

INTRODUCCIÓN
AL PROYECTO:
ESCUELA INTEGRAL
DE
TAE KWON DO Y VIDA
PARA NIÑOS

Rómulo Pardo Urías

PROYECTO PARA ESCUELA INTEGRAL DE TAE KWON DO Y VIDA PARA NIÑOS

INTRODUCCIÓN

Los problemas a los que nos enfrentamos de manera cotidiana, cada vez son más graves y requieren de soluciones efectivas y definitivas para controlar las adversidades que puedan surgir en la vida de cualquier persona. Esta capacidad para enfrentarse a los problemas y encontrar soluciones adecuadas, no se adquiere tan fácilmente, y de hecho, en la educación escolar (formal e institucional), no se estimula al alumno para la resolución de problemas de manera satisfactoria. Sin embargo, esto no significa que todo tipo de educación no estimule este aspecto pragmático para cada individuo.

Las artes marciales, por su filosofía y por sus procedimientos de enseñanza, permiten que cada persona aprenda a darse cuenta de la problemática que le afecta y le da los elementos e instrumentos para solucionar problemas de diversa índole. El Tae Kwon Do no es la excepción y dentro de su filosofía menciona la armonía entre la mente, el cuerpo y el alma, para conseguir un estado de equilibrio en cada individuo y así poder enfrentar cualquier adversidad. Llevando esta integración como pauta de la vida cotidiana, es posible asumir respuestas y soluciones contra los pequeños o grandes problemas que enfrentamos como personas y como humanidad, además de mantenernos en buen estado físico, mental y emocional, mismo que favorece nuestra plena realización como personas.

¿Por qué no hacer una escuela de Tae Kwon Do que sirva para la vida?

Esto sería muy complicado pero no imposible. Desde mi punto de vista y por la experiencia que he tenido, creo que el Tae Kwon Do puede ser el medio por el cual se obtenga un cambio radical en las personas, tomando en cuenta que es un arte que puede ser practicado como deporte y que genera continuos estímulos en sus practicantes.

Mi principal preocupación, es la de poder dar al practicante la opción de decidir el sentido del para qué lo está practicando y hasta dónde quiere llegar en la práctica. Con el apoyo de una corriente educativa progresista, que tuvo gran aceptación en los Estados Unidos de Norteamérica, hacia principios de siglo, intentaré realizar una propuesta para la enseñanza del Tae Kwon Do. Este sistema educativo propone la enseñanza de manera práctica y por medio de la iniciativa del alumno para que el aprendizaje sea más significativo. Esto no implica que el maestro pierda su condición, si no que el docente debe funcionar como orientador del alumno, proporcionándole a la vez, los elementos para que se acerque al aprendizaje y posteriormente, de mayor importancia, a su comprensión.

Otra de mis propuestas para esta escuela, es la de implantar una ideología que fomente la conciencia de las personas, acerca de los problemas ambientales, ecológicos y sociales a los que se les debe dar una solución inmediata, para rescatar nuestro planeta y nuestra sociedad.

Por estos elementos la llamo, “Escuela Integral de Tae Kwon Do y vida para niños”, por que no sólo es de Tae Kwon Do, si no que es para la vida, usando al Tae Kwon Do como medio para llegar a las metas señaladas.

En la parte complementaria de esta introducción hago un análisis de la situación educativa de nuestro país desde mi experiencia propia y por la información consultada. También doy mis argumentos de este proyecto de manera clara para realizar un mejor enfoque de la postura que adopto y en sí, del proyecto.

¿Cuál es el problema educativo en México? ¿Cómo solucionarlo?

En México, el nivel de educación no tiene la calidad necesaria en sus niveles básicos ni tampoco en la mayoría de sus niveles medios y medios superiores¹. Este problema es de mucha gravedad por las consecuencias que conlleva.. El problema debe de ser atacado desde la educación básica para crear nuevas generaciones que tengan la fortaleza para ser personas y profesionales de excelencia, además, que tengan la calidad humana para transmitir sus conocimientos y aplicarlos en la vida para empezar un sistema de vida diferente.

Con esto me refiero a que este proyecto está enfocado a los niños, que son las próximas generaciones de las cuales depende la salvación de nuestra tierra. Por tal motivo, mi propósito es el de crear una escuela integral de arte marcial, específicamente de Tae Kwon Do, con el fin de que no sea una escuela donde sólo se contemple el aspecto físico y mental del practicante, si no de crear en él la consciencia para propiciar un cambio ideológico en pro de nuestro mundo y nuestra humanidad.

Para poder lograr este objetivo debemos de tomar en cuenta el aspecto pedagógico que es el más importante en la enseñanza de los niños y también el problema que representan las influencias externas inadecuadas a esta forma de pensar y de percibir, contrarias a la necesidad de un cambio en nuestro entorno partiendo del sí mismo.

Sin embargo, este proyecto no se cierra sino se adapta para enriquecer y transformar la educación que le sea impartida al alumno fuera de esta escuela integral. Cada uno de los alumnos participantes la deberá adaptar de la mejor manera, pero principalmente deberá ser asimilada por cada alumno como parte de su vida cotidiana. Con esto quiero decir que no importa el nivel económico, social, cultural, de religión, raza, y demás factores que podrían afectar la asimilación de esta manera de ver la problemática actual: conocerla para transformarla. Esto no significa que los niños se introduzcan en la complejidad de los problemas, sino que al paso del tiempo, conozcan su realidad de tal manera que puedan reflexionar cada aspecto de su entorno cotidiano para encontrar soluciones, al menos en corta escala.

¹ Enciclopedia Hispánica. Datapedia y Atlas. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp. 107.

¿Por qué una escuela de Tae Kwon Do?

En una escuela de Tae Kwon Do se combinan aspectos mentales y físicos favorables para cada persona. Estos elementos se desarrollan por medio de dinámicas que estimulan dichos aspectos y que dan a cada individuo una realización de sí mismo y de lo que es capaz de hacer. De esta manera el individuo se desarrolla y se le otorga seguridad para que en el futuro puedan enfrentarse a obstáculos mayores y encuentren una o varias alternativas para solucionar uno o varios problemas.

Además de que en el Tae Kwon Do se pretenden inculcar una serie de valores con gran contenido humano y sobre todo la disciplina, que es una herramienta indispensable para alcanzar cualquier meta. Es necesario entonces pensar en una escuela o centro escolar, más complejo que una escuela de arte marcial: se trata de una escuela de arte marcial para la vida con el fin de rescatar los valores que hemos perdido durante tanto tiempo: disciplina, honestidad, responsabilidad, solidaridad, etcétera.

¿Para qué introducir una ideología?

La humanidad se acerca al punto en el que la naturaleza se destruye sin límites: conseguir un fin individual sin importar al bienestar común es la tónica de nuestro tiempo. En muchos casos los valores son conocidos por todos, pero omitidos por algunos sectores e individuos de la sociedad y provoca que las relaciones humanas se degraden y por lo tanto, la tensión entre las personas aumente por la inadecuada manera de relacionarse. Las relaciones e interacciones humanas pueden desarrollarse de manera armoniosa e integral sin lastimar ni ofender a nadie. Sin el egoísmo imperante.

Esta manera de pensar es básicamente, para rescatar esos valores que se han perdido en la sociedad moderna y dar la importancia que se merecen todos los elementos que hacen posible la vida del ser humano en este planeta, especialmente la naturaleza.

No significa que este proyecto sea un proyecto 100% ecologista, no, yo lo llamaría un proyecto 100% humano, de reencuentro con nuestra naturaleza como ser humano, como ser pensante. Partiendo del mí mismo frente a los otros mis iguales. Este es el contenido general de la investigación y proyecto que les presento a continuación.

CAPITULO 1. EL TAE KWON DO COMO MEDIO DE EDUCACIÓN.



TEMAS:

- 1.1) El sistema de enseñanza del Tae Kwon Do.
- 1.2) La importancia de la filosofía del Tae Kwon Do.

CAPITULO 1: EL TAE KWON DO COMO MEDIO DE EDUCACIÓN.

El Tae Kwon Do como disciplina, permite que el alumno aprenda una serie de valores muy importantes para la vida. Además, por su filosofía, el alumno siempre estará mejorándose y buscando constantemente la excelencia como persona². Este aspecto le da al alumno seguridad y autoconocimiento, con lo que aprende cuales son sus cualidades y sus habilidades así como sus capacidades en general. Al conocer sus capacidades conoce sus limitaciones y con la ayuda del maestro, aprende a solucionar problemas auxiliándose de sus capacidades, como lo son: el combate con un compañero o con varios, el aprendizaje de formas, de defensas de patadas, etc.

Si tomamos en cuenta que el Tae Kwon Do da los elementos necesarios para que las personas enfrenten sus problemas, sería muy productivo establecer un sistema de enseñanza para la vida, retomando la esencia del sistema de enseñanza del Tae Kwon Do y de su filosofía, combinándolo con un método de enseñanza alternativo que ha dado buenos resultados en países desarrollados.

Es muy importante retomar el sistema de enseñanza del Tae Kwon Do porque a lo largo del tiempo se ha comprobado que es eficaz, de lo contrario el Tae Kwon Do hubiera desaparecido. Además se debe de hacer consciente este sistema en el maestro para poder desarrollarlo y aplicarlo. Cuando hablo de hacerlo consciente me refiero a que no sólo lo conozca, si no que lo entienda y lo asimile. El problema está en que los aspirantes a maestros o mejor dicho a profesores, aprenden este sistema sin que se les explique el mecanismo, cual es su funcionamiento. Esto genera que el nuevo profesor únicamente intuya el sistema, sin comprenderlo para que en un momento dado logre hacer algún ajuste. Es por eso que este problema debe ser resuelto, para mantener esa línea del Tae Kwon Do, pero con la opción de diversificar la forma de enseñar.

1.1) El sistema de enseñanza del Tae Kwon Do.

El Tae Kwon Do además de ser un arte marcial es un deporte. Estos dos aspectos del Tae Kwon Do tienen sistemas de enseñanza diferentes. En el Tae Kwon Do, como en todos los deportes, se comienza enseñando por imitación, es decir, que el alumno imita al maestro o a los compañeros que saben más que él. Esta manera de enseñar permite que el alumno se percate de sus errores al comparar sus movimientos con los de los otros y con esto él mismo mejora gradualmente. Sin embargo, el Tae Kwon Do pretende alcanzar el aprendizaje de las diferentes técnicas, así como también el desarrollo psicológico y psicomotor de los alumnos desde la niñez; se trata del completo dominio de sus capacidades físicas en la etapa de transición, cuando el niño empieza a dominar sus capacidades siempre bajo la vigilancia y compañía del maestro, especialmente en su etapa competitiva.

² GUZMAN, Ramiro. Tae Kwon Do, un arte de vida. pp.36

Enfocando al Tae Kwon Do como arte marcial, cambia la manera de enseñanza. Primero aclaremos lo que significa arte marcial. La palabra arte proviene del latín *art*, *artis*, que significa: habilidad o cualidad de hacer algo, y marcial que viene de *martialis*, que es lo relativo a la guerra³. Por lo tanto, arte marcial significa: *habilidad de hacer la guerra*.

Con esta explicación entendemos mejor porqué la enseñanza legendaria del Tae Kwon Do se ha desarrollado a través de jerarquías rigurosamente respetadas, por tratarse de habilidades para hacer la guerra. Esto quiere decir que antiguamente, los guerreros más sabios eran los que hacían las estrategias de ataque o de defensa. Estos guerreros tenían a su lado a guerreros con menos conocimiento pero que aprendían gradualmente de ellos, y así sucesivamente los demás guerreros y soldados guardaban una jerarquía entre sí, dependiendo de sus conocimientos, habilidades y sabiduría.

Juntando estas dos maneras de enseñar Tae Kwon Do, llegamos a la manera de enseñar Tae Kwon Do en nuestros días. Se sigue con el sistema de jerarquías y los más sabios instruyen a los principiantes. También se sigue el sistema de imitación y los aspectos de cada etapa del alumno son imprescindibles en el sistema de enseñanza actual del Tae Kwon Do.

1.2) La importancia de la filosofía del Tae Kwon Do.

Para poder entender que el Tae Kwon Do es una práctica rutinaria y una práctica para la vida, debe de conocerse su filosofía de manera clara y precisa. Este conocimiento proporcionara los elementos complementarios de la práctica física del Tae Kwon Do, y nos explica algunos aspectos que aparentemente aparecen aislados de las técnicas de defensas: tal es el caso de la meditación, el saludo, la alimentación, etcétera.

Además el alumno iniciará una consciencia de la importancia de los aspectos filosóficos que intervienen en la práctica de este arte marcial, para posteriormente transmitirlos a las siguientes generaciones y crear valores y principios a beneficio de cada persona relacionada directa o indirectamente con la escuela.

Otro aspecto importante de la filosofía que debe de ser enseñado a los alumnos, desde su inicio en la escuela, es el de crear una estabilidad en todos los aspectos de su vida, para eliminar los temores y los miedos que puedan existir en él. Propiciar estados de calma y relajación, hacer ejercicios de conocimiento interno(meditación) y que obtenga el apoyo emocional que puede brindar el conocimiento consciente de

³ La fuerza de las palabras. Rider Digest. 1985. 228.

la filosofía para poder enfrentar situaciones sentimentales de difícil solución. Volver relativo el potencial negativo del super ego y buscar la tendencia al equilibrio psíquico.

Recordemos cuál es el fundamento de la filosofía coreana, que es la base de la filosofía del Tae Kwon Do. La filosofía coreana consiste en buscar la felicidad en la esencia del ser humano, por medio del desarrollo de tres aspectos:

- 1) Físico
- 2) Espiritual
- 3) Mental

El Tae Kwon Do es la herramienta por la cual se debe de lograr una armonía total entre estos tres aspectos. Se realiza una vez que se pierde el miedo, porque el miedo nos ocasiona una inhibición hacia la vida, nos quita la libertad y hace que nosotros se la arrebatemos a los demás. Se necesita el encuentro de uno mismo para que no sólo se desarrollen las aptitudes físicas sino también los valores como el amor, el respeto, la verdad, la valentía, etcétera.⁴



Principalmente, me gustaría recuperar la meditación y darle una forma adecuada, para que se enriquezca el aspecto espiritual en apoyo de lo mental y lo físico del individuo. Es necesario un desarrollo espiritual e interno en cada persona para aprender lo que es la concentración, la energía interna y las capacidades potenciales y reales que tiene cada individuo como herramientas para enfrentarse a la vida.

No pretendo hacer de esta filosofía una religión, únicamente retomo algo que es importante para la práctica del Tae Kwon Do y le doy el lugar que merece llevar. El problema radica en cómo haré para que desde pequeños los niños aprendan esta filosofía. La manera en que trataría ésto con alumnos pequeños, sería muy dinámica y por medio de libros educativos especiales que contuvieran una gran carga de dibujos interactivos y que se les diera una explicación acorde a sus capacidades intelectuales: prácticas y experiencias de la vida cotidiana tanto en el trato y convivencia con nuestros semejantes como en el amor y respeto hacia la madre naturaleza pero especialmente, en el amor y estima que se deben tenerse a sí mismos.

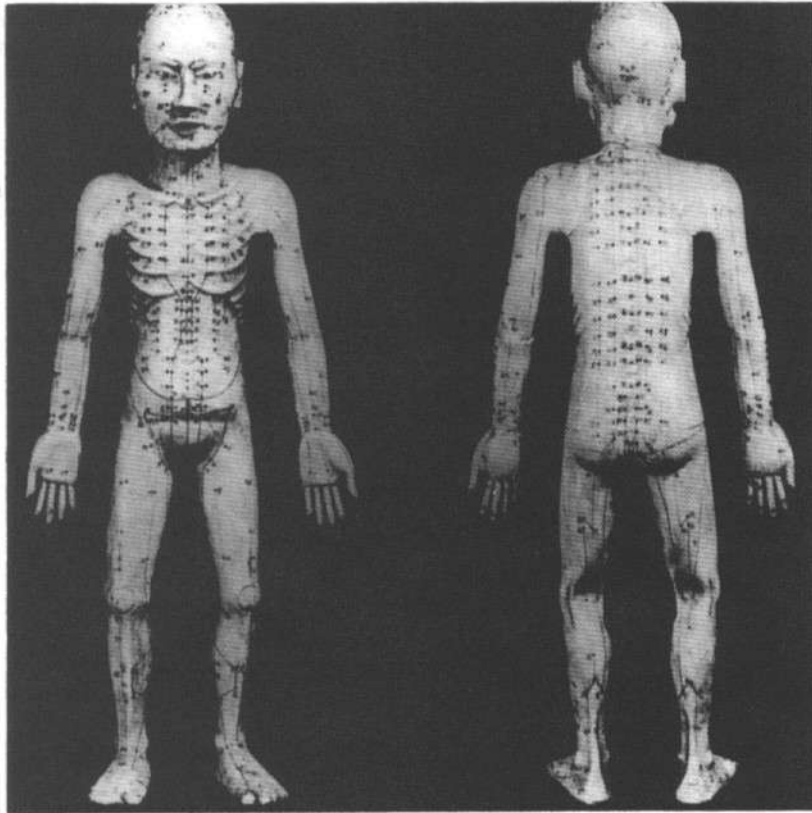
Otro aspecto al que me gustaría darle la importancia filosófica que tiene, es a las formas, que no son simplemente movimientos físicos, sino que son meditación en movimiento. Deben de ser tomadas como tales y deben de hacerse con la seriedad que tienen pero enfocadas en niños menores y posteriormente en cualquier miembro de este tipo de escuela.

Es muy importante crear una consciencia de lo que se está haciendo en los niños, para que sepan valorar entre las diferentes actividades que están realizando. ya que

⁴ Y. H. Park. Tae Kwon Do para niños. Selector. México 1994. pp. 13

no es igual de seria una forma, que una sesión de pateo con equipo, o que hacer meditación, o dinámicas de coordinación. Por esto le doy importancia al aspecto filosófico ya que apoya a esta formación y sustenta la base de la existencia del Tae Kwon Do, por lo tanto de la existencia de la escuela y del maestro. Más adelante tratare este problema con mayor profundidad en el planteamiento concreto de la escuela.

CAPITULO 2: LA IMPORTANCIA DEL CUERPO.



TEMAS:

- 2.1) LA PSICOMOTRIZ, EL COMIENZO DE LA ENSEÑANZA ORIENTADA.
- 2.2) LA CONCEPCIÓN E IMPORTANCIA DEL CUERPO EN LAS ARTES MARCIALES.
- 2.3) RELACIÓN DE LA PSICOMOTRIZ Y LOS CONCEPTOS DEL ARTE MARCIAL.

CAPITULO 2: LA IMPORTANCIA DEL CUERPO.

La mayoría de las personas sabe que tiene un cuerpo pero no lo conoce, y por lo tanto no lo cuida. Es muy importante conocer y cuidar el único lugar individual en el que estamos todos y cada uno de nosotros. Este conocimiento se adquiere con el paso del tiempo, pero también se necesita una disciplina y una orientación desde los primeros años en los que el ser humano comienza a descubrirse y a darse cuenta de los potenciales de su cuerpo.

En las antiguas culturas mesoamericanas, la filosofía sobre la corporeidad, es decir, con relación al cuerpo, podemos entenderla a través del interesante mito referente a Quetzalcóatl, rey-divinidad tolteca. En los relatos de las fuentes más antiguas, se presenta el mito en un primer momento en el cual Quetzalcóatl es ingenuo y bondadoso y vivía en ignorancia de su propio cuerpo. En ese entonces habitaba en un aposento oscuro y custodiado, dedicándose a la oración, la penitencia y el ayuno. Evidentemente, en una actitud de disciplina de ascesis en el sentido de la mortificación de la carne para el sacrificio de los dioses. Esta fase parece semejante a la del mundo original de la tradición judeocristiana. Ese mundo primario-infantil que vivimos sin pensarlo, sin conscientizarlo, sin tener sobre él ideas preconcebidas. Se trata del símbolo de la inconsciencia del hombre sobre su cuerpo. En esta situación se logra actuar de acuerdo a los dictados de la naturaleza para estar en armonía consigo mismo y con el cosmos. Quetzalcóatl envejece en esa ingenuidad⁵.

La versión simbólica de la Teoría del Cuerpo Humano se centra en un hecho psicológico fundamental: somos cuerpos ignorantes de serlo, hasta que los demás, otros humanos, nos devuelven una imagen, la percibida por ellos; a partir de entonces tenemos un cuerpo. A Quetzalcóatl viejo se lo otorgó un dios joven conocido como el espejo humeante Tezcatlipoca, quien brinda la imagen de anciano al rey-sacerdote. Así, en este sentido, el aprendizaje social del cuerpo supone un extrañamiento: estamos fuera de nosotros, vivimos en la opinión de alguien más, somos ajenos. El proceso continua y esa opinión ajena son introyecta en nosotros y la interpretación de los otros se vuelve nuestra propia interpretación. Llega entonces la inquietud, el miedo, la incertidumbre, al sentirnos expuestos al juicio social, al juicio de los otros. Quedamos presos, limitados a la concepción sobre el cuerpo establecida por la cultura. Desde ese momento de consciencia quedamos cautivos frente a un espejo engañoso semejante al espejo de la magia lunar de los hechiceros del pasado prehispánico.

¿ Cómo reconocernos y llegar a entender la corporeidad desde nosotros mismos?. En el mundo occidental no se resuelve y sólo parece multiplicar problemas. Es por eso que la aportación de las disciplinas marciales orientales como el Tae Kwon Do han llegado a cumplir un papel determinante en las sociedades occidentales como la nuestra.

⁵ RICO BOVIO, Arturo. Las fronteras del cuerpo. Crítica de la corporeidad. México, Cuadernos de Joaquín Mortiz, 1990. pp. 141-155.

Por tal motivo, el aprendizaje y conocimiento del cuerpo no debe de ser únicamente por medios occidentales como lo son los aprendizajes que desarrollan los aspectos psicomotrices, sino que deben considerarse las filosofías orientales con respecto al cuerpo, y adquirir de cada corriente, los aspectos básicos para desarrollar el cuerpo desde las dos formas de ver el problema. Finalmente lo que interesa es conducir adecuadamente todas nuestras energías al se conscientes de ellas y su potencial total, integral.

También es importante desarrollar el vínculo entre la mente y el cuerpo, ya que uno depende de la otra, y el conocimiento de la mente, tendrá por consecuencia el uso y trato adecuado del cuerpo. Este crecimiento mental debe realizarse a la par del desarrollo físico durante la niñez, porque esta etapa del ser humano, es en la que se tiene una capacidad sensitiva mucho mayor y una buena estimulación traerá como resultado, a un individuo bien desarrollado y consciente de sí mismo.

Para lograr que el niño tenga esta integración entre lo físico y lo mental, he considerado a lo psicomotriz como base, adquiriendo también aspectos generales físico-mentales de las artes marciales. Al hablar de psicomotriz, estoy hablando de psicología, lo que me hace involucrar a un psicólogo que se mantenga al pendiente de este aspecto.

2.1) LO PSICOMOTRIZ, EL COMIENZO DE LA ENSEÑANZA ORIENTADA.

Adentrándonos en lo psicomotriz, deberíamos considerar que todos los individuos son únicos y por ello especiales, y que existen diferencias individuales que se dan en el aprendizaje que promueven la visión de cambio e innovación, de búsqueda y de encuentro, de exploración y de investigación. Es importante resaltar que la educación se da por medio de las experiencias generales de la vida, esto implica la iniciación de los individuos en la sociedad es también a través del ejemplo y la imitación. Podemos decir que la educación comienza con las interacciones fetales que tienen lugar en el seno materno, y que termina con la muerte clínica del cerebro. En términos de lo físico existencial.

La educación es una parte fundamental en la sociedad que supone la transmisión de conocimientos y la activación del aprendizaje por medio de la experiencia vital. La educación cubre experiencias planificadas que amplían los aprendizajes significativos y que conducen al conocimiento operativo para resolver problemas⁶. Hay personas que se han adaptado satisfactoriamente a la sociedad, mientras que otras personas necesitan guías específicas y experiencias más amplias para lograr obtener estos procesos de aprendizaje y llegar a obtener la resolución de problemas.

Existen profesores que creen que pueden aplicar los mismos métodos educativos en

⁶ VARGAS, Ríos Pedro. La dimensión orgánico funcional y psicomotriz en los procesos de aprendizaje. Universidad de Madrid. 1997. pp. 123.

todos los casos, esto incluye los principios de desarrollo y aprendizaje, donde debe de existir una reorientación en la psicopedagógica actual. Realizarlo implicaría cambiar muchos aspectos y aprender muy poco. Sin embargo, hoy en día existe una gran demanda de estrategias técnicas metodológicas que atienden y responden a las necesidades educativas que existen en la diversidad de capacidades y competencias, con las que se enfrentan los profesores a su difícil labor docente.

Es muy importante darnos cuenta de que los cambios y las innovaciones en el ámbito educativo no son producto de la casualidad, sino que son el producto de la experiencia, la práctica educativa y la investigación. Esto nos hace reflexionar sobre el procesamiento de la información como un sistema teórico práctico que nos revela la forma de pensar del hombre. Por lo que llegamos a la conclusión de que el ser humano no sólo recibe pasivamente los conocimientos, sino que la información pasa por diferentes etapas y que se envuelve en procesos activos y reestructurativos a través de un sistema especial.

La intervención de los aspectos psicomotrices se base en:

El desarrollo psicológico del niño.

La concepción del desarrollo.

El cuerpo del niño es el elemento básico de contacto con la realidad exterior.

El movimiento del cuerpo es inseparable al aspecto relacional del comportamiento.

En el aspecto relacional esta incluido el fenómeno de la interacción con el objeto.

La comunicación como constituyente del desarrollo psíquico y como generador del desarrollo de los potenciales del niño.

Los objetivos generales de lo psicomotriz son: desarrollar la capacidad sensitiva, educar la capacidad receptiva y educar la capacidad representativa y simbólica. Esto puede favorecer el rendimiento escolar, la inteligencia y la afectividad. Por medio de dinámicas, técnicas y actividades de índole psicomotriz apoyadas en el ritmo y otros lenguajes plásticos, potencializan la personalidad del menor en su globalidad de un mundo armónico, respetando el desarrollo natural del niño. Estas técnicas no son para conseguir un conocimiento específico, son para llegar a un desarrollo total de manera integral de la sensibilidad perceptiva, para que el niño adquiera las nociones de tiempo y espacio como elementos previos para adquirir conocimientos fundamentales.

Los medios que emplean las técnicas psicomotrices, son la vía corporal del menor, respetando y considerando las posibilidades del desarrollo motor, afectivo y cognitivo.

De esta manera nace o se fortalece el estilo comunicativo y/o las estrategias de comunicación con que cuenta el niño, a partir de ahí el alumno podrá poner en uso sus funciones comunicativas y sus respuestas a la comunicación. Se da la interacción y conservación en diversos contextos lo que le permitirá la confrontación en la adquisición de nuevas estructuras que lo involucrarán en nuevos y diferentes conflictos cognitivos, que a su vez, darán acceso a estrategias de resolución de problemas, echando mano de sus aprendizajes significativos:

acumulando experiencias.

2.2) LA CONCEPCIÓN E IMPORTANCIA DEL CUERPO EN LAS ARTES MARCIALES.

Es muy distinta la concepción del cuerpo en la cultura occidental y en la oriental. En la occidental se establece una separación entre el cuerpo y la mente. Por lo contrario, en Oriente se establece la idea de que el cuerpo, la mente y los sentimientos, forman una unidad única y fundamental. Para los orientales el conocimiento tiene poco valor si no hay al mismo tiempo un fenómeno sensorial y mental. La relación que se da entre el cuerpo y la mente no puede ser posible sin un centro que regule sus intervenciones en la vida del individuo. Esta energía reguladora o centro está representada por los sentimientos, que unen al cuerpo y la mente, no para crear un equilibrio, sino para concretar el funcionamiento a la par del uno y el otro. Con esta última información podemos concluir que el cuerpo es muy importante para el desarrollo de la mente y viceversa, pero es necesario saber regular y conjuntar estas dos formas de energía con los sentimientos⁷.

Hablando del aspecto exterior del cuerpo debemos considerarlo como un objeto externo que coexiste con otros objetos externos y que tienen ciertas características específicas. Una estructura funcional que es considerada como la manifestación de la consciencia y la mente.



El interior de esta estructura puede deducirse al ver el exterior pero debe de ser dividida: músculos, huesos, tejidos y órganos.

En las artes marciales se traduce esto como la posición y velocidad de los miembros, la precisión de las técnicas y la fuerza de los movimientos.

En las artes marciales se manejan tres tipos de energías que están representadas por el cuerpo, la respiración y la mente. El cuerpo se refiere a la estructura en la que vivimos y el medio por el cual canalizamos y expresamos, hacemos y conocemos, los sentimientos y el mundo. La respiración se refiere a la garganta considerando la respiración física, pero también los sentimientos. Este nivel de energía es muy dinámico y móvil, opuestamente a la rigidez del cuerpo, porque permite el flujo de emociones. Por último tenemos el nivel mental que es el más útil, no es físico y constituye la esencia del individuo, su consciencia pura, el entendimiento.

Es necesario conseguir el desarrollo espiritual por medio del cuerpo y la respiración. Esto no se puede enseñar pero generalmente se trae de nacimiento. Para lograr este desarrollo es muy importante tener una postura adecuada y natural que permita el buen funcionamiento integral del cuerpo y la respiración. La importancia de esto radica en la diferencia entre una postura natural y una provocada por contracciones musculares. En la postura natural no hay ningún músculo tenso, flácido o caído, y al

⁷ PAYNE, Peter. Colección: Mitos, Dioses y Misterios. Libro: Artes Marciales. Editorial Debate. Madrid, España. 1994. pp.6-47,88,89.

provocar una postura por contracciones musculares, se pueden dar situaciones de este tipo. La postura natural propicia la libre respiración y el relajamiento del cuerpo, para que el aire puro y la misma respiración, penetren en todos los lugares del cuerpo para vitalizarlo.

Otro aspecto importante a considerar para alcanzar el desarrollo espiritual, es el ritmo, el poder y la libertad. Hay que tomar en cuenta que el cuerpo, la respiración y la mente, se encuentran unidos por el sistema nervioso, que además los hace interactuar y comunicarse entre sí. El ritmo se refiere a la unión y armonía de las vibraciones desprendidas por nuestro cuerpo(energía) que van reforzándose unas a las otras. Esto desencadena que las vibraciones incrementen su poder y provoquen una concentración de energía mayor. Sin embargo, esa energía no puede ser liberada sin la libertad individual que nosotros expresamos y reflejamos al hacer cualquier cosa.



Esta libertad permite una apertura muy grande y la realización de movimientos y actos armónicos, poderosos, que si son modificados haciéndolos conscientes, se estimula la repetición y la constancia en su práctica.

Estos son los aspectos básicos que se pretenden desarrollar en los practicantes de artes marciales para elevarlos a su más alto nivel, hasta alcanzar el esplendor de cada persona: lo más cercano a lo total.

2.3) RELACIÓN DE LO PSICOMOTRIZ Y LOS CONCEPTOS DEL ARTE MARCIAL.

Relacionando los aspectos psicomotrices y los desarrollados por las artes marciales, podemos llegar a la conclusión de que uno sirve de pauta al otro, y que ambos se complementan entre sí. Si ponemos especial énfasis en los aspectos que consideran las dos corrientes sobre la importancia del cuerpo y su relación con la mente, encontramos que las dos tienen los mismos fines, pero en diferentes ámbitos. Al parecer, sería casi imposible relacionar estas dos corrientes, pues una es occidental y la otra oriental, pero si retomamos los aspectos básicos que son mencionados anteriormente, encontramos que la relación es inevitable e imposible de omitir. Sin embargo, hay que tomar en cuenta su origen y el lugar donde van a ser aplicadas. Por consiguiente, es necesario hacer una mezcla de ideas, sin desvirtuar la autenticidad de cada una de las corrientes y retomando lo esencial, para darle el enfoque que se debe, de acuerdo al contexto cultural en el cual se van a aplicar.

El uso que yo pretendo darle a estos dos aspectos de la corporeidad, es enfocado hacia los niños, manteniendo las ideas, principios y conceptos orientales de la integración de la mente, el cuerpo y los sentimientos, pero usando las técnicas y principios psicomotrices mencionados en la primera parte de este capítulo.

Como conclusión del capítulo, puede decirse que la importancia de lo psicomotriz

radica en la enseñanza al niño de las capacidades tanto físicas y corporales, que no ha desarrollado y que apenas comienza a conocer. Esto aunando a las ideas de la filosofía oriental con respecto al cuerpo, para establecer un método de enseñanza corporal en niños, enfocado a las artes marciales, y más específicamente al Tae Kwon Do.

CAPITULO 3: UNA ESCUELA ALTERNATIVA PARA LA VIDA.



TEMAS:

- 3.1) LA ALTERNATIVA REAL.
- 3.2) LAS ÁREAS ESPECIALES.
- 3.3) CONCLUSIONES GENERALES.

CAPITULO 3: UNA ESCUELA ALTERNATIVA PARA LA VIDA.

El proyecto real de esta escuela, como ya ha sido mencionado en la introducción, es el de formar personas capaces de enfrentarse a los problemas que existen hoy en día, y el de generar una consciencia por medio de una filosofía y una ideología, en pro de la humanidad y de lo que permite que la vida del ser humano en la tierra, en medio de la naturaleza sean armónicas.

Este proyecto esta enfocado a niños por la amplia gama de posibilidades con las que cuenta el maestro o profesor, al trabajar con ellos. La principal preocupación es establecer una escuela alternativa para la vida en la que los niños obtengan una formación integral para en determinado momento, marcar el cambio dentro del campo que se desarrollen, o simplemente, en la vida suya y de los demás.

En este capítulo planteo por completo el proyecto y la idea del funcionamiento de la misma tomando en cuenta los dos capítulos anteriores, redondeando las ideas generales de esos capítulos, enfocados al proyecto como tal.

3.1) LA ALTERNATIVA REAL.

Como mencioné en la introducción, para la realización de este proyecto, tomo en cuenta dos corrientes educativas, la del Tae Kwon Do, y la progresista. Estas dos maneras o sistemas de enseñar, son el fundamento de la escuela alternativa, apoyándose en la ideología que quiero plantear y la filosofía del Tae Kwon Do.

La corriente progresista, es una corriente que tomó mucha fuerza en E.U.A después de la guerra civil de ese país (1861-1865).Plantea el aprendizaje del niño por medio de su propia iniciativa, pero con la orientación y ayuda del maestro. Esto tiene la finalidad de que el niño aprenda a autorregularse y que conozca sus capacidades. Hay que tomar en cuenta que cada niño es diferente, por lo tanto, cada uno tiene diferentes capacidades y basándose en eso los niños son los que se ayudan y se corrigen.

Además, el pensamiento progresista da mucha importancia a los aspectos filosóficos y se considera como esencial para el aprendizaje, la comprensión en el estudiante. Debemos de tomar en cuenta que la comprensión no es una adquisición que se produzca en un momento del desarrollo, comprendiendo que el desarrollo es un proceso que implica resultados y realizaciones. Este enfoque se debe a que casi todo el mundo presenta una comprensión incipiente, pero ni siquiera el más distinguido experto alcanza siempre una comprensión plena⁸.

Sin embargo, la educación progresista tiene algunos problemas que el maestro debe analizar para no cometerlos en la enseñanza. Uno de los principales problemas es la

⁸ GARDNER, Howard. *La mente no escolarizada, cómo piensan los niños y cómo deberían enseñar las escuelas*. Barcelona, España. Editorial Paidós Ibérica. 1997. PP. 188.

falta de capacidades básicas, ya que muchas veces, son descuidadas. Este problema es muy importante porque de las capacidades básicas se desprenden actividades más complejas que no pueden ser entendidas o asimiladas por los alumnos si no hay un buen respaldo. También se debe inculcar en el alumno, cuándo hacer uso de ellas y de qué manera puede relacionarlas con su vida cotidiana, en lo posible.

La solución a este problema, no es un régimen estricto, sino la explicación de ¿para qué y por qué? se usan estas capacidades básicas o técnicas básicas, y establecerlas. En dado caso de que hubieran sido descuidadas, se debe acentuarlas. Para llegar a este resultado se necesita mucho esfuerzo y disciplina, incluyendo darles toda la importancia que se les debe dar en cada caso específico.

Otros problemas graves a los que se puede enfrentar un maestro, son problemas de tipo educativo. Esto significa que por una prueba, dejan metas educativas más significativas. Para evitar esta situación, el maestro debe de estar en constante actualización y debe de ser un maestro con buena preparación, amor a sí mismo y con una autoestima que no se derrumbe por las percepciones externas, por las percepciones de los otros.

Sin embargo, el principal problema es la ausencia de modelos y patrones en el proceso educativo, que en la educación progresista son básicos. En algunos casos esta ausencia trae como resultado la pereza y en caso extremo la anarquía.

Estos modelos y patrones deben surgir naturalmente, mientras el maestro y el alumno crean la atmósfera de respeto. También los maestros tienen la obligación de no confiar ciegamente en la habilidad y capacidad del alumno para obtener un aprendizaje de la manera adecuada. Debe de tomar en cuenta que el alumno puede comprender de manera errónea lo que quiere dar a entender. Ahí es donde el maestro entra como orientador del aprendizaje del niño.

Los principales requisitos para que la educación progresista sea completa son:

1. Se requiere de maestros y profesores bien formados y entregados a su trabajo.
2. Que los padres no sólo apoyen la filosofía, sino que la defiendan.
3. Un cuerpo estudiantil motivado para aceptar las responsabilidades y aprovechar las oportunidades.

Estudios realizados actualmente por grupos de la UNAM, han comprobado que el aprendizaje es más significativo por medio de este sistema de enseñanza, tomando en cuenta los problemas y requisitos que se deben cumplir. Lo que ellos proponen, es la implementación de áreas especiales de cada conocimiento que el niño quiera desarrollar o aprender.

Si lo aplicamos al Tae Kwon Do, yo he pensado hacerlo otorgando o en dar esta opción a los niños: decidir qué parte del Tae Kwon Do quieren aprender, utilizando elementos didácticos (libros, instructivos, películas y videos, música, esquemas, posters, etcétera.) para que el niño aprenda por si mismo, únicamente utilizando sus



sentidos y con la orientación de un maestro. Sin embargo, al principio sí habría que darle a los niños conocimientos directos, que fueran experimentados por ellos y que al mismo tiempo fueran desarrollándose dentro del campo que quisieran.

Hay que tener mucho cuidado con esta manera de enseñar por áreas, pues es posible que los niños no aprendan integralmente. Por eso, el maestro debe de realizar observaciones y evaluaciones periódicas de cada niño, para darse cuenta de sus necesidades y en caso de que ocurran omisiones, intervenir de alguna manera para llegar a satisfacer los huecos.

Otro aspecto del que debe estar pendiente el maestro, es el de estimular al niño a realizar las actividades que de acuerdo a sus capacidades efectúe mejor, sin hacer a un lado las demás actividades que acaso le sean de difícil ejecución. También el maestro debe enseñarle al alumno el por qué de sus errores, pero debe también señalar de igual manera los aciertos. Esto es conocido con el término ajuste del maestro. En ese ajuste, el maestro debe comenzar en el nivel del niño y llevarlo a un nivel cada vez más complejo, para que el niño no se quede en el mismo nivel.

Esto quiere decir, que dentro de la enseñanza hay cosas que se pueden hacer con otra persona u otras personas, pero estas mismas cosas no se pueden hacer por uno mismo. Aquí se ve lo indispensable que resulta la ayuda y orientación del maestro hacia sus alumnos. Esta ayuda debe de ser retirada gradualmente por el maestro para que el alumno obtenga autonomía con el fin de que se responsabilice de su aprendizaje.

Así como está planteado anteriormente, los niños deben de corregirse entre sí, pero también deben de tener sesiones entre ellos para comentar sobre sus experiencias en las áreas. Estas sesiones se darían al finalizar la clase, con el objetivo de retroalimentar a los niños y así aprendan a comunicar sus experiencias y problemas, para buscar una solución grupal y propiciar en el niño la confianza para pedir ayuda: la solidaridad y el apoyo mutuo. De manera importante, otro objetivo sería el de estimular la comunicación del niño hacia el mundo exterior y hacia sus compañeros. Sus formas de aceptación y adaptación sin conflictos ni traumas.

Una vez que el niño comience a autorregularse, se le introducirá en el contexto ideológico que pretendo desarrollar, empezando con pequeñas metas inmediatas, como campañas de limpieza en la calle más próxima. Generalmente, como se trata de cuidar la naturaleza, las actividades a realizar serán al aire libre, pero también habrá actividades en interiores.

Posteriormente se aumentará el grado de importancia de cada proyecto, pero siempre será basado en la parte ideológica. Así, cuando el niño tenga nociones de la ideología que se le da, él mismo realizara sus proyectos con la dirección del maestro y demás colaboradores.

El niño comenzará a aplicar lo que se le enseña de Tae Kwon Do en la vida cotidiana y en su entorno hasta llegar a tener consciencia de lo que esta haciendo y

se desencadene poco a poco, el objetivo primordial de establecer una ideología, producto de una filosofía de la vida plenamente conscientizada.

3.2) LAS ÁREAS ESPECIALES.

Para finalizar este proyecto, he pensado en dar una pequeña idea sobre las áreas que me gustaría desarrollar en el caso de que pudiera realizarse este proyecto. Cada una debe de ser controlada por un maestro que cumpla las funciones mencionadas en el tema anterior.

ÁREA DE DEFENSAS:

En esta área, los niños aprenderán cuáles son las defensas que se utilizan en el Tae Kwon Do. Este aprendizaje se daría en función de la cinta del niño y sería dinamizado por medio de posters con personas haciendo defensas.



Esquema desde Shoombe, hasta defensa baja.

ÁREA DE MEDITACIÓN:

En esta área se retoma la esencia de las técnicas de relajación y respiración para que el niño obtenga los elementos apropiados para meditar. Esta área deberá de tener un ambiente propicio para la meditación, tranquilo, agradable, pacífico y muy acogedor. La meditación también puede ser enseñada por medio de libros e instructivos donde se ilustren las posiciones y los pasos, que se pueden adoptar para meditar.



ÁREA DE GOLPES:

Esta área tendría un enfoque hacia las diferentes técnicas de golpeo que hay. Desde los golpes más elementales (como lo son con los puños cerrados) hasta los golpes más avanzados, pasando por la diversidad de golpes con todo el cuerpo. En esta área encontraremos costales y equipo en los que puedan ser desarrolladas las técnicas de golpes, sin dañar de ninguna forma al alumno. También se incluirían posters de maestros haciendo golpes y esquemas.



ÁREA DE FORMAS:

Sería un área muy formal, pero con muchos elementos dinámicos para que los niños aprendieran el significado real de las formas y pudieran expresar a través de ellas,

su forma de ser. Las formas serian utilizadas por los alumnos como medio de expresi3n pero de una forma seria y con el verdadero objetivo de las formas.

Esquema de los primeros
Cuatro movimientos de Kicho Shodan.



ÁREA DE PATADAS:

Esta 3rea es considerada por m3, como el 3rea m3s relajada y din3mica de todas, pues las patadas propician la interacci3n entre compa1eros, alumnos y maestros. La

idea general del 3rea de patadas es dar la t3cnica correcta a los ni1os, para que desarrollen las patadas en una forma eficaz y que no existan errores t3cnicos en alumnos avanzados. Los instrumentos de trabajo de esta 3rea serian petos, domis, costales, parshaguis y



todos los complementos necesarios para realizar una t3cnica correctamente sin lastimarse. Tambi3n incluir3a posters y esquemas para que los ni1os est3n visualizando todo el tiempo, lo que despu3s ellos van a hacer.

3.3) CONCLUSIONES GENERALES.

Es importante hacer un peque1o esquema general sobre este proyecto, para que sirva como referencia. Al realizar este esquema retomar3 los aspectos m3s importantes de cada cap3tulo y de cada tema, con el fin de obtener un resumen concreto del proyecto.

Las necesidades educativas en M3xico y el mundo, cada vez son mayores puesto que el ser humano ha adquirido responsabilidades m3s serias que debe de satisfacer. Adem3s ha ido enfrent3ndose con problemas gradualmente m3s complejos y en nuestros d3as, estos problemas no s3lo lo afectan en gran escala a 3l, sino que tambi3n afectan su entorno y el medio en el que vive. La implementaci3n de una ideolog3a positiva a toda la destrucci3n generada por el ser humano, es primordial en este sistema educativo.

Para resolver estos problemas, es indispensable establecer un sistema de ense1anza en el que se propicie la toma de decisiones y que se ense1e a visualizar las opciones y las alternativas para la resoluci3n de los problemas m3s graves. Es importante remarcar que este sistema educativo esta enfocado hacia ni1os, pero que es aplicable en cualquier edad.

Considerando esto, se retoma la corriente educativa progresista que plantea el aprendizaje del ni1o por sus propios medios y fomentando la iniciativa en 3l. Tambi3n marca que el autoconocimiento es b3sico para que el ni1o conozca sus capacidades y as3 sepa que debe de aprender. Adem3s, Tae Kwon Do es un arte marcial que propicia el enfrentamiento de las adversidades y que permite que el individuo, observe las opciones a su alcance. Si juntamos esto con la corriente

educativa denominada progresista, obtenemos teóricamente, el sistema de enseñanza arriba mencionado.

El sistema de enseñanza del Tae Kwon Do está enfocado desde el punto de vista deportivo y desde el punto de vista marcial. El sistema deportivo se desarrolla por medio de la imitación, cuidando los aspectos del crecimiento deportivo de cada individuo. El marcial se da por medio de jerarquías y de la visualización de la experiencia de cada individuo, haciendo estos dos aspectos conscientes.

Es fundamental que el maestro o profesor, tenga consciente este sistema de enseñanza para llegar a asimilarlo y a transmitirlo de la manera correcta.

También es muy importante la filosofía del Tae Kwon Do puesto que es la base y la esencia de este arte marcial. La filosofía del Tae Kwon Do consiste en encontrara un equilibrio entre la mente, el espíritu y el cuerpo, para enfrentar nuestros miedos y alcanzar la paz interior, con lo que podremos ser capaces de realizar cualquier cosa. Dentro de la filosofía, hay dos aspecto de suma importancia, que son la meditación y las formas. Estos dos aspectos permiten que el individuo descubra la parte interior de sí mismo, al mismo tiempo que se desarrolla físicamente.

El cuerpo debe de ser considerado para la realización de este proyecto, por ser el lugar en el que vivimos como personas y el lugar que debemos conocer para habitarlo de la manera correcta. Como el proyecto esta enfocado a niños, es necesario tomar en cuenta lo psicomotriz, sin dejar de lado la concepción del cuerpo por las artes marciales. Lo psicomotriz plantea el desarrollo integral del niño por diversos medios ya que el niño, comienza a descubrir el mundo en sus primeros años de vida y se le debe orientar, para lograr un desarrollo satisfactorio y adecuado. Los medios que son utilizados por el planteamiento psicomotriz son primordialmente medios sensitivos, por la inmensa cantidad de sensaciones que tiene el niño. Esto se logra con dinámicas que el niño realice de manera natural y que estimulen su desarrollo.

Las artes marciales ven al cuerpo como la unidad en la que vivimos y como la conexión con el mundo. Separan al cuerpo en tres aspectos:

- a) El cuerpo, que es la estructura física que nos contiene y que se divide en la parte externa (lo que vemos a simple vista) y en la interna (músculos, órganos, tejidos y huesos).
- b) La respiración, que es la parte dinámica de nuestro cuerpo, que permite la interacción del cuerpo con la mente y que purifica todos los lugares del cuerpo físico. Se considera a la respiración física, pero también se considera a los sentimientos. Está representada por la garganta.
- c) La mente, que es la parte más importante del cuerpo. Esta parte no es física y muestra al individuo en su esencia, la consciencia pura de cada uno de nosotros.

El proyecto general de la escuela, es el de propiciar un cambio ideológico y crear una consciencia de lo que el hombre ha ocasionado en la tierra para buscar soluciones a los problemas y conflictos que se suscitan cotidianamente. Esta idea de pensar es respaldada por la filosofía oriental del Tae Kwon Do y por su enseñanza, teniendo la práctica del Tae Kwon Do como medio para obtener los resultados previstos.

La idea es crear áreas especiales para desarrollar cada aspecto del Tae Kwon Do, dependiendo de los intereses del niño, con la ayuda y orientación de un maestro. También se implementarían ideas dinámicas para el aprendizaje y se favorecería, la iniciativa del niño.

BIBLIOGRAFÍA:

Enciclopedia Hispánica. Datapedia y Atlas. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp. 107.

PAYNE, Peter. Colección: Mitos, Dioses y Misterios. Libro: *Artes Marciales*. Editorial Debate. Madrid, España. 1994. pp.6-47,88,89.

Y. H. Park. *Tae Kwon Do para niños*. Selector. México 1994. pp. 13-80.

VARGAS, Ríos Pedro. *La dimensión orgánico funcional y psicomotriz en los procesos de aprendizaje*. Universidad de Madrid. 1997. pp. 105-133.

GUZMAN, Ramiro. *Tae Kwon Do, un arte de vida*. pp. 31-217.

BERTHERAT, Thérèse. *El cuerpo tiene sus razones, Autocura y antigimnasia*. Editorial Paidós. México.1991. pp. 17-25,95-122.

RICO BOVIO, Arturo. *Las fronteras del cuerpo. Crítica de la corporeidad*. México, Cuadernos de Joaquín Mortiz, 1990. pp. 141-155.

GARDNER, Howard. *La mente no escolarizada, cómo piensan los niños y cómo deberían enseñar las escuelas*. Barcelona, España. Editorial Paidós Ibérica. 1997. pp.187-219.

La fuerza de las palabras. Rider Digest. 1985. pp228.