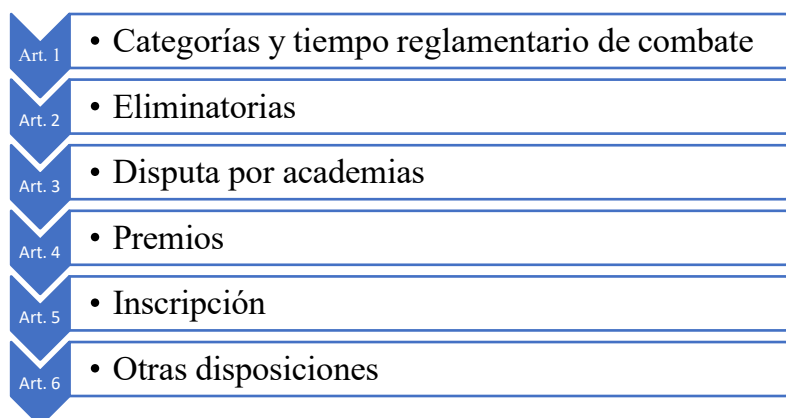
Figura 20. Vestimenta para el jiu jitsu brasileño



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

1.5. Reglamento general de competencias

Gráfico 3. Artículos sobre el reglamento general de competencias



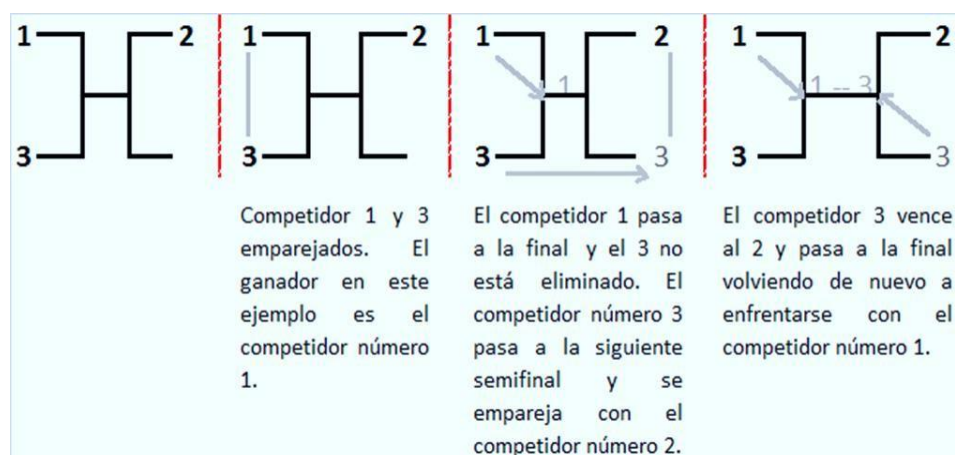
1.5.1. Categorías y tiempo reglamentario de combate

Las categorías están dadas por la edad, sin embargo, no existe un límite de edad. La edad mínima para participar en un combate es 4 años de edad. En la siguiente tabla se observa con mayor claridad las categorías, años de edad, tiempo de lucha y el color del cinto que corresponde a cada categoría.

1.5.2. Eliminatorias

En relación con las eliminatorias se debe mencionar que los combates se gestionan en organigramas, en los mismos se muestra de manera muy esquemática, quien se enfrenta con quien entre tres luchadores y así mismo con quien se enfrenta el vencedor y el que pierde el combate. A continuación, se muestra un esquema que ejemplifica el orden de enfrentamiento de los luchadores.

Figura 21. Líneas de combate en competencias



Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

Generalmente las eliminatorias se producen por eliminación simple, es decir que cada competidor que pierde va siendo eliminado y el ganador pasa al siguiente nivel de la competencia. Si un luchador falta a una pelea, no podrá retomar la competición.

1.5.3. Disputa por academias

En relación al puntaje, el resultado de quienes se colocaron en los tres primeros lugares sirven para la competencia entre academias y esto es válido para cada categoría. Para las tres primeras clasificaciones el puntaje será el siguiente:

Gráfico 4. Lugares de premiación en las competencias



En caso de empate, la academia con más medallas de oro es declarada vencedora.

- Cuando el empate es por el número de campeones, vece la academia con mayor cantidad de medallas de plata.
- En el empate en medallas de oro y plata, vence la academia con más campeones con mayor graduación
- En empate en la graduación de los campeones, vence la academia con el campeón de mayor grado pesado.
- En el caso de un empate, para todas las circunstancias mencionadas anteriormente, se designa el campeón por sorteo.

1.5.4. Premios

- La recepción de las medallas se la realiza en el podio oficial del campeonato.
- La medalla de oro es para el campeón.

- La medalla de plata es para el subcampeón.
- Hay dos medallas de bronce, una para cada uno de los terceros lugares.
- Quienes son premiados deben lucir correctamente su kimono o uniforme, de acuerdo a como se hubiere acordado en la competencia.

1.5.5. Inscripción

- El luchador que desee participar en un campeonato debe estar inscrito en una academia
- Cada academia puede realizar hasta dos inscripciones en cada categoría por peso, cinturón, edad y sexo
- Quien se encarga de la responsabilidad de las inscripciones es el profesor de cada academia y tiene potestad para hacer las variaciones necesarias
- Quien no observe las reglas específicas de la competición puede ser descalificado.
- El luchador solo debe participar en la categoría en la que fue inscrito y esta debe corresponder a su grado registrado en el IBJJ.

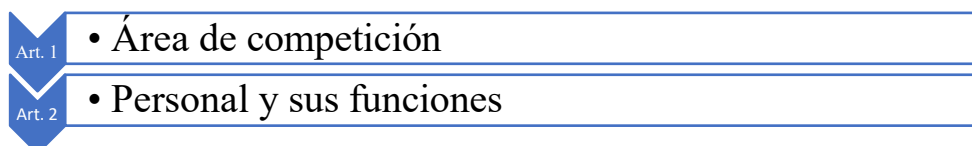
1.5.6. Otras disposiciones

- En caso de discrepancias, prevalecerán las reglas específicas del campeonato sobre el Reglamento General.
- Una persona externa no puede organizar o dar instrucciones a un luchador dentro del área de la competencia
- Ninguna persona externa al equipo podrá hablar con el personal de la mesa

1.6. Manual de formato de competencias

Existen regulaciones específicas para el desarrollo de las competencias, a continuación de describen los espacios físicos y las actividades que se desarrollan en ellos, las funciones de las personas que intervienen, combatientes, árbitros, entrenadores, organizadores y además los implementos con los que se debe contar.

Gráfico 5. Artículos sobre formatos de competencias



1.6.1. Área de competición

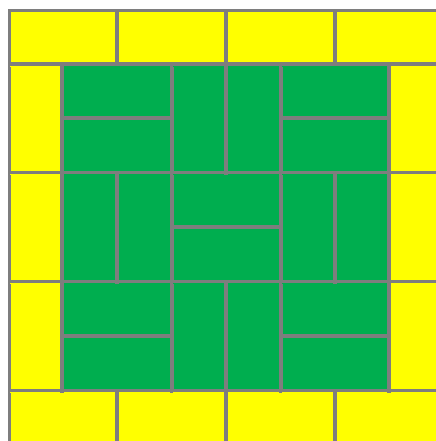
El área de competición hace referencia a los siguientes espacios:

- Marcadores de puntuación
- Zona de calentamiento
- Zona de pesaje
- Mesa de centro (arbitraje)
- Zona de premios

Esta área debe estar cubierta de colchonetas y estas deber ser de colores diferentes esto para que se pueda distinguir cada área, es decir, el área de seguridad y la de combate. También se debe indicar que el espacio extra no se considera en la competición. Además, se debe señalar que el área de combate más la de seguridad se denomina “área de competición”.

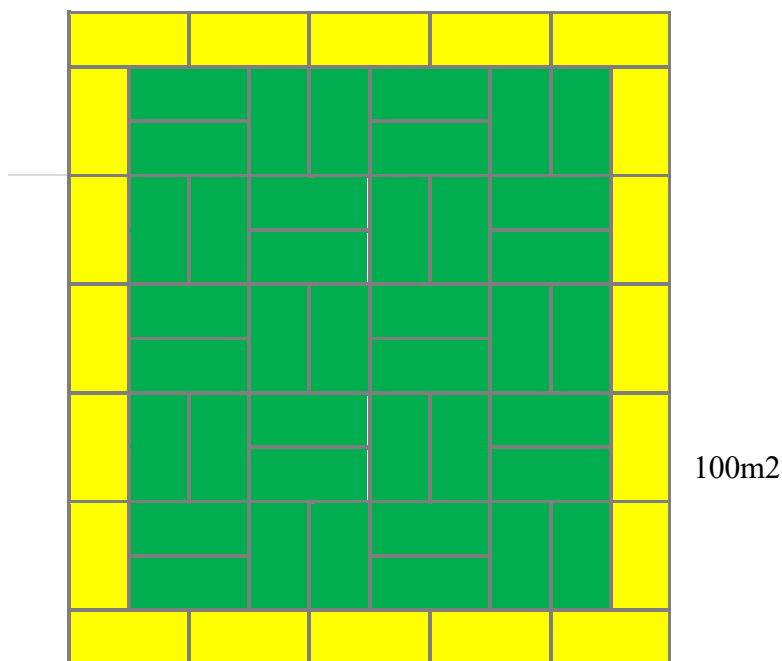
- Las dimensiones del área de competición son 64 m² para el sitio más pequeño y 100m² para el área más amplia.
- El área central que consta en color verde es el área de combate y el área amarilla es la zona de seguridad.
- También se puede notar la existencia de una mesa de arbitraje que consta de una mesa y dos sillas que debe ubicarse frente a cada área de la competencia, además debe tenerse dos marcadores y un reloj.

Gráfico 6. Formato de competición 64m²



64m²

Gráfico 7. Formato de competición 100m2



- Se debe instalar un marcador, puede ser manual y es como se presenta a continuación:

Tabla 3. Marcador

4	3	2	1	1
MONTADA CONTROL A LA ESPALDA	PASE DE GUARDIA	DERRIBO – RASPADO RODILLA A LA BARRIGA	SANCIONES	VENTAJAS

Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

- Se debe disponer de un área de calentamiento para la preparación previa de los luchadores.
- Se debe contar con una zona pesaje oficial y control de la vestimenta para inspeccionar aspectos de higiene, parches. Es indispensable contar con una báscula para el pesaje de los luchadores.

1.6.2. El personal y sus funciones

Para una competencia se debe contar con el siguiente personal:

Tabla 4. Personal y funciones en una competición de jiu jitsu

Personal	Función
Director general de la competición	Toma decisiones finales.
Supervisor de coordinadores de la competición	Se encarga de los diagramas de luchadores y ayuda a las actividades de la mesa central
Director General de Arbitraje	Trabaja sobre los árbitros y decide rotaciones en el evento.
Coordinador de Mesa Central	Entrega los diagramas de los luchadores y se encarga del registro
Asistente de Mesa Central	Gestiona todos los aspectos del combate
Árbitro	Juzga la competición
Coordinador de competición	Se encarga de recibir los diagramas, llama a los luchadores, verifica los documentos de identidad y la indumentaria.
Oficial de mesa	Registro puntos, ventajas y sanciones en el marcador. Indica el final del combate
Inspector de indumentaria	Revisa el cumplimiento de tamaño, apariencia, higiene, el estado general de la vestimenta.
Equipo de Trofeos	Llama a los ganadores al podio y entrega las correspondientes medallas.
Locutor	Desde un altavoz, indica el inicio del combate y hace anuncios generales durante todo el evento.

Fuente: (Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño, 2021)

1.7. El jiu jitsu brasileño y sus técnicas

Se cree que la práctica del jiu jitsu es milenaria, se calcula que solamente en Japón existieron más de 40.000 escuelas para enseñar este arte. Se desenvolvía de forma muy hermética prácticamente eran centros cerrados ya que este conocimiento era reservado para

unos pocos y estos eran seleccionados cuidadosamente. Los maestros guardaban con mucho celo sus secretos y en ocasiones preferían morir con ellos antes que revelarlos quien no tuviera la altura moral y técnica correspondiente para heredar su sabiduría. (Rodríguez C. , 2023)

Es importante destacar que hoy en día, a pesar de todo el camino recorrido en el desarrollo del jiu jitsu y su unificación, existen importantes diferencias entre unas y otras escuelas. Por ejemplo, algunas se especializan en el combate en el suelo y otras en la lucha de pie. En el caso del jiu jitsu brasileño, más conocido y socializado la actualidad se cuenta con técnicas y reglamentos específicos que resultan beneficiosos para el desarrollo de este deporte. Se dice que en el jiu jitsu es un deporte utilitario ya que con el manejo de diferentes técnicas capacita a una persona para defenderse de cualquier atacante, sin tomar en cuenta diferencias físicas, y es decir entre una persona grande y fuerte y otra completamente contraria a estas características.

Resulta importante elegir un método para la enseñanza aprendizaje del jiu jitsu brasileño, en la Academia Aranha Barcelona, (Aranha Barcelona, 2023), se considera que la mejor forma sería utilizar el método analítico es decir aprender cada cosa, cada vez y ejercitarse en cada momento de una técnica. En un primer momento se podría demostrar toda la técnica en su globalidad para después dividirla en varias partes, una vez divididas se podrá estudiar cada parte, comprenderla describirla, explicarla y demostrar cada movimiento y cada gesto así como también los posibles errores que se pudieran cometer y que son inherentes al desarrollo de la técnica. Luego vendría la etapa de la repetición de cada parte para finalizar con la aplicación de todos los movimientos juntos, es decir que poco a poco se va completando el movimiento total y se lo hace en secuencias parciales para ir aprendiendo el movimiento e interiorizándolo.

1.7.1. La defensa

La defensa personal es un arte y en el jiu jitsu brasileño se puede apreciar una doble ventaja ya que existe un desarrollo deportivo y utilitario. El desarrollo del equilibrio postural, la agudeza mental y la rapidez en los reflejos conforman al jiu jitsu brasileño en un mecanismo probablemente insuperable para la defensa personal incluso si el contendiente es una persona más alta y más fuerte o sea es un grupo de atacantes.

Delgado en (Jiu Jitsu Brasileiro, 2021), afirma que este deporte capacita a sus practicantes para defenderse de cualquier atacante sin importar las diferencias físicas que pudieran darse, sus técnicas brindan la oportunidad de aplicar dolor en partes claves del cuerpo

lo que permitirá al conocedor de este arte salir victorioso en un ataque. Si un atacante se abalanza sobre quién supone una presa fácil y el agredido que conoce el arte de la defensa se mueve hacia un lado, evitando al atacante, lo que era es llevar por su propio impulso al atacante hacia su desequilibrio, este perderá sus fuerzas y el atacado con un movimiento simple como una zancadilla o un fuerte tirón apresurará la pérdida del equilibrio del contrincante tras haberlo tomado con firmeza de sus ropas y dejado caer hacia atrás. El atacante deberá seguir su propio impulso entonces el agredido podrá colocar su pie en el bajo vientre del atacante para hacer volar por encima de él y al agresor, quien terminará su ataque golpeándose con rudeza contra el suelo donde posiblemente que debe inmóvil adolorido o desmayado. Es menester no olvidar jamás que la defensa personal debe activar como elemento primordial, la serenidad y la velocidad en los reflejos aunque éstas sean condiciones que actualmente las personas que viven en las grandes ciudades probablemente han ido perdiendo debido a la falta de práctica.

A modo de ejemplo se ha descrito una posible aplicación de técnica serenidad velocidad rapidez en suma destreza en aplicación del jiu jitsu brasileño, a continuación, se mencionan algunos aspectos que siempre se deberán tener en cuenta en esta práctica:.

- El dominio de ciertos golpes brindará grandes resultados no es necesario conocer todas las técnicas para aplicarlo.
- Es indispensable tener absoluta confianza en uno mismo para aplicar el jiu jitsu brasileño
- En toda ocasión es importante permanecer sereno ya que ésta es la clave para salir victorioso en un combate
- El jiu jitsu brasileño es un deporte que puede ser practicado por todas las personas, hombres y mujeres y niños. Personas de contextura gruesa o delgada.

También existen ciertas dimensiones del jiu jitsu brasileño que posiblemente no se pueden definir con técnicas estrictamente ya que van más allá del plano físico:

- Será importante recordar, que, en relación a lo físico, y que se deben conocer las posiciones más ventajosas, así como también y trabajar en un estado del cuerpo físico en el que se pueda hacer gala de agilidad suficiente.
- En el plano espiritual hay que mantener una mente ágil y despejada para que el temor no se apodere de combatiente
- La intuición también es un factor importante que se debe cultivar en la práctica del jitsu brasileño. A través de la observación constante y atenta será posible detectar

los próximos movimientos del atacante. Al observar con atención el movimiento o desplazamiento de la mirada sobre el cuerpo del oponente se estará dando indicios o pistas sobre cuál será el próximo golpe que se busca asestar. La forma de respirar también consiste en una señal, se asocia con fortaleza cuando se tiene los pulmones llenos de aire y con debilidad cuando el luchador espira. En este sentido es recomendable respirar siempre por la nariz para que el oponente no obtenga pistas sobre el próximo movimiento o punto de ataque.

Es importante señalar que Fernández, señala que las artes marciales han tenido una evolución dinámica (Quemba Joya, 2023), es decir que para efectuar una acción eficaz de defensa se requiere de un movimiento dinámico, estáticamente o parado en un solo sitio se haría difícil desarrollar una técnica de jiu jitsu. Lo que significa que cada gesto, movimiento sea directo, circular o de absorción será más potente, eficaz y elegante si se maneja técnicamente de la dinámica del desplazamiento en el espacio. En el desarrollo de cada técnica se distinguen los siguientes movimientos:

- El movimiento anticipado es útil para bloquear la energía del atacante y transformarla en fuerza cinética.
- El movimiento absorbente actúa sobre la energía cinética y hace que esta se absorba o disperse.
- También se debe mencionar la energía o Ki, denominado Kime cuando se hace referencia a la fuerza interior y Kiai, palabra o grito específico para nombrar la fuerza exterior que representan fuerza, determinación y voluntad para alcanzar un objetivo. La emoción del Kiai no sale de las cuerdas bucales sino del centro abdominal, del vientre, donde idealmente radicaría el centro de la energía de una persona.
- La posición de guardia, Kamae, permite mantener una posición de equilibrio y un cierre eficaz habiendo desequilibrado y debilitado al oponente.
- Todas las técnicas se basan en tres elementos: guardia, desequilibrio y debilitamiento.

1.7.2. El ataque

El jiu jitsu brasileño según Gracie, es uno de los resultados de la evolución del jiu jitsu (Gracie, 2008), es así que contiene y representa una gran evolución técnica de este arte, sin embargo, ciertos elementos estructurales persisten a lo largo del tiempo y le dan su carácter único, entre ellos se puede mencionar la flexibilidad mental, los intercambios de técnicas y los objetivos morales y físicos. Se ha hecho una transición de lo tradicional hacia lo moderno, de

la mentalidad oriental a la occidental y de la práctica del jiu jitsu en el dojo a la aplicación en la vida cotidiana. Para comprender mejor la esencia de este deporte se muestra en las siguientes líneas una analogía:

“En el mundo nada es más ligero
y delicado que el agua,
pero para corroer lo que es duro y fuerte,
nada es más potente que el agua.
El débil vence al fuerte
Y lo blando vence a lo duro:
Son cosas que todos conocen,
Pero que ninguno quiere poner en práctica”

Tomado de: Los libros del Tao, Tao, Te Chin, Lao Tse.

En el texto que antecede se resalta la idea del carácter del jiu jitsu brasileño como el deporte que independientemente de la fuerza del luchador resulta más importante el dominio de la técnica como factor que puede brindar la victoria antes que el físico o presencia corporal, y que no se debe dejar engañar por la apariencia ya que alguien con una presencia sencilla y que puede considerarse pequeño o débil, bien puede ganar un combate, aunque enfrente a alguien de aspecto superior en su físico. También es importante señalar que en el jitsu brasileño no existen golpes sin intención, patadas, puñetazos, estrangulamientos, palancas en los músculos y articulaciones tienen como objetivo someter al rival, inhabilitarlo hoy incapacitarlo para evitar que continúen el combate.

En el jiu jitsu brasileño si bien la lucha empieza en la posición de pie, siempre se termina en el suelo ya que este es el medio natural en el que se aplican las técnicas e incluso la destreza de manejarse en él, a diferencia de otras disciplinas, brinda ventajas al momento de luchar.

1.7.3. Ejercicios básicos

El jiu jitsu brasileño puede describirse como el contacto entre dos cuerpos en cuya dinámica éstos se afectan mutuamente y que es una experiencia en la que se integran la mente, el cuerpo y las emociones, es así que se vale de un gran conjunto de técnicas entre las que se destacan: las guardias, posiciones de dominio y posiciones de transición.

La guardia es una posición básica en la cual ninguno de los contrincantes logra tener una ventaja sobre el otro, sin embargo, existe una posición ventajosa para elaborar un ataque o para llevar al contrincante a una posición de dominio, (Balda Cedeño, 2019). La posición de dominio es aquella en la que el luchador se encuentra sobre el contrincante quien domina se encuentra arriba y en el piso se encuentra el dominado generalmente atrapado entre las piernas del dominador. Las guardias y los dominios son las posiciones en las que se realizan los ataques y las defensas de estos. Es importante indicar que las posiciones de transición pronto deben transformarse en posiciones de dominio ya que puede ser peligroso permanecer mucho tiempo en ellas.

En el aprendizaje del jiu jitsu brasileño la observación atenta y la imitación lo más fiel posible al modelo promueven la interiorización de la técnica, sin embargo, experimentar el movimiento, la técnica aplicada en el propio cuerpo será lo más apropiado para aprender a cabalidad este deporte.

Bitar (2023), menciona que es importante señalar que el aprendizaje de la técnica debe ir acompañado de la actitud del deportista que implica tanto, aspectos físicos, psicológicos, emocionales y sobre todo su predisposición mental. Por otra parte, es indispensable contar con un compañero de prácticas ya que un aprendizaje en solitario no podrá dar una correcta retroalimentación de la efectividad de la aplicación de las técnicas, es indispensable sentir la reacción, la resistencia del oponente ya que en la interacción con el otro cuerpo es donde realmente se aprende y se va perfeccionando la técnica.

1.7.4. Entrenamiento

El entrenamiento responsable y sistemático irá dando como resultado la automatización de movimientos en la aplicación de las técnicas esto significa que el deportista tendrá la capacidad de saber en qué momento y cómo debe ejecutar un movimiento. Generalmente se piensa en la mecanización como algo alejado del pensamiento, sin embargo, en el jiu jitsu brasileño la mente nunca se ausenta del cuerpo. La mecanización ayuda a una ejecución rápida y eficaz de la técnica, sin embargo, el tener la mente presente en cada momento permitirá escoger la técnica adecuada y la potente ejecución.

En el entrenamiento el ejercicio debe ejecutarse encadenando una técnica y otra secuencialmente y practicando una y otra vez de esta forma, la técnica se mecaniza en el cuerpo del deportista. Será importante tener presente que la práctica de este deporte implica necesariamente la presencia del otro, sin embargo, el otro no será un ser pasivo alguien que

solamente se presta para una práctica si no que al combatir este deberá resistir activamente y ese será su aporte para el desarrollo pleno de la lucha y el entrenamiento efectivo del deportista.

Al mismo tiempo se debe aclarar que el combate en el jiu jitsu brasileño implica un objetivo compartido que no es presentar un espectáculo al público ni conseguir un cuerpo musculoso, lo que se va a alcanzar en este deporte siempre será vencer al otro o lo que es lo mismo, que el contrincante se rinda.

Por otra parte es importante señalar que el contexto de aprendizaje, es decir, la academia en la que se practica y su ambiente institucional, también contribuyen a la construcción de características propias de la práctica que el jiu jitsu brasileño en sus deportistas, vivencias cotidianas, símbolos, valores, rituales y banderas fortalecen los vínculos entre los miembros de cada cuerpo colectivo. (Jiu Jitsu Life forme, 2018).

CAPÍTULO II

2. MARCO METODOLÓGICO

En el presente capítulo se detalla el enfoque metodológico investigativo seleccionado, los métodos y técnicas empleados para la recopilación y análisis de la información recabada. También constan los datos que proveyeron quienes intervinieron en calidad de informantes y los resultados a los que se llegó. Es importante señalar que dichos resultados constituyen la razón para el desarrollo de una propuesta pedagógica con la cual se busca mejorar la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la población infantil en la edad de 4 a 7 años, en la academia Uio-Cicero Costha.

2.1. Metodología

El término metodología nombra la forma en que, en una investigación, se enfoca los problemas y se buscan las respuestas. Se puede afirmar que método implica un conjunto de actividades predefinidas de intencionadas. Así la metodología resulta hacer el camino a seguir para llegar a un fin determinado. Este camino brinda normas y modos específicos de acción para asegurar el rigor científico y la validez de los resultados a los que se llegue. (Taylor & Bogdan, 2000),

El enfoque de investigación es la perspectiva o punto de vista con el que se va a abordar un problema de investigación. Según, Acosta (2012): “Los enfoques de investigación son un conjunto de planteamientos, sistematizados y controlados, que se encargan de orientar la resolución de un problema” (p.82). Así el enfoque investigativo está dado por el conjunto de planteamientos de los que se puede tener control y que se encuentran en orden para que el investigador logre responder a la pregunta o preguntas de investigación. Se puede afirmar que el enfoque está por un conjunto de estrategias que el investigador selecciona con el fin de ampliar la comprensión de un problema e idear posibles soluciones.

2.1.1. Tipo de estudio y alcance

Según, (Arias F. G., 2012)“El nivel de investigación se refiere al grado de profundidad con que se aborda un fenómeno u objeto de estudio” (p.23). Esto significa que el tipo de investigación indica el grado de minuciosidad del estudio que se realiza a partir de un problema de investigación. Así existen varios tipos de investigación de acuerdo al campo de estudio, enfoque, profundidad y naturaleza del problema. En la presente investigación se eligió un enfoque cuali-cuantitativo, con un diseño no experimental, transeccional y descriptivo en razón de mostrar la realidad del objeto de estudio en la actualidad.

2.2. Fases de investigación

La investigación transitó por las siguientes fases: diagnóstica, investigativa y elaboración de la propuesta: guía pedagógica.

2.2.1. Fase diagnóstica

Para analizar la situación de la enseñanza del jiu jitsu a la población infantil en la edad de 4 a 7 años, en la academia Uio-Cicero Costha se aplicó una matriz FODA. A partir de los resultados que arrojó esta herramienta diagnóstica se identificaron variables, dimensiones e indicadores que fueron estudiados, analizados, teorizados y configurados en el marco teórico del presente estudio.

2.2.2. Fase investigativa

Con base en la comprensión del objeto de estudio que brindó el desarrollo del marco teórico fue posible diseñar y aplicar los correspondientes instrumentos de investigación que permitieron efectivamente el acceso a la información deseada. El manejo de la información es un momento clave en la investigación, a través de un proceso planificado preciso y lógico fue posible acceder a información relevante. Para esta fase se tomó en cuenta los resultados arrojados en el FODA, las entrevistas realizadas tanto a padres y madres de familia como también a los docentes que imparten la enseñanza del jiu jitsu brasileño. La sistematización de la información fue plasmada en cuadros de doble entrada ya que estos permitieron organizar y relacionar la información de manera óptima. También se utilizaron tablas y gráficos estadísticos que muestran explícitamente la información compilada. Es importante recalcar que para la obtención de los datos se observaron los protocolos técnicos y éticos necesarios.

2.2.3. Fase de elaboración de la propuesta

A partir de la reflexión sobre los resultados obtenidos en la fase de investigación se llegó a la conclusión de que era necesario realizar un aporte pedagógico e innovador para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en niños y niñas de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha. Es así que tomando en cuenta elementos pedagógicos y didácticos como los conceptos esenciales de la actividad deportiva en cuestión, se plasmó esta iniciativa en una guía dirigida a instructores y/o docentes que llevan a cabo esta importante labor, todo ello con la finalidad de apoyar la enseñanza del jiu jitsu brasileño en el ámbito local.

2.3. Población y muestra

La población se define como el conjunto de individuos que comparten características comunes que en una investigación son de vital importancia. Arias (2012) indica que la población: "...es el conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación" (p.81). En relación con la muestra, esta es una parte de la población que refleja las características generales de un conglomerado y debe ser extraída según su nivel de accesibilidad. Es así que con respecto a la población y muestra se contó con la participación de 24 padres y madres de familia y de tres entrenadores quienes correspondientemente representan al 100% de los segmentos poblacionales integrantes de la academia Uio-Cicero Costha, de esta forma se justifica que fue innecesario elaborar un diseño muestral probabilístico para determinar el número de informantes intervinientes.

2.4. Métodos y técnicas

Según (Arias F. G., 2012) el análisis de la realidad requiere de la aplicación de diversos métodos y técnicas que hacen posible recoger datos objetivos e interpretarlos. En la presente investigación se han utilizado varios métodos entre los que se cuentan la investigación bibliográfica y el trabajo de campo, el método empírico y estadístico matemático cuya utilidad fue invaluable ya que permitieron analizar los datos recopilados, sistematizarlos, relacionarlos y describirlos. A través de este proceso fue posible determinar coincidencias y desacuerdos para conseguir cierta claridad sobre la realidad objeto de estudio. La investigación de la realidad debe ser una actitud sistemática y planificada para así lograr proporcionar información para la toma de decisiones con la finalidad cambiaron mejorar la realidad brindando los medios para hacerlo. Para la recopilación, tratamiento y procesamiento de la información se utilizaron:

2.4.1. Análisis documental

La recopilación de documentos físicos y digitales fue el primer paso para comprender el estado del objeto de estudio. A través del análisis documental se elaboró el marco teórico en el cual se mencionan teorías y conceptos que describen y explican que es el que jiu jitsu brasileño y cuál debería ser la mejor forma de enseñarlo.

2.4.2. Análisis y síntesis

En relación al conocimiento de la realidad existen mecanismos como el análisis y la síntesis que al descomponer el objeto de estudio en sus partes constitutivas permite al investigador entender de forma general y particular un fenómeno, una situación o una cosa y

brindan mayor cantidad de información y comprensión por ello esos procesos de pensamiento son indispensable para indagar en la realidad.

2.4.3. Inducción y deducción.

La inducción y la deducción son formas valiosas de tratar la información y llevan el pensamiento hacia un razonamiento lógico de las teorías, así fue posible profundizar en la comprensión del jiu jitsu brasileño y las necesidades educativas de los niños entre 4 a 7 años.

2.4.4. Encuesta

La encuesta es una de las técnicas de investigación más utilizada, constituye un instrumento cuya función es recopilar información sobre un tema específico y se lo hace a través de ciertos ítems o preguntas que pueden indagarse de manera presencial, por teléfono e incluso por medios informáticos. Para la presente investigación se elaboró un conjunto de preguntas dirigidas a los padres de familia de los niños y niñas de 4 a 7 años de edad de la academia Cicero Costha.

2.4.5. Entrevista

Esta técnica de recolección de datos brinda información cualitativa. Arias (Arias F. G., 2012) menciona: “Es una técnica basada en un diálogo o conversación “cara a cara”, entre el entrevistador y el entrevistado acerca de un tema previamente determinado, de tal manera que el entrevistador pueda obtener la información requerida.” (p.73). La entrevista fue necesaria para conocer el criterio de los entrenadores de jiu jitsu brasileño y así conocer cómo realizan su trabajo y su perspectiva acerca de contar con una guía pedagógica de jiu jitsu brasileño.

Cuestionario.

El cuestionario se utilizó para recoger la información de parte de los padres de familia constó de 10 preguntas cerradas y el instrumento utilizado para recopilar datos de parte de los instructores constó de 5 preguntas abiertas.

2.4.6. Validación de los instrumentos.

La validación de los instrumentos de investigación es de suma importancia ya que brindan la certeza de que estos elementos se relacionan totalmente con los objetivos y con las variables planteadas en el trabajo investigativo. Según, Hernández et al. (2014) “La validez, se refiere al grado en que un instrumento mide realmente la variable que pretende medir” (p. 200). Para la validación realizada, de los dos instrumentos, se tuvieron en cuenta los siguientes criterios:

Contenido: hace referencia a la presencia de los indicadores que constituyen la variable de investigación en las preguntas, y si efectivamente, a través de éstas, será posible evaluar lo deseado.

Constructo: hace referencia al rango de representatividad de las preguntas que constan en el instrumento de investigación, todo ello en relación a la cuantificación del concepto a medir.

Forma: hace referencia a la redacción impecable, clara y objetiva con que se presentan las preguntas en el instrumento de investigación

2.4.7. Confiabilidad.

Según, Hernández et al. (2014) “La confiabilidad de un instrumento se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales” (p. 200). Conviene subrayar, que la confiabilidad indica la suficiencia del instrumento, de sus ítems, para brindar resultados sólidos y reproducibles en condiciones determinadas. Para valorar el grado de confiabilidad se empleó el Coeficiente Alfa de Cronbach, cuya finalidad, como ya se explicó antes, es medir la consistencia del cuestionario y de cada pregunta. A continuación, se presentan los correspondientes cuadros que recogen los resultados obtenidos:

Tabla 5. Estadísticas de fiabilidad de la encuesta a padres de familia

Estadísticas de fiabilidad de la encuesta a padres de familia	
Alfa de Cronbach	No de elementos
0,890	12

Es importante señalar que el valor que debe resultar debe estar entre 0,7 y 1. Siendo así el instrumento es confiable.

Tabla 6. Estadísticas de fiabilidad de la entrevista docentes

Estadísticas de fiabilidad de la entrevista a los instructores / docentes	
Alfa de Cronbach	No de elementos
0,789	5

El significado de este resultado hace referencia a que el instrumento es confiable y por lo tanto se lo puede aplicar en esta investigación y fue así como se procedió.

2.4.8. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos

Como se ha dicho anteriormente es indispensable manejar los datos de forma eficiente para ello se lo puede hacer de manera manual, mecánica o electrónica, sin embargo, lo más importante es potenciar el valor de los datos al interrelacionarlos y brindar nuevos enfoques de análisis y comprensión de una situación o fenómeno. Es así que para procesar, interpretar y presentar la información recolectada, se utilizaron cuadros de doble entrada, gráficos y tablas estadísticas del programa Exel.

2.5. Presentación y análisis de los resultados

A continuación, se consigna la información obtenida con cada uno de los instrumentos de investigación aplicados:

Matriz FODA

Tabla 7. Matriz FODA

FORTALEZAS	DEBILIDADES
F.1. INFRAESTRUCTURA INSTITUCIONAL ADECUADA F.2. GUSTO POR EL DEPORTE POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES F.3. BUEN DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS EN LOS NIÑOS F.4. SEGURIDAD EN SÍ MISMOS COMO PERSONAS Y ACADEMIA POR PARTE DE CADA MIEMBRO DE LA INSTITUCIÓN F.5. DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD, EN LOS ESTUDIANTES, MÁS ALLÁ DEL PROMEDIO F.6. MANEJO DE LA DERROTA Y FRUSTRACIÓN EFECTIVAS EN LA ACADEMIA COMO EN COMPETENCIA F.7. FOMENTO DE LA RESPONSABILIDAD JUNTO CON LA DISCIPLINA EN LA ACADEMIA Y LA VIDA COTIDIANA F.8. APRENDEN A TENER EQUIDAD Y PRUDENCIA F.9. SOCIALIZACIÓN ENTRE GRUPOS DE DIFERENTES EDADES F.10. JUICIO Y TOMA DE DECISIONES	D.1. NO SE CUENTA CON PLANIFICACIONES PERIÓDICAS PARA LA ENSEÑANZA D.2. FALTA DE ACTUALIZACIONES EN INSTRUCTORES D.3. ALGUNOS PADRES MUESTRAN POCO INTERÉS O FALTA DE SEGUIMIENTO INDIVIDUAL D.4. POCO INTERÉS POR LOS PADRES D.5. Poca información y socialización de lo que es el JIU JITSU EN EL ÁMBITO LOCAL Y NACIONAL
OPORTUNIDADES	AMENAZAS

<p>O.1. NORMATIVA LEGAL VIGENTE QUE RECONOCE AL DEPORTE COMO ESTRATEGIA DE BIENESTAR DE LA POBLACIÓN DE TODAS LAS EDADES.</p> <p>O.2. MASIFICACIÓN DE INTERESES E INFORMACIÓN DE LOS DEPORTISTAS A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES, LO QUE HACE QUE SE INTERESEN POR REALIZAR ACTIVIDADES DIFERENTES.</p> <p>O.3. PADRES DE FAMILIA SON DE CLASE MEDIA Y ESTÁN INTERESADOS POR EL DESARROLLO INTEGRAL DE SUS HIJOS O REPRESENTADOS.</p> <p>O.4. SER SELECCIONADOS D E L ECUADOR Y REPRESENTAR AL ECUADOR</p> <p>O.5. PODER VIAJAR A BRASIL A LA SEDE CENTRAL CICERO COSTHA SAO PABLO</p> <p>O.6. APOYOS DE SPONSORS REFERENTES AL JIU JITSU PARA NIÑOS Y NIÑAS</p> <p>O.7. DESARROLLO ÓPTIMO EN DICHAS EDADES</p>	<p>A.1. INTERESES DE LOS DEPORTISTAS EN PRACTICAR OTRAS ARTES MARCIALES.</p> <p>A.2. FRUSTRACIÓN POR NO LOGRAR UNA TÉCNICA O PERDER UN COMBATE</p> <p>A.3. INADECUADA ENSEÑANZA EN LA CLASE DE PRUEBA POR LO CUAL EL NIÑO O NIÑA NO VUELVE</p> <p>A.4. FALTA DE COMUNICACIÓN ENTRE ACADEMIA PADRES</p> <p>A.5. ESCASA Y MALA INFORMACIÓN SOBRE EL BRAZILIAN JIU JITSU</p> <p>A.6. UNA MALA IMAGEN DE LAS ARTES MARCIALES (BRAZILIAN JIU JITSU) QUE INCLUYE EL PREJUICIO DE INCENTIVAR A LA VIOLENCIA</p>
--	--

Frente al constante cambio de la sociedad y de sus instituciones, el diagnóstico resulta una práctica imprescindible, es así como la matriz FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades, amenazas) se constituye en una potente técnica de análisis situacional aplicable a diversas organizaciones a pesar de haber sido creado para el ámbito empresarial. Actualmente se lo utiliza en el sector salud, en la educación e incluso para el análisis del crecimiento personal.

La importancia de aplicar un instrumento de diagnóstico como lo el FODA radica en la comprensión que la realidad inmediata que vive la institución educativa. En relación con la información obtenida se puede afirmar que la academia en la academia Cicero Costha fox kids se detectan más fortalezas y oportunidades que debilidades y amenazas.

Las fortalezas de una institución, comunidad u otro conglomerado indican todo aquello que se considera se realiza de manera correcta, se cuentan también los recursos tomados en cuenta como valiosos y lo que se piensa beneficia a la empresa u organización. Lo que significa que se señalan aspectos que van desde el aspecto físico material del club, hasta las relaciones interpersonales y la vivencia de los valores humanos. Es decir que la comunidad que conforma la Academia Cicero Costha fox kids afirma que la infraestructura institucional adecuada, que

existe el gusto por el deporte por parte de los estudiantes y un buen desarrollo de las capacidades físicas básicas en los niños. Se plantea que los niños y niñas tienen seguridad en sí mismos y en la academia. Que existe un buen desarrollo de la motricidad, en los estudiantes, más allá del promedio y que se da el manejo de la derrota y frustración efectivas tanto en la academia, como en las competencias. Como fortalezas también se mencionan: el fomento de la responsabilidad junto con la disciplina en la academia y la vida cotidiana, el aprendizaje de equidad y prudencia, la socialización entre grupos de diferentes edades y la mejora del juicio y toma de decisiones.

Entre las oportunidades se menciona la existencia de una normativa legal vigente que reconoce al deporte como estrategia de bienestar de la población de todas las edades. Este aspecto es muy importante ya que anteriormente no se contaba con esta base legal. Sobre la masificación de intereses e información de los deportistas a través de las redes sociales, se destaca la oportunidad de que más personas y específicamente niños y niñas puedan interesarse por realizar actividades diferentes, practicar artes marciales y aprender el jiu jitsu brasileño. También se reconoce que la condición socio-económica de los padres de familia de los estudiantes, es media y que esto permite que exista el interés por el desarrollo integral de sus hijos o representados. También constituyen oportunidades, la posibilidad de ser seleccionados del Ecuador y representarlo en campeonatos internacionales, poder viajar a Brasil a la sede central Cicero Costha Sao Pablo, los apoyos económicos de sponsors y la ocasión de lograr el desarrollo óptimo de niños y niñas de 4 a 7 años de edad.

Sobre las debilidades detectadas se indican sobre todo aspectos pedagógicos como que no se cuenta con planificaciones periódicas para la enseñanza, la falta de actualizaciones en instructores, el poco interés o falta de seguimiento individual del progreso de cada estudiante, poco interés por parte de algunos padres de familia y la poca información y socialización de lo que es el jiu jitsu en el ámbito local y nacional.

Una importante puntualización es que una debilidad detectada es la que señala la falta de planificaciones didácticas que guíen la enseñanza del jiu jitsu. Se debe tomar en cuenta que muchos instructores que cumplen el rol de docentes en la academia son deportistas destacados que conocen muy bien de las técnicas de este deporte y que sin embargo, es probable que desconozcan la mejor forma de realizar un trabajo pedagógico.

Al mismo tiempo las amenazas detectadas se relacionan con aspectos pedagógicos entre los que se cuenta no brindar una clase demostrativa que enganche al estudiante y al padre de familia para vincularse al aprendizaje del jiu jitsu brasileño. También consta la frustración por no lograr una técnica o perder un combate, el interés de los deportistas por practicar otras artes

marciales debido a la escasa información sobre el jiu jitsu brasileño constituyen importantes amenazas que se deberán solucionar a futuro y finalmente un estereotipo que se debe eliminar y es la imagen negativa de las artes marciales como aquello que promueve o incentiva a la violencia.

La aplicación del FODA en la academia Cicero Costha fox kids, partió de la elaboración de un listado de ideas, obtenido a través de una lluvia de ideas, sobre aspectos positivos y negativos de la institución. Es importante señalar que todos los miembros de la academia participaron en la elaboración del FODA.

A continuación, se presenta la matriz que responde o complementa la matriz FODA y que contiene las estrategias enfocadas en la resolución de las debilidades y amenazas; y las que corresponden a la potenciación de las fortalezas y oportunidades.

Tabla 8. Matriz estrategias FODA

	FORTALEZAS	DEBILIDADES
OPORTUNIDADES	<p>F2 –O2: La edad del grupo objetivo de estudiantes presenta un alto interés por practicar el deporte en la academia Uio-Cicero Costha, ello ha sido promovido desde la vocación o también por influencia de las redes sociales</p> <p>F3-07 Se cuenta con el contingente adecuado para que los niños y niñas puedan obtener un desarrollo completo en sus habilidades motrices básicas</p>	<p>O3 – D1: Al contar con familias que poseen un ingreso económico de clase media se puede financiar la contratación de un instructor muy profesional.</p> <p>O2-A6: Se debe brindar una imagen impecable del arte marcial y evitar asociarla a la violencia, el abuso y la irresponsabilidad.</p>

AMENAZAS	<p>F2 – A1: Si bien es cierto que los estudiantes se sienten atraídos por otras artes marciales, existe el interés por el jiu jitsu brasileño, de tal manera que con una campaña de concientización y motivación se podría lograr que más deportistas se inclinen por este.</p> <p>F4-A2: La falta de una formación profesional correcta por parte de los instructores o profesores y de un método de enseñanza podría resultar en prácticas erróneas y frustración en el aprendizaje de la técnica. Por ello, sería estratégico brindar formación profesional a los instructores o cuando menos que ellos cuenten con una guía pedagógica que haga más efectivo su trabajo.</p>	<p>A2 – D1: Es posible diseñar e implementar un plan pedagógico que apoye la correcta enseñanza del jiu jitsu brasileño. Se deberá integrar actividades que puedan fortalecer la integridad y desarrollo personal del estudiante.</p> <p>A4-D4: Siempre debe existir una comunicación entre la academia y padres para saber cómo están los niños y sus comportamientos</p>
-----------------	--	--

El cruce o relación entre los elementos de la matriz FODA brindan la oportunidad de visualizar estrategias de resolución de los problemas detectados a través de esta metodología. En la matriz que antecede se presentan las estrategias que corresponden directamente a la atención educativa de los niños y niñas de 4 a 7 años O1-D1 se observa que se debe contar con una guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños entre 4 a 7 años en la Academia Uio-Cicero Costha.

2.5.1. Resultados de la entrevista a los instructores de jiu jitsu brasileño

Se realizó una entrevista en la que contestaron cinco preguntas referentes al ejercicio de la enseñanza del jiu jitsu a niños y niñas de 4 a 7 años en la Academia Uio-Cicero Costha. A continuación, constan las preguntas, las respuestas y el correspondiente análisis.

Tabla 9. Utilidad de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en niños

Pregunta 1: ¿Qué utilidad tienen el jiu jitsu brasileño para los niños de 4 a 7 años?		
Instructor 1	Instructor 2	Instructor 3
Personalmente considero que es significativo este tipo de aprendizaje. En esta época los estudiantes necesitan saber defenderse. Me atrevo a decir que el jiu jitsu puede ayudar a los niños y niñas a sentirse más seguros.	El desarrollo motriz es un gran aporte en el crecimiento integral de los niños, esa sería la importancia de aprender jiu jitsu brasileño. También pueden defenderse en la escuela.	Con la forma en la que hoy viven las familias, es decir, en total inactividad física, resulta indispensable que niños y niñas tengan un horario para trabajar su cuerpo, esto les ayudará en todas sus actividades, en la casa y en la escuela

Análisis e interpretación

Los entrevistados señalan que el aprendizaje del jiu jitsu brasileño es útil para los niños y niñas de 4 a 7 años ya que con ello obtienen una forma de defensa en el entorno escolar. También señalan que este aprendizaje sería útil para la salud de su cuerpo.

Tabla 10. Manera de mejorar la enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños

Pregunta 2: ¿De qué manera mejoraría su enseñanza del jiu jitsu brasileño a los niños de 4 a 7 años?		
Instructor 1	Instructor 2	Instructor 3
Creo que podría mejorar si dispongo de mayor organización en lo que se enseña en cada	Podría mejorar mis clases si los niños asistieran con regularidad y puntualidad a la academia ya que a veces	Es importante pensar en mejorar y si en la academia contaran con libros, material didáctico

clase ya que a veces no sigo una temática y aprovecho el ánimo particular de los niños, sus motivaciones de un día en específico.	debo repetir la clase porque faltan más de dos niños y bueno eso es una dificultad en mi trabajo.	sobre la enseñanza del jiu jitsu brasileño podría incluir en las prácticas lecturas e informaciones teóricas que los niños deberían conocer y se sentirían motivados
---	---	--

Análisis e interpretación

Los instructores indican que es posible mejorar la enseñanza del jiu jitsu brasileño a través de una mejor organización de los temas de clase, a través de una asistencia responsable por parte de los niños y si ellos tuvieran libros y material didáctico que enriquezca sus clases.

Tabla 11. Planificación para dar clases

Pregunta 3: ¿Realiza alguna planificación para dar sus clases?		
Instructor 1	Instructor 2	Instructor 3
No. Yo conozco todas las técnicas y manejo mi forma propia de enseñar.	A veces he tratado de organizar y esquematizar los temas, pero no lo hago con frecuencia	No me parece muy importante, no conozco mucho de las técnicas que usan los profesores

Análisis e interpretación

Los instructores entrevistados indican unánimemente que no cuentan con una planificación didáctica para desarrollar sus clases y que básicamente desarrollan su trabajo basados en su experiencia.

Tabla 12. Evaluación técnica del avance de los estudiantes

Pregunta 4: ¿Evalúa técnica y sistemáticamente el avance de sus alumnos jiu jutsu brasileño?		
Instructor 1	Instructor 2	Instructor 3
Evaluación como tal, creo que no, pero sí,	Conozco las habilidades y dificultades de	La evaluación se ve en los eventos, en cómo se

tomo en cuenta el avance de cada niño y le brindo, apoyo extra, si lo necesita.	cada niño con el que trabajo y en cada clase realizo un trabajo grupal y ejercicios individuales y esa es la evaluación que yo hago.	desenvuelven los niños en las competencias y de acuerdo a esto se trabaja en mejorar las técnicas.
---	--	--

Análisis e interpretación

Los informantes señalan que no realizan una evaluación sistemática y formal del proceso de aprendizaje de sus estudiantes, sin embargo, utilizan la observación para darse cuenta el nivel de desarrollo en el aprendizaje del jiu jitsu brasileño que alcanzan sus estudiantes y además brindan apoyo individual.

Tabla 13. Utilización de Guía Pedagógica mejora el proceso enseñanza aprendizaje

Pregunta 5: ¿La utilización de una guía pedagógica podría ayudarle a mejorar la enseñanza de jiu jitsu brasileño a los niños y niñas de 4 a 7 años?		
Instructor 1	Instructor 2	Instructor 3
Una guía pedagógica podría ser útil para tener mayor claridad en lo que los niños deben aprender en cada clase y sería una forma más práctica de saber que técnicas se trabajan y cuánto tiempo se dedica al aprendizaje de cada una, también sería bueno para no olvidar ningún tema.	Aunque no lo había pensado, creo que si sería bueno tener un material de apoyo, porque no soy profesor, soy instructor y no conozco de formas específicas de enseñar.	Sería clave para desarrollar las técnicas, sería una ventaja en comparación con la forma en la que se trabaja en otras academias, en general creo que no se usan guías para dar estas clases.

Análisis e interpretación

Los entrevistados están de acuerdo en que contar con una guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño sería clave para mejorar la enseñanza de este deporte y que contar con este material haría la diferencia en relación a otras academias.

2.5.2. Análisis general de la entrevista a los entrenadores del jiu jitsu brasileño

Las preguntas aplicadas tuvieron como finalidad conocer la forma como los instructores enseñan el jiu jitsu brasileño. De acuerdo con los datos obtenidos se puede afirmar que los instructores no cuentan con un material educativo específico para este fin y que sería muy positivo que ellos tuvieran a su alcance una guía de trabajo en la cual se recojan de manera clara y ordenada las técnicas que se deben trabajar en cada clase para así poder enriquecer su trabajo y lograr que los niños aprendan de manera eficaz.

Tabla 14. Datos de los validadores

Validadores	Áreas de desempeño	Lugares de estudio
Luis Narváez	Entrenador deportivo, Instructor de jiu jitsu brasileño	Universidad Central del Ecuador
Esteban Quezada	Instructor en gimnasios e Instructor de jiu jitsu brasileño	Universidad Central del Ecuador
Stalyn Morales	Profesor de Cultura Física, Instructor de jiu jitsu brasileño	Universidad Central del Ecuador

Resultados de la aplicación de la encuesta aplicada a los padres y madres de familia

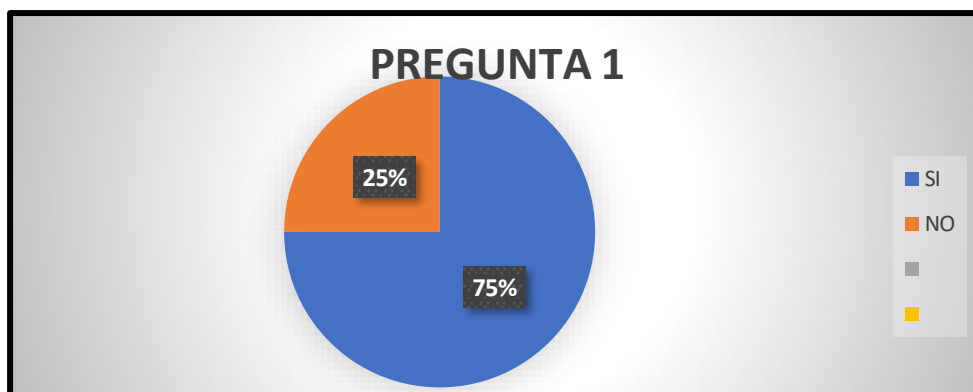
A continuación, se presentan los resultados obtenidos en la aplicación de la encuesta aplicada a los padres de familia de los niños y niñas que toman clases de jiu jitsu brasileño en la academia Uio-Cicero Costha. Se muestran los datos obtenidos pregunta por pregunta y se adjunta el correspondiente análisis e interpretación.

1. ¿Cree usted que exista la necesidad de una guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años, en la academia MMA el valle Uio-Cicero Costha?

Tabla 15. Necesidad de Guía pedagógica para la enseñanza del Jiu Jitsu

Frecuencias	Respuestas
SI	18
NO	6

Gráfico 8. Necesidad de Guía pedagógica para la enseñanza del Jiu Jitsu



Análisis: En la primera el 75% cree que sí existe la necesidad de realizar una guía pedagógica de la enseñanza del jiu jitsu brasileño para niños y niñas, frente a un 25 % que responde que no es necesario.

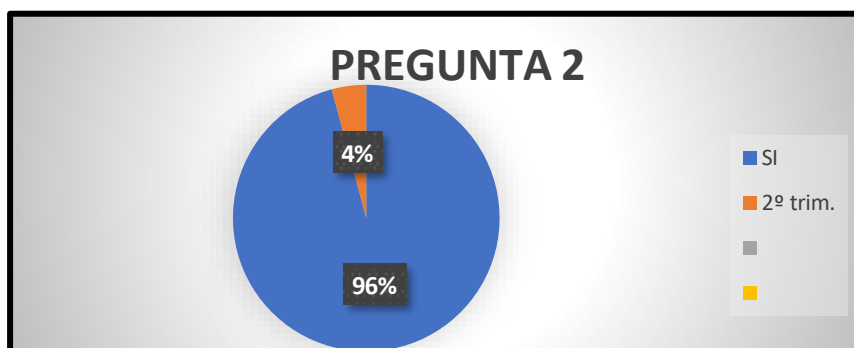
Interpretación: Casi la totalidad de los encuestados piensa que existe la necesidad de tener una guía pedagógica de la enseñanza de jiu jitsu brasileño para lograr que los niños y niñas adquieran un buen aprendizaje y desarrollo en esta disciplina.

2 ¿Cree usted que con la aplicación de la guía pedagógica, los niños van a tener un mejor desarrollo de sus habilidades básicas en relación al aprendizaje del jiu jitsu brasileño?

Tabla 16. Desarrollo de habilidades básicas en niños con Guía Pedagógica

Frecuencias	Respuestas
SI	23
NO	1

Gráfico 9. Tabla 17. Desarrollo de habilidades básicas en niños con Guía Pedagógica



Análisis: El 96% que cree que sí va a existir un mejor desarrollo en las habilidades físicas básicas de los niños y niñas, frente a un 4 % que responde que no va a existir un mejor desarrollo.

Interpretación:

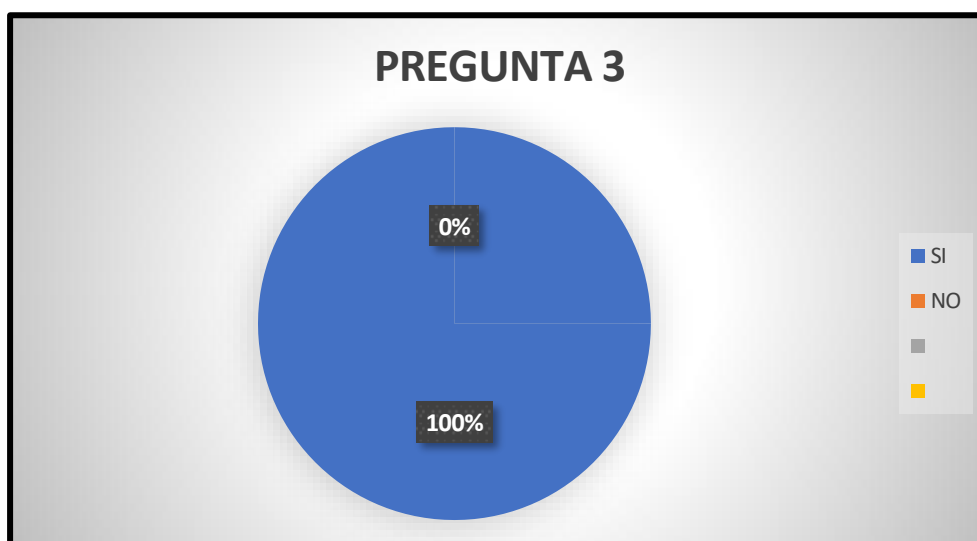
Casi la totalidad de los encuestados indica que podría existir un mayor desarrollo en las habilidades básicas de los niños y niñas si se cuenta con una guía pedagógica.

3 ¿Cree usted que con un aprendizaje basado en la aplicación de una guía pedagógica los niños y niñas van a poder defenderse mejor en caso de agresión?

Tabla 18. Aprendizaje con Guía Pedagógica mejorar su defensa ante agresiones

Frecuencias	Respuestas
SI	24
NO	0

Gráfico 10. Aprendizaje con Guía Pedagógica mejorar su defensa ante agresiones



Análisis:

El 100% que cree que los niños y niñas sí van a poder defenderse mejor en caso de una agresión o bullying sí cuentan con el conocimiento del jiu jitsu brasileño, frente a un 0 % que responde que no.

Interpretación:

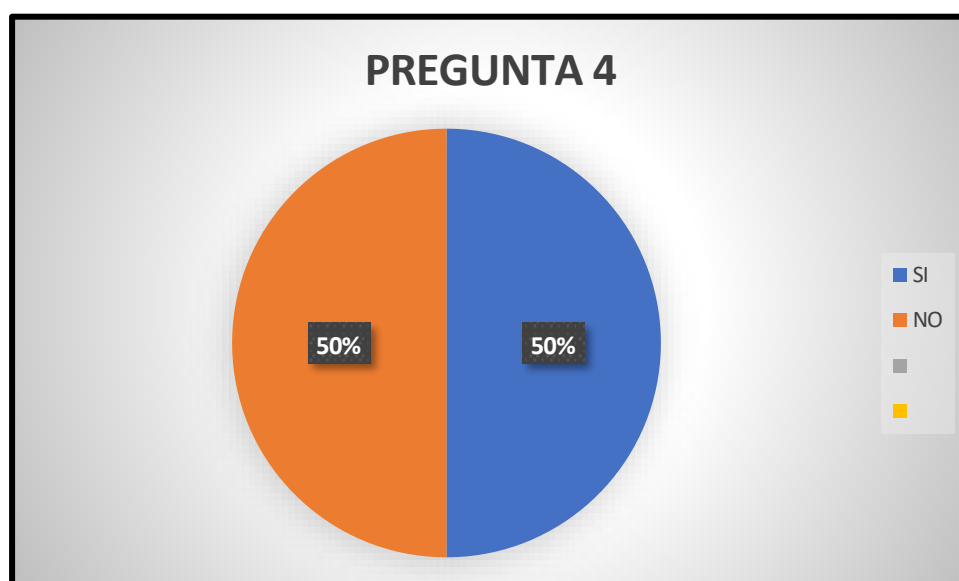
La totalidad de los encuestados piensan que los niños y niñas si van a poder defenderse mejor en el momento de una agresión o bullying.

4. ¿Cree usted que con la enseñanza de brazilian jiu jitsu, es posible que los niños y niñas se vuelvan agresivos?

Tabla 19. Agresividad de los niños con el aprendizaje de brazilian jiu jitsu

Frecuencias	Respuestas
SI	11
NO	13

Gráfico 11. Agresividad de los niños con el aprendizaje de brazilian jiu jitsu



Análisis:

El 50% cree que con el aprendizaje del jiu jitsu brasileño los niños y niñas sí se vuelven agresivos, frente a un 50 % que indica que no se vuelven agresivos

Interpretación:

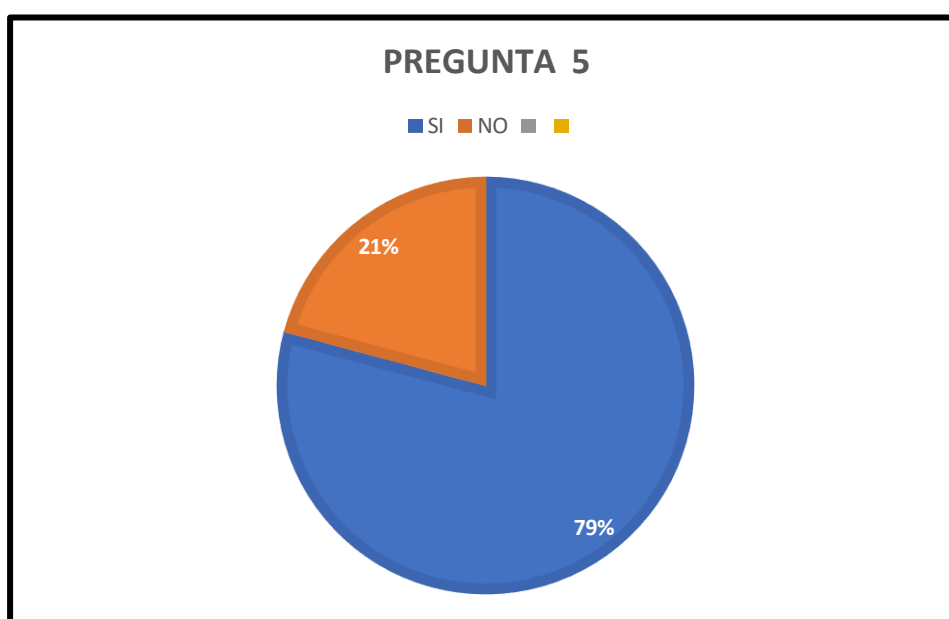
La mitad de los encuestados indica que este arte marcial, el jiu jitsu brasileño si hace que los niños y niñas se vuelvan agresivos, mientras la otra mitad piensa que no es así.

5. ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas van a desarrollar valores y disciplina, en la academia deportiva como en la vida cotidiana?

Tabla 20. Valores y disciplina con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño

Frecuencias	Respuestas
SI	19
NO	5

Gráfico 12. Valores y disciplina con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño



Análisis:

El 79% cree que sí, que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en los niños y niñas se van a fomentar valores, con la disciplina y las responsabilidades, tanto en la academia como en la vida cotidiana, mientras que el 21 % nos indica que no.

Interpretación:

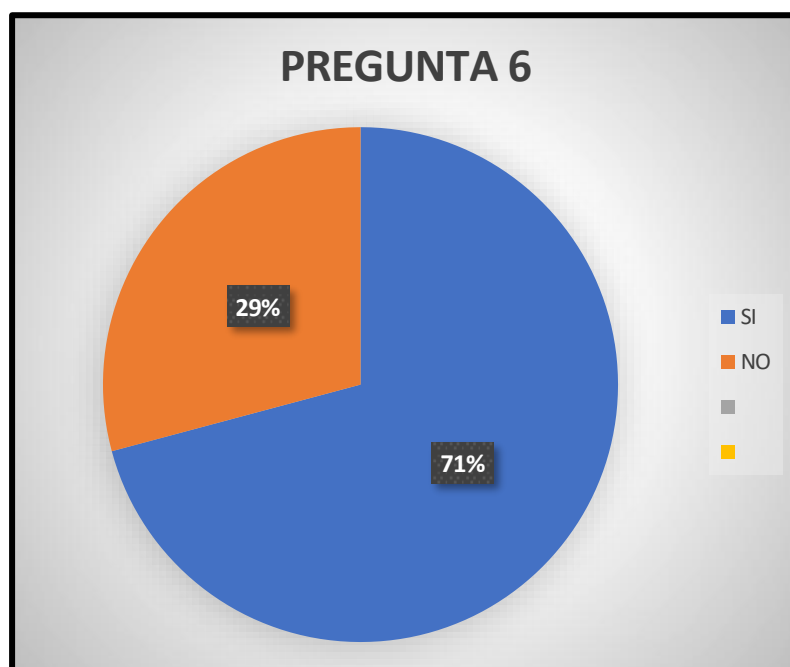
Casi la totalidad de los encuestados indica que el aprendizaje del jiu jitsu brasileño ayudará a los niños y niñas a fomentar valores y disciplina marcial junto con la disciplina, tanto en la academia como en la vida cotidiana.

6 ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas van a demostrar equidad, prudencia y sociabilidad entre las diferentes edades?

Tabla 21. Demostración de equidad, prudencia y sociabilidad con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño

Frecuencias	Respuestas
SI	17
NO	7

Gráfico 13. Demostración de equidad, prudencia y sociabilidad con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño



Análisis:

En la sexta pregunta respondieron un 71% creen que sí, que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas van a aprender a mostrar equidad, prudencia y sociabilidad entre sus compañeros mientras que el 29 % indica que no considera que esto sea así.

Interpretación:

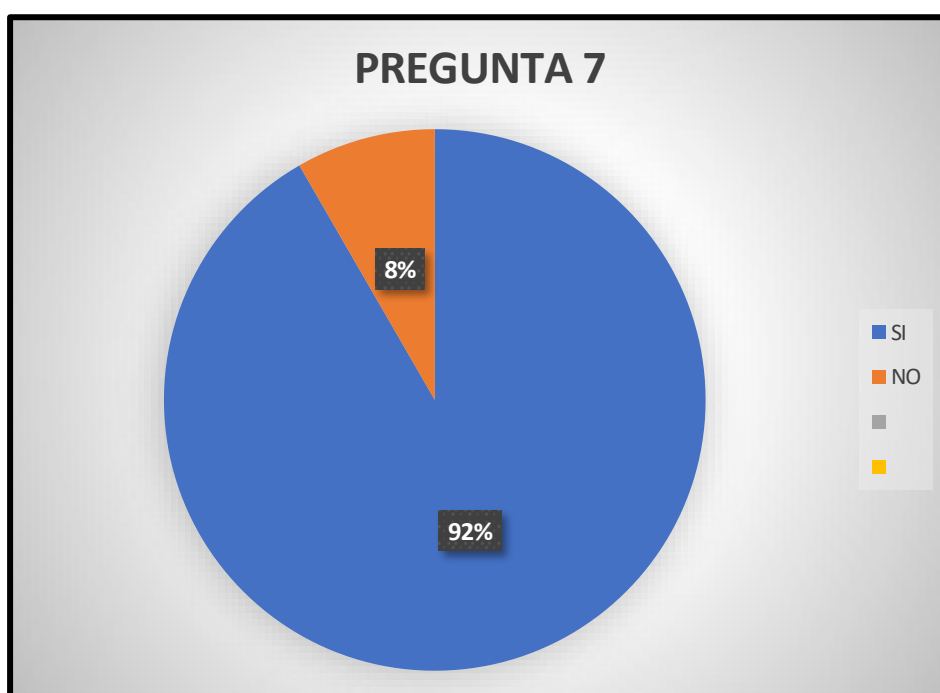
Un gran porcentaje de encuestados indica que los niños y niñas sí van aprender valores para la sana convivencia, un pequeño porcentaje indica que no es así. Posiblemente el conocimiento de las premisas filosóficas que alientan este arte marcial, hace que los padres de familia esperen este tipo de beneficio en el aprendizaje del jiu jitsu brasileño.

7 ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños y niñas van a tener gusto por el deporte y la actividad física?

Tabla 22. Gusto por la actividad física y deporte con la enseñanza del brazilian jiu jitsu

Frecuencias	Respuestas
SI	22
NO	2

Gráfico 14. Gusto por la actividad física y deporte con la enseñanza del brazilian jiu jitsu



Análisis:

El 92% cree que sí, que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas van a tener gusto por el deporte y la actividad física mientras que el 8 % nos indica que no van a tener gusto por el deporte y la actividad física

Interpretación:

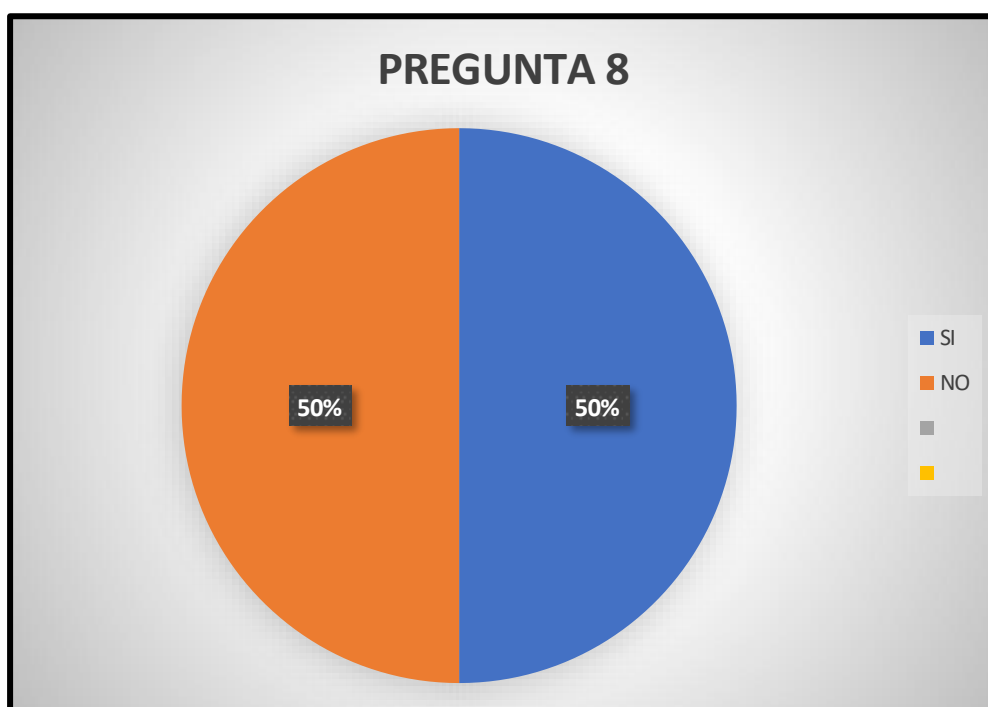
Una gran mayoría de entrevistados cree que los niños y niñas a futuro si van a tener gusto por el deporte y la actividad física gracias al aprendizaje y práctica del jiu jitsu brasileño.

8 ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas a futuro van a poder tener un mejor juicio y toma de decisiones?

Tabla 23. Mejora en la toma de decisiones a futuro con el aprendizaje del jiu jitsu brasileño

Frecuencias	Respuestas
SI	12
NO	12

Gráfico 15. Mejora en la toma de decisiones a futuro con el aprendizaje del jiu jitsu brasileño



Análisis:

En la octava pregunta un 50% cree que sí, que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas a futuro van a poder desarrollar mejor el juicio y toma de decisiones mientras que el 50 % indica que no lo cree.

Interpretación:

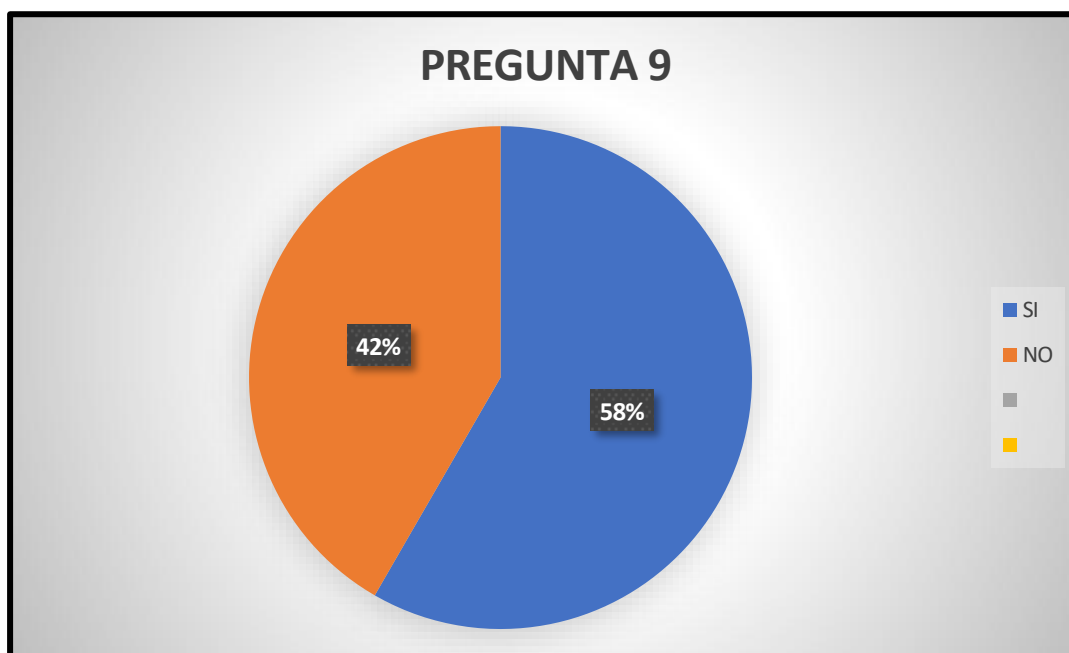
La mitad de los encuestados considera que el aprendizaje práctica del jiu jitsu brasileño ayudará a sus hijos a tener mejor juicio y toma de decisiones, mientras la otra mitad considera que no es así.

9 ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas van a tener un mejor estilo de vida, rendimiento físico, académico?

Tabla 24. Mejor Estilo de vida con la enseñanza del jiu jitsu brasileño

Frecuencias	Respuestas
SI	14
NO	10

Gráfico 16. Mejor Estilo de vida con la enseñanza del jiu jitsu brasileño



Análisis:

En la novena pregunta un 58% indica que sí, que por medio de la enseñanza del jiu jitsu brasileño los niños y niñas van a tener un mejor estilo de vida, rendimiento físico y académico; y como seres humanos mientras que el 42 % nos indica que no lo cree posible.

Interpretación:

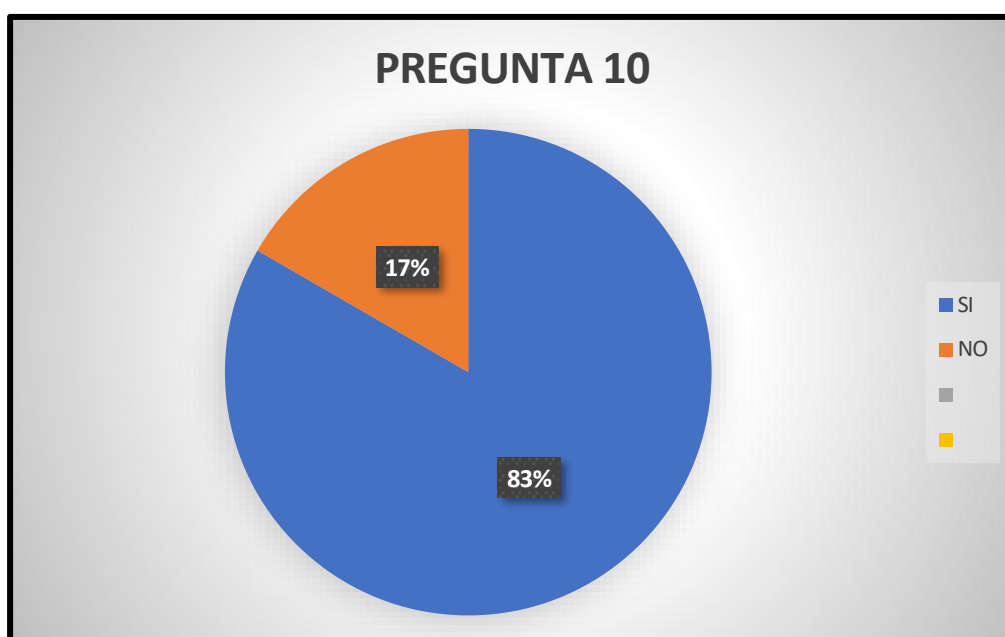
Algo más de la mitad de los encuestados cree que los niños y niñas sí van a tener un mejor estilo de vida, rendimiento físico y académico; y como seres humanos y el resto indica que no es así.

10 ¿Cree usted que los instructores de jiu jitsu brasileño deben capacitarse y actualizarse en métodos de enseñanza y jiu jitsu?

Tabla 25. Instructores mejor capacitados y actualizados en métodos de enseñanza del jiu jitsu brasileño

Frecuencias	Respuestas
SI	20
NO	4

Gráfico 17. Instructores mejor capacitados y actualizados en métodos de enseñanza del jiu jitsu brasileño



Análisis:

El 83% cree que los instructores sí deben capacitarse y actualizarse en nuevos métodos de enseñanza del jiu jitsu y un 17 % indica que no lo deben realizar.

Interpretación:

Casi la totalidad de los encuestados indica que si creen que deben tener actualizaciones los instructores ya que cada vez existen innovaciones de enseñanzas como las técnicas de jiu jitsu brasileño y así poder brindar una mejor enseñanza.

2.6. Triangulación de resultados

La presente investigación tuvo como objetivo conocer la situación de enseñanza aprendizaje del jitsu brasileño en la academia Uio-Cicero Costha y en función de esta realidad

proponer la creación de una guía pedagógica que mejore el trabajo que realizan los instructores de este deporte.

Los resultados obtenidos a través de la aplicación de varios instrumentos investigación entre los que se cuentan la matriz FODA, la matriz de estrategias de resolución FODA, la entrevista a instructores/ docentes y la encuesta a los Padres y madres de familia, arrojaron resultados como los siguientes: se puede afirmar que los instructores de jiu jitsu brasileño no desarrollan la enseñanza de este deporte sobre bases teórico- técnicas, la enseñanza de este deporte se la realiza desde una perspectiva personal y particular, los instructores basan su trabajo en la experiencia que han adquirido siendo deportistas, practicantes de este arte y finalmente se hace evidente que los instructores requieren material de apoyo para enriquecer su trabajo.

Es así como resulta indispensable y urgente la creación de una guía pedagógica en la que se recojan las principales técnicas, estrategias y características fundamentales del jiu jitsu brasileño que pueda constituirse en el apoyo práctico para que el instructor de este deporte logra enriquecer la enseñanza del mismo.

CAPÍTULO III

3. GUÍA PEDAGÓGICA

En el presente capítulo, y en función de los resultados obtenidos en la investigación, se presenta una Guía pedagógica para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años, en la academia Uio-Cicero Costha.

3.1. Presentación de la propuesta

Una guía pedagógica es una herramienta educativa que brinda directrices claras, dinámicas y efectivas que facilita el proceso de enseñanza y el aprendizaje que el maestro promueve en el ámbito educativo.

Objetivo: brindar un aporte pedagógico innovador para la enseñanza del jiu jitsu brasileño en la edad de 4 a 7 años en la academia Uio-Cicero Costha.

3.1.1. Fundamentación de la práctica del jiu jitsu en la edad de 4 a 7 años:

El jiu jitsu brasileño se ha constituido como deporte, arte marcial y también se lo conoce como un sistema de defensa personal que ha heredado, a lo largo de la historia, componentes de varias culturas, especialmente de la japonesa.

Entre las principales características del jiu jitsu brasileño constan la lucha a mano limpia, es decir, sin ningún objeto o arma; el combate en el piso que permite potencializar y utilizar la fuerza del oponente y la flexibilidad ya que al ejercitar el cuerpo a través de este arte se ejercitan diversos músculos. De manera individual este deporte aporta fortaleza física y agilidad mental. El aporte para el equipo de practicantes está en la convivencia armónica y respetuosa. Es un deporte que fortalece el cuerpo y el espíritu. Ofrece las mejores condiciones para estimular la energía, el dinamismo, el vigor y la salud. Además es una actividad que respalda la defensa propia en caso de afrontar un ataque o vivir una acción violenta.

La enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños de 4 a 7 años debe fundamentarse en acciones didácticas planificadas y sistemáticas. Los aprendices deben saber por qué y para qué practican este arte, conocer sus reglas y sus beneficios. Esta disciplina implica el estricto cumplimiento de las normas y esto constituye un importante aprendizaje para los niños ya que les ayuda a formar su carácter y a forjar hábitos de orden y perseverancia. Por otra parte, esta es una actividad apta para hombres y mujeres.

Según, Arruda (2014), existen ciertos aspectos en la formación de los niños que deben tomarse en cuenta para trabajar las técnicas del jiu jitsu brasileño y son los siguientes:

Perseverancia: cuando el estudiante aprende un movimiento nuevo, es posible que no lo realice correctamente en el primer intento, sin embargo, observando con atención el modelamiento que realiza el instructor, imita y repite una y otra vez el movimiento hasta que logra hacerlo a la perfección. Cada ejercicio debe ser realizado con rigurosa precisión.

Coordinación: la coordinación natural no es algo que ocurre con frecuencia es algo que hay que ejercitar, básicamente consiste en realizar únicamente los movimientos estrictamente necesarios para lograr que el cuerpo entero actúe en una actividad simultánea sin mayor esfuerzo.

Rapidez: para desarrollar cada ejercicio es muy importante realizarlo con gran velocidad, se debería tratar de asemejar a un relámpago para la defensa y el ataque exitoso.

Relajación: el nerviosismo destruye la posibilidad de lograr efectividad en un combate por eso se debe mantener la relajación que deviene de la confianza de manejar una técnica con destreza. Para el estudiante es importante comprenderse a sí mismo y sus posibilidades reales para tener confianza y relajarse de esta forma, evitará dañar su salud física y mental.

Higiene: la práctica del jiu jitsu brasileño implica vivir como un deportista es decir llevar una vida sin desórdenes de ninguna clase trabajar en el dominio de cualquier situación. Una vestimenta impecable acompaña siempre la práctica del jiu jitsu. Es importante tomar en cuenta el uso del tatami con pies descalzos y poner atención en su lavado y cuidado de llevar las uñas de manos y pies cortas para evitar algún accidente y de igual manera mantener la higienización del entorno del lugar en el que se realicen las prácticas.

Alimentación: la alimentación de un deportista es muy importante tanto lo que se come y como se lo come es importante insistir en la masticación lenta y minuciosa sin embargo no debe ser demasiado lenta ya que esto haría que la persona pierda el apetito gimnástica en cambio demasiado rápido podría tener dificultades en su digestión.

Es importante también contar con una guía nutricionista ya que el deportista necesita llevar una dieta más potente debido al ejercicio que realiza sin embargo es importante anotar que la dieta debe ser variada debe contener alimentos de todos los grupos alimenticios especialmente aquellos que le brindan mayor energía.

La respiración: para que los niños se ejerciten en el jits o brasileño es importante tomar en cuenta el tema de la respiración. Siglos atrás la respiración perfecta del ser humano le proporcionaba un tórax y una respiración funcional y perfecta. Todas las personas saben respirar y lo hacen de una manera natural, sin embargo, aprender a respirar es algo que hoy en día está en total vigencia. La vida sedentaria provocada por los avances de la civilización y que brinda cada vez más comodidad y menor esfuerzo ha provocado que la capacidad pulmonar se

vaya reduciendo. Respirar de forma incorrecta puede provocar intoxicación y daño del organismo.

El líneas anteriores, se ha revisado algunos aspectos a tener en cuenta para la enseñanza del jits o a niños de 4 a 7 años a continuación se revisarán algunos aspectos técnicos educativos o pedagógicos.

3.1.2. Fundamentación pedagógica

A través de la historia y gracias a diversos aportes se ha dado con la pedagogía que es la ciencia cuya misión es brindar las razones y hora de cocinar los caminos más eficientes para educar a los niños. Es así, que desde las culturas originarias, se ha tenido ideas específicas sobre qué se debe enseñar cuándo y cómo se debe hacerlo. Generalmente se ha buscado una formación integral del cuerpo y la mente. En relación con la actividad deportiva, física o cultura física existen varios enfoques.

Según Jean Piaget, padre de la psicología psicogenética, el desarrollo del niño en esta etapa se caracteriza por su desarrollo motriz, es decir, las capacidades físicas acerca del movimiento del cuerpo. La actividad motriz en el niño tiene una relación profunda con su medio ambiente, a través del juego aprende a desplazarse en el espacio y a disfrutar de las capacidades de su cuerpo. El movimiento le permite posibilidades creativas que constituyen conquistas propias de cada estadio de crecimiento. A pesar de que ciertas características y habilidades han sido dadas como generales en el desarrollo del niño, a una edad específica, es posible que éstas aparezcan más tarde o más temprano entre un niño y otro. A continuación se realizará una caracterización general del niño de cuatro a siete años, haciendo énfasis en el desarrollo motriz ya que ésta es una de las bases más importantes para la actividad deportiva de los niños.

El niño de 4 años

Según, (Arce Villalobos & Cordero Álvarez, 1996), la curiosidad posiblemente es un rasgo propio de esta edad y junto con la necesidad de conocer las razones de las cosas, su origen o cómo funcionan, los niños en esta etapa de su crecimiento presentan una conducta conocida como animismo que consiste en dar vida a los objetos inanimados, es decir, que suelen hablarle a sus juguetes y otros elementos materiales y lo hacen de forma natural ya esperan una respuesta, pues les confieren la capacidad de tener pensamientos y sentimientos propios. En el plano de lo físico o corporal, sin ser una prescripción, es posible indicar que el niño de 4 años se caracteriza por:

- Gatear
- Reptar
- Caminar
- Marchar
- Saltar
- Lograr un equilibrio postural
- Atender instrucciones y ejecuciones de movimientos básicos

En relación con aspectos de su personalidad, se puede mencionar que a los cuatro años los niños logran una mejor comprensión del tiempo, es decir, que ya toman consciencias de períodos cortos y largos. Además pueden diferenciar objetos tomando nociones de peso y de tamaño.

El niño de 5 años

Durante esta etapa de desarrollo, Cortés (2012), señala que se van afirmando los logros de la etapa anterior, es decir, que se van consolidando aprendizajes y aparecen nuevas habilidades y destrezas. A la edad de cinco años, los niños y niñas probablemente habrán aumentado su peso en cuatro o cinco libras y habrán crecido de 5 a 7 cm. Además van logrando una mejor coordinación en sus movimientos corporales gruesos así como también en los movimientos diferenciados, es decir, en piernas y brazos. A más de una mejor realización de las actividades motoras logradas a los cuatro años, el niño y la niña ahora son capaces de:

- Realizar movimientos corporales gruesos
- Saltar alternando uno y otro pie
- Mantener varias posturas verticales simétricas
- Presentar un equilibrio en su postura de pie y sentado

En relación con el desarrollo de la personalidad, a los cinco años los niños y niñas comprenden mejor las reglas sociales y las cumplen. Manifiestan una mayor independencia y disfrutan mucho de juegos en grupos. Otro rasgo importante a esta edad es que ya logra mantener la atención hasta por diez minutos. También reconoce palabras que observa generalmente en la publicidad, tales como marcas de gaseosas o restaurantes.

El niño de 6 años

A los seis años, según (Cruz Sáez & Maganto Mateo, 2004), el niño se encuentra con un grado de madurez mayor cada vez, su motricidad gruesa es bastante eficiente y logra sin dificultad las siguientes conductas. El crecimiento es evidente en cuanto a talla y peso, se dice

que van perdiendo su característica de poseer un cuerpo con redondeces y van ingresando al período de alargamiento. Además logran una mayor coordinación y precisión en sus movimientos. A continuación se mencionan los rasgos distintivos más notorios:

- Logra equilibrarse en un sólo pie con los ojos abiertos y con los ojos cerrados
- Sus movimientos corporales tienen flexibilidad
- Tiene noción de conciencia de su imagen corporal
- Expresa el dominio de la lateralidad izquierda o derecha
- Muestra coordinación óculo manual
- Presenta coordinación vista pie
- Le gusta jugar con otros niños

El niño de 7 años

A esta edad el niño, según Gil (2006), ya presenta un dominio corporal importante y logra solucionar situaciones prácticas que involucran el movimiento de su cuerpo. Expresa cada vez un nivel mayor de autonomía e independencia ya que logra hacer varias y diversas actividades por él mismo.

- Maneja con destreza objetos grandes
- Coordina los movimientos óculo manuales
- Equilibra su cuerpo en diferentes posturas y por un mayor tiempo
- Muestra agilidad en el manejo de su cuerpo

A los siete años los niños y las niñas demuestran un lenguaje más estructurado y tienen la capacidad de mantener una conversación, siendo buenos interlocutores, especialmente de temas de su interés.

A continuación, se presenta una tabla de talla por edad en la que se muestran valores correspondientes a estaturas bajas y promedios que puede ser muy útil para comprender mejor el desarrollo físico de los niños y niñas.

Tabla 26. Estaturas y pesos de niños y niñas de 4 a 7 años

Edad	Niños		Niñas	
	Estatura baja Mide menos de:	Estatura promedio	Estatura baja Mide menos de:	Estatura promedio
4 años	95	103	94	103
4 años 6 meses	98	107	97	106

5 años	100	110	100	109
5 años 6 meses	104	113	102	112
6 años	107	116	107	115
6 años 6 meses	110	119	110	118
7 años	113	122	113	122

Fuente: Adaptado de: (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2015)

3.2. La enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños de 4 a 7 años

El desarrollo motriz e intelectual en la etapa de 4 a 7 años permite que los niños y niñas se ubiquen en una etapa ideal para adquirir habilidades deportivas en las que a más de ejercitar los logros alcanzados a propósito de su desarrollo evolutivo, se divierten y aprenden destrezas útiles para su desenvolvimiento en general. A continuación se presentan algunas ideas fundamentales a la hora de ejercitarse en el jiu jitsu brasileño:

3.2.1. Principios básicos

Según, Guardia (2015), en el aprendizaje del jiu jitsu brasileño se debe tomar en cuenta:

- Este es un deporte que debe ser concebido desde su esencia primordial, es decir, que de ninguna manera se trata de un aprendizaje para la violencia o agresividad. Se debe reconocer que se trabaja con técnicas que implican golpes, sin embargo, no se pasa por alto la enseñanza de un comportamiento ético. Por lo tanto, el profesor o instructor debe partir por indicar que esta práctica deportiva debe utilizarse para defenderse y no para atacar y que además siempre se buscará dañar lo menos posible al contrincante.
- Será importante hacer referencia a los orígenes del jiu jitsu para evocar la disciplina necesaria para lograr destreza en su práctica.
- La responsabilidad es otro aspecto que debe remarcarse ya que los estudiantes deben saber que deben asistir de forma regular y puntual, así como también que deben estar siempre atentos a las indicaciones que se les dé para evitar repeticiones innecesarias o accidentes.
- El respeto hacia el profesor y hacia los compañeros debe manifestarse en el saludo y la cordialidad mientras se trabajan las técnicas y también en los demás espacios de la academia deportiva.

- Se debe ir tomando consciencia de que la práctica hará que pronto se domine una técnica y que por lo tanto se debe trabajar sistemáticamente en ir mejorando cada día.

3.2.2. Entrada y salida

A los niños, desde la primera clase, se les debe indicar que deben ingresar a la clase en orden y poner atención a las instrucciones que se les da. Formarse en una fila les permitirá observar al profesor y seguir las orientaciones para la ejecución de las técnicas. Así mismo los niños deben conocer que para ir al baño deben solicitar permiso y volver pronto para no perder la clase. Durante el uso del tatami y los niños deben estar descalzos y sin medias. Con respecto a la hora de terminar la clase, los niños deben utilizar la palabra Oss en señal de respeto y despedida. Además siempre deben hacer un saludo de pie al maestro.

3.2.3. La higiene

No está por demás recordar que los niños siempre deben observar las normas de higiene elemental, como:

- Lavarse las manos al entrar y al salir del tatami
- Llevar los pies muy limpios y con las uñas recortadas
- Utilizar siempre ropa limpia
- No ingerir alimentos en el tatami
- Procurar mantener siempre completamente limpio el tatami

3.2.4. Indumentaria

La vestimenta utilizada para esta práctica deportiva es obligatoria ya que su diseño brinda el confort y la facilidad de movimiento requerido. Se debe usar el uniforme llamado Kimono, que es una indumentaria similar a la que se utiliza en la práctica del judo, sin embargo existen una pequeñas diferencia que es que en la práctica de jiu jitsu brasileño existe la modalidad con kimono y sin kimono. Para los niños de 4 a 7 años no es indispensable el uso del kimono, pero es recomendable en el sentido de practicar este arte marcial con la propiedad y seriedad que amerita. En un principio los niños pueden utilizar ropa cómoda, como una camiseta y short, calentador o en general ropa deportiva.






Es importante subrayar que en un periodo no mayor de seis meses los niños adquirirán importantes aprendizajes que serán puestos en escena en torneos y competencias y allí si será

necesario que vistan el correspondiente kimono. Además al lograr avanzar en el dominio de las técnicas de este deporte, en la vestimenta y específicamente en el uso de los cinturones de diferentes colores es donde se visualiza este avance, por lo tanto poco a poco se hace indispensable la adquisición del kimono.

3.2.5. Los cinturones

El color del cinturón que se lleva con el kimono tiene un significado importante y representa jerarquía y deben ser llevados con total impecabilidad. Por otra parte la función del cinturón es sujetar con firmeza el pantalón y es importante revisar que se ajuste correctamente.

Tabla 27. Colores de cinturones, edades y significados

COLOR	EDAD	SIGNIFICADO
Blanco 	4 años	Nivel inicial
Gris 	4 -15 años	Nivel intermedio
Amarillo 	7 -15 años	Utilización en competencias locales
Naranja 	10 - 15 años	Requiere de una práctica del deporte por al menos 4 años
Verde 	13 - 15 años	Nivel de habilidad notable

3.2.6. El tatami

Tatami es una palabra de origen japonés y sirve para denominar el área donde se desarrollan las competencias deportivas de artes marciales, incluido el jiu jitsu brasileño. En cuanto al material del que están hechos se puede señalar que es de diversa índole, siendo de fibras de paja de arroz, en la antigüedad, hasta los de poliestireno expandido que se utilizan en la actualidad, es importante indicar que este material es bastante durable además cuenta con la firmeza y a la vez suavidad que permite llevar a cabo de mejor manera el combate. A cerca de su tamaño, se ha llegado a una medida estándar que es 90cm x 180 cm. A su vez, los colores

del tatami también se relacionan con la jerarquía de las competencias y los colores que se utilizan: blanco, amarillo, verde, azul, rojo y negro.


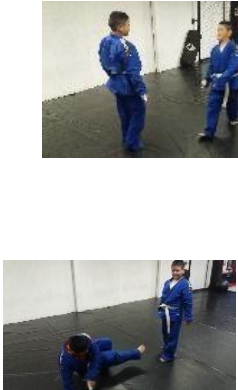

3.2.7. La palabra Oss


Su origen y significado exacto no están definidos, sin embargo, es un término muy utilizado en la práctica de las artes marciales. Principalmente pronuncia Oss al entrar y salir del tatami, para indicar respeto al saludar al maestro, para dar las gracias, para despedirse y para asentir que se ha comprendido un mensaje. Esta expresión es muy importante aunque polivalente, se afirma que también convoca al espíritu de combate, a la perseverancia, a la templanza, valentía y esfuerzo, por todo esto no debería usarse esta palabra en cualquier contexto o para bromear, los niños deben aprender el respeto y la disciplina ligadas a este deporte.

3.3. Planificación curricular de la enseñanza del jiu jitsu brasileño en los 7 a 9 años

Tabla 28. Planificación clase 1

Clase 1	
“Introducción a la práctica del jiu jitsu brasileño”	
Objetivo: Adaptación e introducción al jiu jitsu brasileño.	
Tiempo: 60 minutos	
MATERIALES: tatami, escalera, cronómetro, pito.	
MOMENTO 1	
Para el primer momento del encuentro del jiu jitsu brasileño a niños y niñas de 4 a 7 años se ha diseñado varias actividades que a continuación se presentan:	TIEMPO
MOVILIDAD ARTICULAR	
Movimientos laterales, frontales de las articulaciones del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso, cintura, piernas y pies.	4 min.
ACTIVACIÓN CARDIOVASCULAR	
Carrera continua lenta, con movimientos de brazos, saltos, giros, y cruce de piernas cada dos vueltas al tatami.	6 min.
TÉCNICA ESPECÍFICA	
Formar una columna e ir saliendo en orden aplicando los movimientos de los animales del zoológico: monitos, elefantes, camarones, gorilas, cocodrilos todo esto se lo realiza dando 2 vueltas al tatami.	6 min.

<p>ACTIVACIÓN LÚDICA</p> <p>Colocarse en fila en parejas, caer de espaldas, abrir los brazos para amortiguar la caída, sentarse para levantarse y doblar una pierna y la que queda estirada va ir para atrás y levantarse.</p>	4 min.		
<p>JUEGOS DERRIBO Y CAÍDA</p> <p>Realizar el juego de los leoncitos. Inician 2 niños siendo leones que siempre deben estar gateando, ellos tienen que derribar a otros niños, cuando caen se convierten en leones y deben seguir derribando a los demás niños.</p>	5 min.		
<p>TOTAL</p>	25 min.		
<p>MOMENTO 2</p> <p>Luego del primer acercamiento de los niños y niñas al jiu jitsu brasileño a través del ejercitamiento de varios movimientos del cuerpo se pasa a la enseñanza de la técnica:</p>			
	GRÁFICO	MÉTODO	TIEMPO
<p>DESARROLLO CAPACIDADES COORDINATIVAS</p> <p>Ejercicio en parejas. Deben moverse de derecha a izquierda y por turnos empujar al oponente hasta derribarlo. Se debe ejecutar la técnica de caída en parejas y cambiar cada 6 derribos.</p>		Experimental	7 min.
<p>DESARROLLO TÁCTICO ESTRATÉGICO</p> <p>Trabajo en parejas, los niños se colocan frente a frente y cada uno se va a mover de adelante a atrás y al que se le dé la orden debe empujar imprevistamente para que el otro niño caiga técnicamente.</p>		Experimental	8 min.
<p>PRÁCTICA LÚDICA DEL DERRIBO</p>		Experimental	

<p>A través del juego se practicará la técnica del derribo. Esta actividad consiste en la interacción entre el cazador y unas tortugas. Un niño va a ser el cazador y debe tratar de derribar a la tortuga en un tiempo de 5 minutos. Si lo derriba se convierte en tortuga, mientras los otros niños deben seguir siendo tortugas. El ganador va a ser el que más tortugas haya derribado y de igual manera los niños tienen que ir rotando de personaje: una vez cazador, otra vez tortuga.</p>			10 min.
		TOTAL	25 min.
<p>MOMENTO 3 Para finalizar la práctica se plantea realizar los siguientes ejercicios que traerán calma y quietud con lo cual se terminará la primera práctica.</p>			TIEMPO
<p>AFLOJAMIENTO Trote suave en forma descendente hasta terminar en caminata.</p>			4 min.
<p>ESTIRAMIENTO Estiramiento, flexión muscular y articular del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso y cintura.</p>			4 min.
<p>RESPIRACIÓN Respiración torácica y abdominal</p>			2 min.
TOTAL			10 min.
			60 min.
<p>Observaciones: Los niños nunca deben quedarse solos sin la supervisión de un adulto responsable. Para el trabajo con grupo de más de cinco niños es importante tener un ayudante.</p>			

“Tipos de roles”


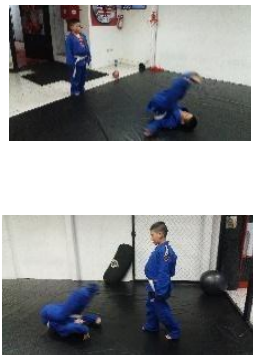

Objetivo: aprender varios tipos de roles necesarios para la práctica efectiva del jiu jitsu

Tiempo: 60 minutos

MATERIALES: tatami, cronómetro, pito.

Tabla 29. Planificación clase 2




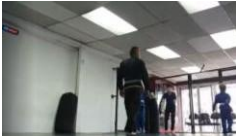

MOMENTO 1			
Para el primer momento del encuentro del jiu jitsu brasileño a niños y niñas de 4 a 7 años se ha diseñado varias actividades que a continuación se presentan:		TIEMPO	
MOVILIDAD ARTICULAR			
Movimientos laterales, frontales de las articulaciones del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso, cintura, piernas y pies.		4 min.	
ACTIVACION CARDIOVASCULAR			
Carrera continua lenta, con movimientos de brazos, saltos, giros, y cruce de piernas cada dos vueltas al tatami.		6 min.	
TECNICA ESPECÍFICA			
Realizar los tres tipos de roles: adelante, atrás y lateral.			
Los niños se colocan en filas de 3, al escuchar el pito, salen en columnas y van de ida y vuelta para realizar cada tipo de rol. Los demás niños y niñas salen al pitazo o a la voz de mando del instructor		6 min.	
ACTIVACION LÚDICA			
Formar columnas e ir saliendo en orden realizando la actividad del zoológico.			
El desfile de monitos, elefante, camarones, gorilas, cocodrilo lo realizan de ida y vuelta en el tatami.		4 min.	
JUEGOS DERRIBO Y CAÍDA			
Realizar el juego de los leoncitos. Inician 2 niños siendo leones que siempre deben estar gateando, ellos tienen que derribar a otros niños, cuando caen se convierten en leones y deben seguir derivando a los demás niños.		5 min.	
TOTAL		25 min.	
MOMENTO 2			
Luego del primer acercamiento de los niños y niñas al jiu jitsu brasileño a través del ejercitamiento de varios movimientos del cuerpo se pasa a la enseñanza de la técnica:			
	GRÁFICO	MÉTODO	TIEMPO

<p>DESARROLLO CAPACIDADES COORDINATIVAS</p> <p>Realizamos roles hacia adelante pero cada dos roles adelante cambiamos de rol eso quiere decir 2 adelante, 2 atrás, 2 laterales lo vamos a realizar por tiempo 1 minuto de ejercicio 1 minuto de descanso</p>		Experimental	7 min.
<p>DESARROLLO TÁCTICO ESTRATÉGICO</p> <p>Trabajo en parejas.</p> <p>El un niño o niña va a estar adelante y el otro detrás. El que va a estar detrás, dirá el tipo de rol que debe dar el que esta adelante y al final ejecutará un pequeño empujón para que realice el rol en caída.</p> <p>Se colocan frente a frente y cada uno se va a mover de adelante a atrás y al que se le dé la orden debe empujar imprevistamente para que el otro niño caiga técnicamente.</p>		Experimental	8 min.
<p>PRÁCTICA LÚDICA DEL DERRIBO</p> <p>A través del juego se practicará la técnica del derribo. Esta actividad consiste en la interacción entre el cazador y unas tortugas. Un niño va a ser el cazador y debe tratar de derribar a la tortuga en un tiempo de 5 minutos. Si lo derriba se convierte en tortuga, mientras los otros niños deben seguir siendo tortugas. El ganador va a ser el que más tortugas haya derribado y de igual manera los niños tienen que ir rotando de personaje: una vez cazador, otra vez tortuga.</p>		Experimental	10 min.
		TOTAL	25 min.
<p>MOMENTO 3</p> <p>Para finalizar la práctica se plantea realizar los siguientes ejercicios que traerán calma y quietud con lo cual se terminará la primera práctica.</p>			TIEMPO

AFLOJAMIENTO Trote suave en forma descendente hasta terminar en caminata.	4 min.
ESTIRAMIENTO Estiramiento, flexión muscular y articular del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso y cintura.	4 min.
RESPIRACIÓN Respiración torácica y abdominal	2 min.
TOTAL	10 min.
	60 min.
Observaciones: Los niños nunca deben quedarse solos sin la supervisión de un adulto responsable. Para el trabajo con grupo de más de cinco niños es importante tener un ayudante.	

Tabla 30. Planificación clase 3

Clase 3	
“Derribar y control”	
Objetivo: aprender a derribar y controlar a nuestros oponentes.	
Tiempo: 60 minutos	
MATERIALES: tatami, cronómetro, pito.	
MOMENTO 1 Para el primer momento del encuentro del jiu jitsu brasileño a niños y niñas de 4 a 7 años se ha diseñado varias actividades que a continuación se presentan:	TIEMPO
MOVILIDAD ARTICULAR Movimientos laterales, frontales de las articulaciones del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso, cintura, piernas y pies.	4 min.
ACTIVACION CARDIOVASCULAR Carrera continua lenta, con movimientos de brazos, saltos, giros, y cruce de piernas cada dos vueltas al tatami.	6 min.
TECNICA ESPECÍFICA Formar una columna e ir saliendo en orden aplicando los movimientos de los animales del zoológico: monitos, elefantes, camarones, gorilas, cocodrilos todo esto se lo realiza dando 2 vueltas al tatami.	6 min.
ACTIVACION LÚDICA	4 min.

Colocarse en fila en parejas, caer de espaldas, abrir los brazos para amortiguar la caída, sentarse para levantarse y doblar una pierna y la que queda estirada va ir para atrás y levantarse.			
JUEGOS DERRIBO Y CAÍDA Colocados en parejas frente a frente al niño o niña, se le dará la orden de derribar al contrario, el niño va a colocar su mano derecha o izquierda en el pecho del adversario y la otra mano agarrará la muñeca, levantará su muñeca para poder agacharse y coger el talón. Una vez hechos esos agarres empujamos del pecho y jalamos del talón y el niño caerá, una vez que cae van a coger las dos piernas para que no se mueva, eso lo van a repetir varias veces cada uno.		5 min.	
TOTAL		25 min.	
MOMENTO 2 Luego del primer acercamiento de los niños y niñas al jiu jitsu brasileño a través del ejercitamiento de varios movimientos del cuerpo se pasa a la enseñanza de la técnica:			
	GRÁFICO	MÉTODO	TIEMPO
DESARROLLO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS Y CONDICIONALES Colocados en parejas, un niño va a derribar al otro con la técnica enseñada y cuando lo derribe deberá ejecutar 5 saltos. Luego irán rotando por turnos.	 	Experimental	7 min.
DESARROLLO TÁCTICO ESTRATÉGICO Colocados en grupos de cuatro, numerarse del 1 al 4, se realizará el derribo un niño o niña se colocará en el centro del grupo, cada uno va a realizar 45 segundos una recuperación de 1 minuto por dos series y al final descansarán 1 minuto.	 	Experimental	8 min.
PRÁCTICA LÚDICA DEL DERRIBO Realizar el juego de los leoncitos. Tratarán de derribar a los niños, inician 2 niños siendo leones siempre van a estar gateando y ellos tienen que derribar a los otros niños y cuando		Experimental	10 min.






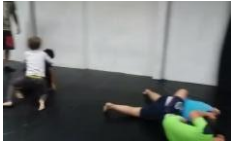

caen se convierten en leones y deben seguir derribando a los demás.			
		TOTAL	25 min.
MOMENTO 3 Para finalizar la práctica se plantea realizar los siguientes ejercicios que traerán calma y quietud con lo cual se terminará la primera práctica.			TIEMPO
AFLOJAMIENTO Trote suave en forma descendente hasta terminar en caminata.			4 min.
ESTIRAMIENTO Estiramiento, flexión muscular y articular del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso y cintura.			4 min.
RESPIRACIÓN Respiración torácica y abdominal			2 min.
TOTAL			10 min.
			60 min.
Observaciones: Los niños nunca deben quedarse solos sin la supervisión de un adulto responsable. Para el trabajo con grupo de más de cinco niños es importante tener un ayudante.			

Tabla 31. Planificación clase 4

Clase 4: “Espalda y finalización”	
Objetivo: aprender a finalizar o asfixiar desde la espalda (control mochila)	
Tiempo: 60 minutos	
MATERIALES: tatami, cronómetro, pito.	
MOMENTO 1 Para el primer momento del encuentro del jiu jitsu brasileño a niños y niñas de 4 a 7 años se ha diseñado varias actividades que a continuación se presentan:	TIEMPO
MOVILIDAD ARTICULAR	4 min.




Movimientos laterales, frontales de las articulaciones del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso, cintura, piernas y pies.		
ACTIVACION CARDIOVASCULAR Carrera continua lenta, con movimientos de brazos, saltos, giros, y cruce de piernas cada dos vueltas al tatami.		6 min.
TÉCNICA ESPECÍFICA Formar una columna e ir saliendo en orden aplicando los movimientos de los animales del zoológico: monitos, elefantes, camarones, gorilas, cocodrilos todo esto se lo realiza dando 2 vueltas al tatami.		6 min.
ACTIVACION LÚDICA Colocarse en fila en parejas, caer de espaldas, abrir los brazos para amortiguar la caída, sentarse para levantarse y doblar una pierna y la que queda estirada va ir para atrás y levantarse.		4 min.
JUEGOS DE MOCHILA En parejas las dos personas van a estar sentadas una detrás de la otra. A un contendiente lo vamos a tener neutralizado con nuestras piernas por encima de sus piernas y nuestros brazos uno por debajo de la axila y el otro por encima del hombro agarrándonos uno al otro para formar la mochila una vez que tenemos ese control procedemos a ejecutar la mano de león que consiste en que la mano que está por encima del hombro pasa a su cuello, el brazo que está debajo de su axila pasa por detrás de su cabeza para que el otro brazo que esta por el cuello se agarre del bíceps apegamos cabeza e inhalamos aire y presionamos.		5 min.
TOTAL		25 min.
MOMENTO 2 Luego del primer acercamiento de los niños y niñas al jiu jitsu brasileño a través del ejercitamiento de varios movimientos del cuerpo se pasa a la enseñanza de la técnica:		
	GRÁFICO	MÉTODO DO TIEMPO



<p style="text-align: center;">DESARROLLO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS Y CONDICIONALES</p> <p>En parejas iniciamos desde el movimiento control mochila y a la voz de mando los dos contendientes se tienen que mover al lado que les digan derecha, izquierda, delante, atrás.</p>	 	Experi- mental	7 min.
<p style="text-align: center;">DESARROLLO TÁCTICO ESTRATÉGICO</p> <p>En parejas van a ejecutar el juego matar al león. Van a repetir 4 veces. Las 3 primeras se va dejar hacer el movimiento mata al león. Al niño que está dentro del control, a la 4ta. vez se le va a dificultar, lo va impedir para que sea con mayor dificultad y luego se van rotando las parejas</p>	 	Experi- mental	8 min.
<p style="text-align: center;">PRÁCTICA LÚDICA</p> <p>Realizar el juego matando al león y viviendo leones, de igual manera se inicia tratando de derribar a los niños, inician 2 niños siendo leones, siempre van a estar gateando y ellos tienen que derribar a los otros niños. Y cuando caen se convierten en leones y deben seguir derribando a los demás pero, aquí a los que se convirtieron en leones pueden salvarlos los niños que aún no son leones y tienen que aplicar la técnica mata al león. Cuando realizan esa técnica inmediatamente son salvados y vuelven a ser humanos y así hasta que se acabe la ronda derivando a los demás.</p>	 	Experi- mental	10 min.
		TOTAL	25 min.
<p>MOMENTO 3</p> <p>Para finalizar la práctica se plantea realizar los siguientes ejercicios que traerán calma y quietud con lo cual se terminará la primera práctica.</p>			TIEMPO

AFLOJAMIENTO Trote suave en forma descendente hasta terminar en caminata.	4 min.
ESTIRAMIENTO Estiramiento, flexión muscular y articular del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso y cintura.	4 min.
RESPIRACIÓN Respiración torácica y abdominal	2 min.
TOTAL	10 min.
	60 min.
Observaciones: Los niños nunca deben quedarse solos sin la supervisión de un adulto responsable. Para el trabajo con grupo de más de cinco niños es importante tener un ayudante.	

Tabla 32. Planificación clase 5

Clase 5: “control 100kg”	
Objetivo: aprender a controlar al rival cuando se ubica sobre el por medio de los 100kg y montada	
Tiempo: 60 minutos	
MATERIALES: tatami, escalera, cronómetro, pito.	
MOMENTO 1 Para el primer momento del encuentro del jiu jitsu brasileño a niños y niñas de 4 a 7 años se ha diseñado varias actividades que a continuación se presentan:	TIEMPO
MOVILIDAD ARTICULAR Movimientos laterales, frontales de las articulaciones del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso, cintura, piernas y pies.	4 min.
ACTIVACIÓN CARDIOVASCULAR Carrera continua lenta, con movimientos de brazos, saltos, giros, y cruce de piernas cada dos vueltas al tatami.	6 min.
TÉCNICA ESPECÍFICA Realizar los tres tipos de roles: adelante, atrás y lateral.	6 min.

Los niños se colocan en filas de 3, al escuchar el pito, salen en columnas y van de ida y vuelta para realizar cada tipo de rol. Los demás niños y niñas salen al pitazo o a la voz de mando del instructor			
ACTIVACIÓN LÚDICA Formar columnas e ir saliendo en orden realizando la actividad del zoológico. El desfile de monitos, elefante, camarones, gorilas, cocodrilo lo realizan de ida y vuelta en el tatami.		4 min.	
JUEGOS DERRIBO Y CAÍDA En parejas el un niño va estar acostado boca arriba el otro va estar por encima en la posición 100 kg que es estar acostado encima del otro de posición lateral la una rodilla pegada a la cadera y la otra rodilla entre el hombro, cabeza y el cuerpo encima de él y la mano de la rodilla que esta por el hombro esa mano va estar por debajo de la cabeza del niño que se encuentra acostado de ahí pasamos a la montada que es pasar la pierna que está en la cadera por encima para montar.		5 min.	
TOTAL		25 min.	
MOMENTO 2 Luego del primer acercamiento de los niños y niñas al jiu jitsu brasileño a través del ejercitamiento de varios movimientos del cuerpo se pasa a la enseñanza de la técnica:			
	GRÁFICO	MÉTODO	TIEMPO
DESARROLLO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS Y CONDICIONALES Formamos grupos de trabajo. Grupo 1 y grupo 2 van estar moviéndose por todo el tatami separados. La voz de mando del profesor dice grupo 1 y solo el grupo 1 procede a generar la técnica 100 kg y montada mientras el grupo 2 sigue moviéndose así varias veces a la voz del instructor.	 	Experimental	7 min.
DESARROLLO TÁCTICO ESTRATÉGICO Trabajo en parejas. En parejas se va iniciar desde 100 kg y debe llegar a la montada cada uno va		Experimental	8 min.

<p>hacer 2 minutos y descansa 1 minuto el niño que esta abajo debe impedir que le monte y vamos rotando cuando termine el tiempo.</p>			
<p>PRÁCTICA LÚDICA</p> <p>Juego policías y ladrones. Por equipos uno va a ser ladrones y el otro, policías. Los policías van a tener que coger a los ladrones pero deben derribarlos y someterlos con una técnica. Los policías van a tener que botarlos y correr. El que más derribos realizó va a ser el equipo ganador.</p>		Experimental	10 min.
		TOTAL	25 min.
<p>MOMENTO 3</p> <p>Para finalizar la práctica se plantea realizar los siguientes ejercicios que traerán calma y quietud con lo cual se terminará la primera práctica.</p>			TIEMPO
<p>AFLOJAMIENTO</p> <p>Trote suave en forma descendente hasta terminar en caminata.</p>			4 min.
<p>ESTIRAMIENTO</p> <p>Estiramiento, flexión muscular y articular del cuello, hombros, brazos, codos, muñecas, dedos, torso y cintura.</p>			4 min.
<p>RESPIRACIÓN</p> <p>Respiración torácica y abdominal</p>			2 min.
TOTAL			10 min.
			60 min.
<p>Observaciones:</p> <p>Los niños nunca deben quedarse solos sin la supervisión de un adulto responsable. Para el trabajo con grupo de más de cinco niños es importante tener un ayudante.</p>			

3.4. Determinación del valor teórico de la guía pedagógica

El valor teórico de la Guía pedagógica fue dada por el criterio de expertos, quienes después de analizar la propuesta consignaron su valoración en consideración al aporte

pedagógico, el manejo de la técnica, la coherencia lógica de los elementos y la posibilidad de aplicabilidad concreta, plasmaron su apreciación en una encuesta con escala de Likert cualitativa de 1 a 5, siendo 1 la calificación más baja o en desacuerdo y 5 la valoración más alta o en completo acuerdo.

Resultados de la evaluación e integración de las opiniones de los expertos

Tabla 33. Resultados de la evaluación de expertos

VALORES ASIGNADOS										
INDICADORES	1		2		3		4		5	
	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%
Aporte pedagógico	0	0	0	0	0	0	1	12,3	7	87,7
Manejo de la técnica	0	0	0	0	0	0	1	12,3	7	87,7
Coherencia lógica de los elementos	0	0	0	0	0	0	2	25,0	6	75,0
Aplicabilidad concreta	0	0	0	0	0	0	1	12,3	7	87,7
Aporte a la comunidad	0	0	0	0	0	0	1	12,3	7	87,7

Evaluación del aporte pedagógico de la Guía pedagógica.

El aporte pedagógico de la guía fue calificado como 87,7% es decir, con la valoración más alta o con lo que es lo mismo, en completo acuerdo. Lo que significa que existe un reconocimiento del aporte especializado que se brinda para desarrollar la enseñanza del jiu jitsu brasileño a niños de cuatro siete años. Consideran que las planificaciones micro curriculares propuestas son coherentes, prácticas, completas y; de fácil comprensión y aplicación.

Evaluación del manejo de la técnica en la Guía pedagógica.

El manejo de la técnica obtuvo una calificación que 87,7% que al igual que en el ítem anterior indica una valoración positiva. Los expertos señalaron que el manejo de la técnica presenta una secuencia lógica que va de lo más fácil hasta lo más difícil y complejo. También

comentaron que la distribución del tiempo es adecuada y que se contemplan todos los pasos de una práctica eficiente. Destacaron el detalle de cada actividad propuesta para que cada técnica pueda ser trabajada satisfactoriamente.

Coherencia lógica entre los elementos de la Guía pedagógica.

Los elementos que contiene la guía están ubicados de forma ordenada, lógica y secuencial. Se parte de una explicación teórica en la que se encuentran los principales conceptos que describen las técnicas y sus aplicaciones para una efectiva práctica del jiu jitsu brasileño, la calificación en ítem alcanzó el 75%. Los evaluadores destacaron la importancia de contar con un objetivo específico que direcciona explícita y detalladamente el trabajo que se debe realizar en cada clase. También destacaron la validez del tratamiento lúdico del movimiento lúdico del cuerpo para llegar a las técnicas requeridas.

Aplicabilidad práctica de la Guía pedagógica.

La aplicabilidad práctica de la Guía pedagógica alcanzó una valoración positiva del 87,7%, es importante señalar que se resalta la estructura de las actividades propuestas y el desglose de cada técnica para cada actividad. El lenguaje directo y sencillo también aporta para que la guía pueda ser aplicada en el ámbito educativo, sin ningún inconveniente. Entre las actividades detalladas constan tres momentos secuenciales y que corresponden al inicio que hace referencia a un calentamiento y motivación; al desarrollo, donde se trabajan las técnicas y al cierre de la actividad. Además, se incluye un espacio para las observaciones o recomendaciones extras que podrían desprenderse de la actividad desarrollada.

Aporte a la comunidad de la Guía pedagógica.

Es un aspecto que recibió una calificación de 87,7%, se señaló que el material contenido en la guía pedagógica tiene un gran valor para la formación integral de los niños ya que con el aprendizaje de jiu jitsu brasileño los niños desarrollarán valores y principios que abarcan la responsabilidad, la disciplina, el respeto, la puntualidad. Además, la práctica de este deporte dotará a los niños del planteamiento de nobles objetivos y de la satisfacción de ir alcanzándolos a través de la práctica y el esfuerzo constante.

Como resultado final se puede afirmar que la calificación promedio que alcanzó la guía pedagógica al someterse al criterio de expertos fue del 85,16% esta es una valoración muy alta que garantiza la validez de la guía propuesta.

CONCLUSIONES

Como resultado de la presente investigación se llegó al constatar la inexistencia de un material didáctico que oriente la enseñanza del jiu jitsu brasileño, así como también se hizo evidente la necesidad de contar con una guía pedagógica que promueva en los estudiantes el gusto por el aprendizaje y no la apatía. A pesar del esfuerzo que puede brindar el experto entrenador y deportista en el arte del jiu jitsu brasileño, aquello de suficiente para lograr impulsar el aprendizaje. Los recursos de las ciencias de la educación como lo es la planificación didáctica serán de gran utilidad para asegurar una enseñanza técnica en la que se incluya la formación integral, el juego, el esfuerzo y el logro de objetivos claramente definidos.

En relación al proceso de enseñanza del jitsu brasileño para niños y niñas en edades comprendidas entre 4 y 7 años, se obtuvieron concepciones teóricas muy valiosas que muestran las características físicas e intelectuales propias de estas edades y que contribuyen a la comprensión de lo que el niño y niña son capaces de hacer en esta etapa y lo que aún les cuesta dificultad, éste fue el fundamento para el diseño posterior de las actividades a realizarse para lograr el aprendizaje del jiu jitsu brasileño de forma activa, participativa y acrecentando el sentido de logro por parte de los aprendices para motivarlos a seguir aprendiendo y practicando este deporte.

Como aporte principal a la enseñanza jitsu brasileño para niños y niñas en edades comprendidas entre 4 y 7 años se diseñó una guía didáctica para la enseñanza de este deporte, que servirá para que el instructor o docente amplíe la comprensión de la enseñanza, es decir, tenga mayor claridad en relación con los objetivos de la enseñanza, los momentos de la clase y las actividades que podrían apoyar un mejor desarrollo de cada sesión de trabajo. La guía consta de las siguientes partes: identificación de la clase con un nombre, objetivo, tiempo, materiales necesarios. Luego constan tres momentos en los que se divide la sesión o clase, estos son: momento uno o introducción y calentamiento, momento dos o espacio principal para la enseñanza de una técnica específica, y; momento tres o cierre de la clase en el que, a través de varias actividades, se regresa a la calma y a la quietud para terminar la sesión de trabajo. El diseño de planificación de la clase también consta con un señalamiento de la distribución del tiempo y con espacio para adoptar observaciones.

RECOMENDACIONES

En relación a las conclusiones obtenidas en esta investigación se recomienda que:

Conviene subrayar que el conocimiento y destrezas físicas que posee un entrenador deportivo y un experto en el jiu jitsu brasileño constituyen una gran fortaleza a la hora de enseñar este arte y deporte a niños y niñas, y que, sin embargo, esta condición debe ser enriquecida a través del conocimiento de elementos pedagógicos que estructuran y organizan todos los aspectos que debe contemplar la enseñanza en general y especialmente, en este caso, la enseñanza del desarrollo físico, del carácter y valores que implica el jiu jitsu brasileño. Por esta razón se recomienda seguir procedimientos pedagógicos para realizar esta actividad.

Hay que mencionar además que comprender las características del desarrollo, generales y específicamente aquellas que explican lo intelectual y físico de los niños y niñas entre 4 a 7 años, es fundamental para enfrentar la enseñanza del jiu jitsu ya que de esta forma el instructor o docente tendrá claridad sobre qué, cómo y cuándo enseñar. Por ello se recomienda que se estudie y amplíe el conocimiento que brindan las distintas teorías del desarrollo y que describen importantes aspectos sobre las capacidades y habilidades en la etapa de crecimiento comprendida entre 4 a 7 años de edad.

Finalmente se recomienda la utilización de la guía pedagógica para el aprendizaje de jiu jitsu para niños entre cuatro siete años de edad ya que como se ha mencionado anteriormente, el solo conocimiento de la técnica no es suficiente para enseñar este deporte, para lograr un prácticas significativas en los estudiantes es indispensable enmarcar la realización de cada ejercicio de jiu jitsu en parámetros didácticos que efectivicen el aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, E. R. (2012). *Iniciación y formación deportiva: Una reflexión siempre oportuna*. Barcelona: Paidós.
- Aranha Barcelona. (7 de febrero de 2023). *Historia del Brazilian Jiu Jitsu*. Obtenido de <https://www.aranhabarcelona.com/brazilian-jiu-jitsu/#:~:text=Ya%20en%20Brasil%2C%20en%201914,los%20transmiti%C3%B3%20a%20su%20familia>.
- Arce Villalobos, M. d., & Cordero Álvarez, M. d. (1996). *Desarrollo motor grueso del niño en edad preescolar*. San José: Universidad de Costa Rica.
- Arias, F. G. (2012). *El Proyecto de Investigación, introducción a la metodología científica*. Caracas: Episteme, C.A.
- Balda Cedeño, J. A. (28 de julio de 2019). *EL Jiu-Jitsu brasilero desde la perspectiva de la psicología organizacional y su relación con la motivación y el plan de carrera*. Obtenido de Universidad Católica Santiago de Guayaquil: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/13513/1/T-UCSG-PRE-FIL-CPO-238.pdf>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la Investigación*. Bogotá: Pearson.
- Carmona, R. (16 de julio de 2019). *Así es como las artes marciales te ayudan a tener una buena salud mental*. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de La Vanguardia: <https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20190810/463514697227/artes-marciales-mente-ayuda-salud-mental-beneficios.html>
- Cruz Sáez, M. S., & Maganto Mateo, C. (2004). Desarrollo físico y psicomotor en la etapa infantil. En M. P. Bermúdez Sánchez, & A. M. Bermúdez Sánchez, *Manual de psicología infantil : aspectos evolutivos e intervención psicopedagógica* (págs. 27-64). España: Biblioteca Nueva. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de <https://isfd112-bue.infod.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/07/APUNTE-DESARROLLO-MOTOR-LIBRO-1.pdf>
- Di Piero, F. (2019). Jiu-jitsu en Ecuador y su expansión. En J. A. Balda Cedeño, *El Jiu- Jitsu brasilero desde la perspectiva de la psicología organizacional y su relación con la motivación y el plan de carrera* (págs. 77-80). Guayaquil: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. Recuperado el 28 de julio de 2023, de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/13513/1/T-UCSG-PRE-FIL-CPO-238.pdf>

- Drysdale, R. (2020). *The Origins of Jiu-Jitsu in Brazil: The Story Behind the Film*. Estados Unidos: Kindle Direct Publishing.
- Ennes, A. (11 de julio de 2021). *Jiu-Jitsu Brasileño - BJJ historia y hechos*. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de Caminhos Lenguaje Centre: <https://caminhoslanguages.com/es/blog/brazilian-jiu-jitsu/>
- Federación Española de Jiu Jitsu y Deportes Asociados. (16 de enero de 2021). *Reglamento de Competición. Combat Jiu Jitsu*. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de <https://fejyda.com/wp-content/uploads/2021/09/REGLAMENTO-DE-COMPETICIOiN-CJJ-2021.pdf>
- Federación Internacional de Jiu Jitsu Brasileño. (14 de mayo de 2021). *Libro de reglas. Pautas generales de la competencia, Manual de formato de competición*. Obtenido de <http://www.sodmpr.com/jdpr2023/jiu/regjiu.pdf>
- Fernández Fernández, J., Granacher, U., Sanz Rivas, D., Sarabia Marín, J. M., Hernández Davo, J. L., & Moya, M. (2018). Efectos secuenciales del entrenamiento neuromuscular sobre la aptitud física en jóvenes tenistas de élite. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(3), 849-856. Recuperado el 21 de diciembre de 2022, de https://journals.lww.com/nsca-jscr/fulltext/2018/03000/sequencing_effects_of_neuromuscular_training_on.31.aspx
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2015). *Desarrollo de Niños y Niñas*. Santiago: Andros Impresores.
- Gracie, R. (2008). *Gracie Combatives: Blue belt qualification handbook*. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de <https://northvanbjj.com/wp-content/uploads/Gracie-Jiu-Jitsu-Combatives-Handbook.pdf>
- Guardia BJJ. (12 de noviembre de 2015). *Educación física y deporte. Administración Deportiva*. Obtenido de <https://www.guardiabjj.com/category/recursos/>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Hohmann, M., & Weikart, D. (2012). *La educación en los niños pequeños en acción*. México: Trillas.
- Jiu Jitsu Brasileiro. (23 de julio de 2021). *Llave de Jiu jitsu: Palanca de Brazo | Defensa personal por Mario Delgado*. Recuperado el 10 de diciembre de 2024, de <https://www.jiujitsubrasileiro.com/defensa-personal/palanca-de-brazo-jiu-jitsu/>
- Jiu Jitsu Life forme. (2 de abril de 2018). *Historia del jiu-jitsu brasileño*. Obtenido de <https://jiujitsulifeforme.wordpress.com/2012/11/17/hello-world/>

- Ju-Jitsu Asian Union. (12 de mayo de 2023). *Reglamento. Normas generales de competición Formato y manual de competición*. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de https://jjif.sport/wp-content/uploads/2021/05/Rules_JiuJitsu-2020-Spanish-V.2.2.pdf
- Porfirio Arruda, P., & De Soza Bertolinio, J. (2014). Jiu Jitsu: Uma abordagem metodológica relacionada à quebra de estereótipos. *Redfoco*. Recuperado el 11 de noviembre de 2024, de <https://periodicos.apps.uern.br/index.php/RDF/article/view/340/272>
- Quemba Joya, D. K. (2023). Entrenamiento Neuromuscular integrativo como herramienta para optimizar el rendimiento deportivo en diferentes grupos etarios y niveles competitivos. Revisión de literatura. *Actividad Física y Deporte*. Recuperado el 16 de noviembre de 2024, de <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/2261/2489>
- Rodríguez, C. (25 de Mayo de 2023). *Historia del Gracie Jiu-jitsu y su expansión en el mundo*. Recuperado el 3 de diciembre de 2024, de https://capitalmma.com.mx/blogs/capital-mma-blog/historia-de-la-familia-gracie-y-el-gracie-jiu-jitsu?srsltid=AfmBOoqZLL2CeMulRn2SFJC_dxJLzE430SXsyaHI7bpf_1wnllYEJ2Yf
- Taylor, S., & Bogdan, R. (2000). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.

ANEXOS

Anexo 1.

Instrumento aplicado a expertos para validación

Objetivo: Validar el instrumento de investigación constituido por una entrevista estructurada que cuenta con 10 preguntas para un tiempo aproximado de 20 minutos.

Los resultados obtenidos serán manejados de manera confidencial y tendrán un único fin que es el investigativo.

He sido debidamente informado (a) de los objetivos y procedimientos de la investigación, señalo mi participación totalmente libre, voluntaria y anónima conozco que aún después de iniciada puedo negarme a responder alguna pregunta o suspender mi participación en el momento que lo considere pertinente, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Además, he leído el cuestionario cuidadosamente y estoy seguro(a) de que no existen riesgos graves que afecten mi integridad personal ni psicológica; también comprendo los beneficios que proporcionará el presente estudio.

Asimismo, queda establecido que mis respuestas serán absolutamente confidenciales y de exclusivo manejo por parte del investigador. Por lo expuesto, doy mi consentimiento informado para participar voluntariamente.

A la Si participo ()

No participo ()

Datos informativos:

Informante N:

Edad:

Profesión:

Años de experiencia en la docencia:

Título o grado académico máximo alcanzado:

Pertinente: indica que la pregunta se relaciona directamente con el tema de investigación.

Correspondencia: indica la adecuación contextual y cultural.

Redacción: indica la sintaxis y puntuación correctas.

Observaciones: es el espacio para realizar anotaciones que los expertos consideran podrían mejorar las preguntas del instrumento de investigación.

		Pertinente	Correspondiente	Redacción
1	Pregunta ¿Cree usted que exista la necesidad de una guía pedagógica para la enseñanza del brazilian jiu jitsu en la edad de 4 a 7 años, en la ACADEMIA MMA EL VALLE UIO-CICERO COSTHA?			
2	Pregunta ¿Cree usted que con la aplicación de la guía pedagógica, los niños van a tener un mejor desarrollo de sus habilidades básicas?			
3	Pregunta ¿Cree usted que con la aplicación de la guía pedagógica los niños y niñas van a poder defenderse en caso de agresión o bullying?			
4	Pregunta ¿Cree usted que con la No te lógica espera ver lo tiene que ver enseñanza de brazilian jiu jitsu los niños y niñas se vuelven agresivos?			
5	Pregunta ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños y niñas van a desarrollar valores y disciplina como en la academia y la vida cotidiana?			
6	Pregunta ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños y niñas van a tener equidad, prudencia y sociabilidad entre las diferentes edades?			
7	Pregunta ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños y niñas van a tener gusto por el deporte y la actividad física?			
8	Pregunta ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños			

	y niñas a futuro van a poder tener juicio y toma de decisiones?			
9	Pregunta ¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños y niñas van a tener un mejor estilo de vida, rendimiento físico, académico?			
10	Pregunta ¿Cree usted que los instructores de brazilian jiu jitsu deben capacitarse y actualizarse en métodos de enseñanza y jiu jitsu?			
Observaciones:				

Anexo 2

Encuesta a entrenadores del jiu jitsu brasileño para niños en la edad de 4 a 7 años, en la academia UIO-CICERO COSTHA.

La presente encuesta tiene un carácter investigativo académico y su objetivo es conocer su percepción acerca de la enseñanza del jiu jitsu brasileño y sus aportes, así como también las necesidades de formación actual, todo ello con la finalidad de mejorar los procesos de enseñanza del jiu jitsu brasileño.

La información consignada será tratada con absoluta confidencialidad. De antemano se agradece su participación.

Pregunta 1

¿Cree usted que exista la necesidad de una guía pedagógica para la enseñanza del brazilian jiu jitsu en la edad de 4 a 7 años, en la ACADEMIA MMA EL VALLE UIO-CICERO COSTHA?

Si

No

Pregunta 2

¿Cree usted que con la aplicación de la guía pedagógica, los niños van a tener un mejor desarrollo de sus habilidades básicas?

Si

No

Pregunta 3

¿Cree usted que con la aplicación de la guía pedagógica los niños y niñas van a poder defenderse en caso de agresión o bullying?

Si

No

Pregunta 4

¿Cree usted que con la enseñanza de brazilian jiu jitsu los niños y niñas se vuelven agresivos?

Si

No

Pregunta 5

¿Cree usted que por medio de la enseñanza del brazilian jiu jitsu los niños y niñas van a desarrollar valores y disciplina como en la academia y la vida cotidiana?

Si

No

Gracias por su colaboración.