



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

## Facultad Regional Multidisciplinaria, FAREM–Estelí

Sistematización de la experiencia de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM–Estelí, municipio de Estelí, en el periodo 2017–2018

### **Trabajo de seminario de graduación para optar**

al grado de

### **Licenciado, en Trabajo Social**

#### **Autores/ Autoras**

Katherine Massiel Gaitán Castillo  
Heydis María Montalván Calderón  
Meyling Raquel Espino Peralta

#### **Tutoras**

MSc. Martha Miurell Suarez  
MSc. Delia Moreno

Estelí, 10 de mayo 2019







UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

2019: “Año de la reconciliación”

## CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Por este medio **SE HACE CONSTAR** que las estudiantes: Br. **Katherine Massiel Gaitán Castillo, Heydis María Montalván Calderón y Meyling Raquel Espino Peralta;** en cumplimiento a los requerimientos científicos, técnicos y metodológicos estipulados en la normativa correspondiente a los estudios de grado de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua, y para optar al título de **Licenciatura en Trabajo Social**, han elaborado tesis **Sistematización de la experiencia de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM-Estelí, municipio de Estelí, en el periodo 2017-2018;** la que cumple con los requisitos establecidos por esta Institución.

Por lo anterior, se autoriza a las estudiantes antes mencionadas, para que realicen la presentación y defensa pública de tesis ante el tribunal examinador que se estime conveniente.

Se extiende la presente en la ciudad de Estelí, a los diez días del mes de mayo del año dos mil diecinueve.

**Atentamente,**

---

**MSc. Martha Miurell Suárez Soza**  
Docente - Tutora de Tesis  
FAREM-Estelí

---

**MSc. Delia del Socorro Moreno**  
Docente - Tutora de Tesis  
FAREM-Estelí



## **DEDICATORIA**

Este trabajo de tesis es dedicado primeramente a Dios, quien supo guiarnos por el buen camino, darnos fuerzas para luchar y seguir adelante ante cualquier adversidad que se nos presentaba.

A nuestras familias por ser el motor fundamental en nuestras vidas ya que cada día nos muestran su apoyo incondicional, sus consejos, comprensión, amor y ayuda en los momentos más difíciles. Les dedicamos este trabajo porque gracias a su apoyo somos personas de bien, con valores, principios, carácter, empeño, perseverancia, y sobre todo coraje para seguir luchando por nuestras metas alcanzadas.

## **AGRADECIMIENTO**

Hoy se hace realidad una de nuestras grandes metas, y es por eso que queremos agradecerle en primer lugar a Dios por guiarnos durante la trayectoria de este proceso y fortalecernos espiritualmente para empezar un camino lleno de éxitos.

Así mismo, queremos mostrar nuestra gratitud a todas aquellas personas que estuvieron presentes en la realización de esta meta, este sueño que es tan importante para nosotras, les agradecemos por su ayuda, palabras motivadoras, conocimientos, consejos y dedicación.

Mostramos nuestro más sincero agradecimiento a nuestra tutora de tesis, quien con su conocimiento y su guía fue una pieza clave de hechos que imprescindibles para cada etapa del desarrollo del trabajo.

A nuestros compañeros de clase y cada una de nosotras, quienes a través del tiempo fuimos fortaleciendo una amistad, y creando una familia, muchas gracias por toda su colaboración, por la dedicación, porque juntas luchamos hasta el final y porque la unión hace la fuerza y juntas pudimos hacer grandes cosas y una de ellas es la culminación de esta gran meta, por la convivencia durante todo este tiempo, por compartir experiencias, alegrías, frustraciones, llantos, peleas, tristeza, celebraciones y múltiples factores que ayudaron a que hoy seamos como una familia, por aportarnos confianza y crecer juntas en este proyecto.

Además, queremos agradecer a nuestras familias, especialmente a nuestras madres y padres, cuyos consejos fueron el motor de arranque y nuestra constante motivación, muchas gracias por su paciencia y comprensión, ante todo, y por su gran amor que nos brindan día a día.

## RESUMEN

En este documento se comparte una sistematización de experiencias reconstruida con el fin de rescatar las experiencias de participación de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate promovidos en FAREM Estelí, en el periodo 2017-2018, y surge como requisito de Seminario de Graduación para optar el título en Trabajo Social.

El abordaje de esta sistematización se hizo a partir del **paradigma cualitativo** donde los sujetos son rigurosamente examinados, por lo que la realidad se considera estática y se tiene que ser objetivo. Se trata de una sistematización **correctiva**, ya que se ha realizado durante la experiencia, con el propósito de implementar cambios en la marcha. Para la recopilación de datos se emplearon entrevistas. Los actores involucrados son seis adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate y tres instructores de las mismas, dos padres de familia y una autoridad.

Las prácticas deportivas de combate promovidas en FAREM-Estelí, influyen positivamente en los actores involucrados directa e indirectamente (adolescentes, jóvenes y familiares), siendo de mucha importancia la vocación de los instructores y las acciones implementadas por las autoridades, a fin de que los adolescentes y jóvenes se desarrollen plenamente en el campo deportivo. En su trayectoria se han visto motivados por el apoyo de sus familiares, comunidad universitaria e instructores.

# ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	1
II.	JUSTIFICACIÓN .....	3
III.	TEMA, OBJETIVO, EJE DE SISTEMATIZACIÓN .....	6
IV.	CONTEXTO TEÓRICO .....	7
4.1.	Deporte.....	7
4.1.1.	Definición.....	7
4.1.2.	Clasificación de deporte.....	8
4.2.	Deportes de combate .....	9
4.2.2.	Judo .....	10
4.2.3.	Taekwondo.....	12
4.2.4.	Karate .....	14
4.3.	Sistematización de experiencias .....	15
4.3.1.	Definición.....	15
4.3.2.	Dimensiones de la sistematización .....	16
4.3.3.	Componentes de la sistematización .....	18
4.3.4.	Instrumentos de la sistematización.....	18
4.4.	Leyes relacionadas al deporte en Nicaragua.....	19
4.4.1.	Ley No 522, Ley de Deporte, Educación Física y Recreación Física.....	19
4.4.2.	Ley de promoción al deporte y la cultura en la juventud .....	21
4.5.	El trabajo social y el deporte .....	21
V.	CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA .....	24
5.1.	Logros alcanzados desde los deportes de combate FAREM-Estelí .....	24
VI.	METODOLOGÍA.....	26
6.1.	Enfoque de sistematización.....	26
6.2	Fases de sistematización.....	27
VII.	CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	31
VIII.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA EXPERIENCIA (PUNTOS DE LLEGADA.....	33
8.1.	Información general de los participantes .....	34



8.2.	Caracterización de los adolescentes y jóvenes que participan en la práctica de las disciplinas deportivas de combate (Judo, Karate y Taekwondo) .....	36
8.3.	Participación de adolescentes en la práctica de disciplinas deportivas en el periodo 2016-2018, en FAREM-Estelí.....	37
8.3.1.	Participación y permanencia en la práctica de las disciplinas deportivas 38	
8.3.2.	Motivación y permanencia en las prácticas deportivas.....	38
8.3.3.	Apoyo familiar y de comunidad universitaria.....	40
8.3.4.	La relación escuela y familia en las disciplinas deportivas.....	47
8.3.5.	Factores que intervienen en las prácticas deportivas .....	48
IX.	CONCLUSIONES.....	51
X.	LECCIONES APRENDIDAS .....	53
XI.	RECOMENDACIONES .....	54
XII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	56
XIII.	ANEXOS.....	59
	Anexo 1. Formato de entrevistas .....	59
	Anexo 2. Fotos .....	66
	Anexo 3. Cronograma de actividades.....	69

## **I. INTRODUCCIÓN**

En la sistematización de experiencias se pretende *ordenar, procesar y hacer comunicables los conocimientos adquiridos en éstas*, se concibe como la reconstrucción y reflexión analítica de las vivencias, mediante la cual se interpreta lo sucedido para comprenderlo. Permite obtener conocimientos consistentes y sustentados, comunicarlos, confrontar la experiencia con otras y con el conocimiento teórico existente, y así contribuir a una acumulación de conocimientos generados desde y para la práctica (Bernechea & Morgan, 2010, pág. 101).

En el proceso de sistematización de experiencias hay una intencionalidad transformadora, creadora y no pasivamente reproductora de la realidad social que anima a realizarla como parte de un proceso más amplio. El factor transformador son las personas que, al sistematizar fortalecen su capacidad de impulsar praxis, o sea el proceso de sistematización como tal, constituye un resultado científico, que lleva al cambio de quienes lo realizan (Expósito & González, 2017, pág. 7).

La sistematización es una oportunidad que tienen los estudiantes para construir, experimentar socializar, identificando el valor de las vivencias, permitiéndoles registrar e inmortalizar los sucesos más importantes de una situación, es darle validez al lado humano e intangible de las experiencias.

En este trabajo se hace visible la sistematización de experiencias de la participación de adolescentes y jóvenes en los grupos de deportes de combate promovidos en FAREM Estelí, rescatando su integración en las mismas con un toque de reflexión crítica y colectiva. Para ir tras la huella de sus vivencias se recolectó datos de seis estudiantes, tres instructores y una autoridad, quienes dieron información valiosa a través de una entrevista.

Se ha organizado la presentación de este trabajo en 13 capítulos, de los cuales los cinco primeros son dedicados a introducir al lector a lo que encontrará en el documento, una explicación de la relevancia del tema y la descripción de los componentes principales de la línea de salida de sistematización: tema, objeto y eje. Se hace una exposición del contexto teórico constituido por aspectos claves para la fundamentación de la sistematización, seguido del contexto de la experiencia.

Del capítulo seis al ocho se argumenta lo siguiente: 6- metodología utilizada 7- consideraciones éticas 8- análisis e interpretación de la experiencia. Las conclusiones, lecciones aprendidas, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos se presentan del noveno capítulo hasta el décimo tercero.

Con esta descripción del trabajo se pretende llenar las expectativas de los lectores interesados en conocer la experiencia y los procesos de participación que viven los adolescentes y jóvenes en el marco del desarrollo del deporte como área fundamental de la formación integral del ser humano.

## **II. JUSTIFICACIÓN**

La sistematización es un proceso que ayuda a visibilizar las experiencias de organización popular y transformación social; compartirlas a los demás, pero también a los participantes. A través de este proceso se han registrado y reconstruido muchos tipos de experiencias, con la finalidad de analizarlas críticamente, identificar sus aprendizajes y generar espacios de construcción de propuestas para mejorarlas (Sistematización Mérida , 2011, pág. 1).

La sistematización de experiencias es también:

**Espejo** para que las personas se vean a sí mismas y aprendan de lo que han hecho en el camino de construcción del socialismo del siglo XXI.

**Ventana** para que otros vean y aprendan de las vivencias, pero también para ver y aprender de otros.

En lo que respecta al deporte, es una actividad física que realiza una o un conjunto de personas siguiendo una serie de reglas dentro de un espacio físico determinado. Es generalmente asociado a las competencias de carácter formal y sirve para mejorar la salud física y mental. Por este motivo es recomendación médica su realización para evitar o tratar: problemas físicos y emocionales, enfermedades, corregir la postura ósea, reducir el estrés y descargar tensiones (Raffino, 2019, pág. 1).

Practicar un deporte es importante en la existencia del ser humano, ya que influye en una mejor calidad de vida tanto en salud física como mental, ayuda a sentirse bien con uno mismo, mejora el estado de ánimo, modifica la monotonía diaria dando

un giro completo a la rutina, lo que hace que la vida no solo sea levantarse, trabajar o estudiar y llegar a casa a dormir, sino que se ven las situaciones de una forma más positiva y clara.

La sistematización de experiencias es aplicable a todo tipo de escenario social, sin embargo, en Nicaragua son pocas las dirigidas al rescate de las experiencias de adolescentes y jóvenes deportistas, quienes desconocen el valor de sus vivencias, de modo que este trabajo es un aporte valioso, al registrarlas e interpretarlas.

En FAREM-Estelí se imparten varias disciplinas deportivas, no obstante, para esta sistematización de experiencias se seleccionaron adolescentes y jóvenes que practican judo, karate y taekwondo, quienes cuentan con el apoyo de sus padres y la universidad. En los siguientes párrafos se manifiesta la pertinencia de esta sistematización de experiencias.

Realizar esta sistematización de experiencia es un paso muy importante en las disciplinas de deporte de combate como son judo, karate, taekwondo, debido a que se da a conocer la experiencia participativa de los adolescentes y jóvenes que las ponen en práctica, la evolución que experimentan en el proceso de entrenamiento, el registro del impacto que han surtido en sus vidas y la contribución de su desempeño a nivel regional y nacional.

Con el desarrollo de este trabajo se motiva al estudiantado para que se integren a la práctica de las disciplinas deportivas promovidas en FAREM-Estelí, que les permita la creación de un perfil, dejando atrás los mitos que giran en torno a la práctica de los deportes y dando importancia a sus beneficios en la salud física y emocional, entre estos, propicia una adaptación adecuada del distrés académico.

Al compartir la experiencia de adolescentes y jóvenes deportistas, se motivará a estudiantes de trabajo social, para que del mismo modo que se realizó este informe ellos reconstruyan otras vivencias vinculadas a otras disciplinas de deporte, por lo que no será algo fuera de lo común realizar este tipo de prácticas en las que se de relevancia a la expresión, desarrollo físico y pensar de los actores involucrados.

Como es de esperarse, este trabajo es relevante para FAREM-Estelí, ya que refleja la importancia de sistematizar experiencias no solamente en trabajo social, sino también en las diferentes áreas de extensión social de la Facultad, en este caso del área deportiva, siendo una motivación para quienes lo practican con amor y para los instructores, al ponerse de manifiesto que adentrarse en un deporte implica modificaciones y contribuye en el bienestar emocional, familiar y social.

Al realizar este trabajo también se reconoce la importancia del papel que desempeñan los instructores de estas disciplinas deportivas, ya que ellos forman parte de la experiencia de los participantes al ser quienes comparten su conocimiento con mucho esmero y dedicación, por tanto, esta sistematización será para ellos un aporte para seguir realizando su labor motivados en mejorar cada día, para que tanto sus experiencias como la de sus estudiantes, sean un motor que los inspire a salir adelante y sea un ejemplo para que otras personas se unan y practiquen un deporte.

### **III. TEMA, OBJETIVO, EJE DE SISTEMATIZACIÓN**

#### **Línea de salida**

<b>Tema</b>
Sistematización de la experiencia de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM-Estelí del municipio de Estelí, en el periodo 2017-2018.
<b>Objetivo</b>
Rescatar las experiencias de participación de adolescentes y jóvenes en los grupos de deportes de combate promovidas en FAREM Estelí del municipio de Estelí, en el periodo 2017-2018.
<b>Objeto</b>
Adolescentes y jóvenes integrados en las prácticas deportivas en las disciplinas de combate, 2017 al 2018 en FAREM Estelí.
<b>Eje de sistematización</b>
Experiencia participativa de los adolescentes y jóvenes en la práctica de deporte de combate promovido por FAREM Estelí en el periodo 2017- 2018.

## **IV. CONTEXTO TEÓRICO**

Para el desarrollo de la presente sistematización de experiencia se consideró importante el abordaje teórico de diferentes aspectos que se derivan del eje de sistematización definido.

### **4.1. Deporte**

#### **4.1.1. Definición**

Existen diversas definiciones del término de deporte según los puntos de vista de diferentes autores:

El deporte es aquella competición organizada que va desde el gran espectáculo hasta la competición de nivel modesto; también es cada tipo de actividad física realizada con el deseo de compararse, de superar a otros o a sí mismos, o realizada en general con aspectos de expresión, lúdicos, gratificadores, a pesar del esfuerzo.

Mientras que para Parlebas (1981), el deporte es una situación motriz de competición reglada e institucionalizada.

Hernández (1994) añade el aspecto lúdico, quedando la definición de deporte de la siguiente manera: situación motriz de competición, reglada, de carácter lúdico e institucionalizada.



#### **4.1.2. Clasificación de deporte**

A lo largo de la historia de la actividad física y el deporte son numerosos los autores que han elaborado una clasificación del deporte, aportando en cada una de ellas una base para la creación de la siguiente. De este modo se detallan desde las más simples y tradicionales como la que divide el deporte en función de la participación o del medio donde se realizan, hasta llegar a las clasificaciones más novedosas y utilizadas en la literatura específica.

La primera clasificación que se presenta es la expuesta por Piqueras (2017), quien, tras criticar las clasificaciones formales o externas, propone una clasificación más profunda en relación a lo elaborado anteriormente, ya que adopta un punto de vista más general, que denomina experiencia vivida, en referencia al tipo de vivencia que el deporte practicado proporciona al individuo, distinguiendo de este modo cinco grupos de disciplinas.

- 1. Deporte de combate:** con implemento - sin implemento existe contacto físico, el cuerpo como referencia
- 2. Deporte de pelota:** colectivos - individuales la pelota constituye el factor relacional del deporte
- 3. Deportes atléticos y gimnásticos:** atlético de medición objetiva - gimnásticos de medición subjetiva referencia posibilidades del humano, gesto técnico importante
- 4. Deportes en la naturaleza:** la referencia común es el medio natural, y conllevan un gran riesgo
- 5. Deportes mecánicos:** se caracterizan por el empleo de máquinas, y el hombre que las controla y dirige

Existe una clasificación con una orientación exclusivamente pedagógica y clasificando los deportes en cuatro grupos:

1. Deportes individuales
2. Deportes de grupo
3. Deportes de combate
4. Deportes en la naturaleza

#### **4.2. Deportes de combate**

Un deporte de combate es un deporte competitivo de contacto donde dos combatientes luchan el uno contra el otro usando ciertas reglas de contacto, con el objetivo de simular algunos segmentos de lo que sería un verdadero combate cuerpo a cuerpo. El boxeo, el taekwondo, las artes marciales mixtas y la esgrima moderna occidental son ejemplos de deportes de combate.

Las técnicas usadas pueden ser clasificadas en tres dominios: el golpe, el agarre, y el uso de un arma. Algunas reglas del encuentro se especializan en un área, mientras que otras permiten la superposición (Pérez, 2014).

Los deportes de combate son aquellos en los cuales dos o más adversarios, bajo ciertas reglas se enfrentan en un espacio común, en un tiempo determinado, luchando entre sí en búsqueda de vencer al adversario. Además de la técnica dentro de los mismos se necesita fuerza, resistencia, rapidez, movilidad, potencia, ritmo, coordinación y, flexibilidad, entre otras cosas.

Dentro de las características que poseen este tipo de deportes están un nivel de incertidumbre elevado, como consecuencia de tener el oponente cuerpo a cuerpo, sin poder prever cuáles serán sus acciones; por lo que se necesitan habilidades abiertas en lo que se refiere a capacidades físicas, fisiológicas, técnico-tácticas y psicológicas durante los encuentros.

Las formas utilizadas se han clasificado en: agarres, golpes y usos de algún instrumento o arma (Eduardo, 2018).

#### **4.2.1. Beneficios de los deportes de combate**

Según una publicación realizada en la página web Eduardo (2018) dentro de los beneficios que aportan la práctica de estos deportes se encuentran:

- Desarrolla la capacidad de percepción en sus diferentes vertientes: táctil, cinestésico y visual.
- Ayuda a mejorar la capacidad de decisión.
- Mejora la capacidad de estrategia individual.
- Inciden en el equilibrio.
- Ayuda en el control de las reacciones afectivas y emocionales.
- Trabaja en el control de la agresividad; ya que se debe de saber: controlar las acciones, tener la aceptación del contacto íntimo con el otro, aceptar el fracaso, aceptar el sufrimiento y además aprender a gestionar el esfuerzo.

Se debe poner especial atención a las diferentes zonas del cuerpo a nivel muscular que se desea desarrollar de acuerdo al tipo de actividad: el tren superior, la zona media o el inferior.

#### **4.2.2. Judo**

##### **4.2.2.1. Historia**

El término judo proviene del japonés y significa camino de la flexibilidad de la suavidad o camino apacible, fue creado por el doctor Jijoro Kano a fines del siglo XIX, sobre la base de los métodos de autodefensa orientales de los sumarais, que combino el estilo y las técnicas del jujitsu para crear la nueva disciplina.

El principio del judo se centra en conseguir la máxima eficacia con el mínimo esfuerzo. Donde la categoría del judo se divide en grados **kyu** alumno y dan **maestro**. El grado más alto posible es el décimo segundo dan, conseguido solamente por jiro Kano, su creador y el único shihan doctor. El más alto grado alcanzado posteriormente es el cinturón rojo, conseguido por solo 13 hombres de 10 grados dan (Wikibooks, 2014).

### **Cultura del judo**

Las técnicas principales del Jujitsu se llaman Kumiuchi-waza. Son una serie de técnicas de pelea con o sin armas cortas, para matar, herir o capturar al oponente. Se desarrollaron desde el principio hasta el final del período Edo (1603-1867). Con base en el Jujitsu, más específicamente en el de las escuelas Kito y Tenjinshinyou entre más de cien escuelas, Kano les dio nuevas interpretaciones a los tres componentes de la educación moderna (la educación del conocimiento, moralidad y física).

Después de haber reforzado las técnicas, el método de práctica y las reglas, el judo fue reconocido como método universal del **do** (flexibilidad), para mejorar el carácter y la mente (Sánchez, 2015).

Existen tres formas de conseguir una victoria en una competencia de judo. La primera es conocida como *tachi wasa*, que consiste en derribar perfectamente al oponente sobre sus espaldas.

Si el competidor derribado no cae completamente de espalda, entonces el combate prosigue en el suelo, a lo que se llama *Newasa*. El triunfo se obtiene con movilizaciones o torsiones a la articulación del codo los cuales neutralizan por completo al contrincante.

Estas técnicas son aceptables a partir de la categoría cadete, pasado los 14 años. También es factible para ganar por puntos, como en el BOK. En este caso, la forma de conseguir puntos es con los derribos que no sean directos hay tres clases de

puntos: el Ippo, que representa a un punto completo, dando la victoria inmediata en el combate; el WASA ARI, vale medio punto, de modo que con dos se obtiene el punto; y el yuko es considerado un punto menor, que se consigue cuando se derriba al oponente y este cae de lado (Sánchez, 2015).

### **4.2.3. Taekwondo**

Es un arte marcial transformado en deporte olímpico de combate desde el año 1988, cuando fue introducido como deporte de demostración en los juegos olímpicos realizados en la ciudad de Seúl en Corea del Sur.

El taekwondo se destaca por la variedad y espectacularidad de sus técnicas de patadas y, actualmente, es uno de los sistemas más conocidos, se basa fundamentalmente en artes marciales mucho más antiguas como el kung fu o wu shu chino, en algunas de sus técnicas a mano abierta, el taekkyon coreano en la forma y realización de los golpes con el pie, y en el karate-do japonés (estilos Shūdōkan y shotokan), de donde obtiene los golpes con el puño, varios de los golpes a mano abierta, la planimetría (o división por zonas del cuerpo humano por zonas: alta- media- baja), los bloqueos, las posiciones, el sistema de grados por cinturones, su primer uniforme, y sus primeras formas conocidas como *palgwe*, en la WTF (World Taekwondo Federation) y las formas *Hyong* en la ITF (International Taekwon-Do Federation) (Pérez, 2014).

### **El Taekwondo en FAREM-Estelí**

En la actualidad el Taekwondo se considera como un deporte de combate y es uno de los más practicados a nivel mundial, en 1988 se convirtió en deporte olímpico. Es un arte marcial que sorprende por su variedad de patadas y complejos movimientos. Taekwondo significa el camino de los pies y las manos.

Su repertorio de golpes va desde los puños, las manos abiertas, los dedos, los codos, las rodillas, el empeine, el talón, las muñecas, los antebrazos, casi utiliza cualquier parte del cuerpo con la finalidad de defenderse. Un deporte que en sus principios comenzó como un arte marcial al servicio de la guerra la liberación de una nación y como símbolo cultural.

El fundador de taekwondo fue el general Choi Joiji lo practicaba el ejército de Corea luego adoptó una forma deportiva fundando la federación mundial del taekwondo hace 50 o 60 años atrás. Tiene principios, como el respeto disciplina perseverancia auto control cortesía lealtad.

El taekwondo entró en Nicaragua hace 35 años, un costarricense Ricardo Joski trajo las primeras prácticas a UNAN Managua y comenzaron a consolidarse los primeros entrenadores de taekwondo. Empezaron a desarrollar campeonatos nacionales universitarios siendo esta facultad uno de los primeros clubes de este arte marcial y formando varios atletas, por ejemplo, el único nicaragüense que ha ido en cisne Australia es el Lic. Carlos Adán Delgado, quien hoy se encuentra en el salón de la fama nicaragüense.

En 1999 cuando llegó a Estelí el Lic. Fran Silva director de deporte le dijo al profesor Julio Castillo que se quería implementar el taekwondo en el CURN Estelí (ahora FAREM Estelí) ya alrededor de 20 años que se esa practicando este deporte en la ciudad de Estelí.

Hoy el entrenador de taekwondo de la facultad es un entrenador de la selección de Nicaragua, el menciona que trabaja con niños en riesgo, provenientes de hogares disfuncionales, caracterizados por vivir maltrato y problemas con sus padres. Por estas razones la universidad les brinda estos deportes con el objetivo de que en un futuro estudien en el recinto y sean grandes profesionales.

#### **4.2.4. Karate**

##### **Historia**

El karate-do es un arte marcial originado en Okinawa modificado y transformado a una filosofía de vida por el maestro gichin funakoshi, hasta antes de sus modificaciones era solamente un conjunto de técnicas que permitían defenderse, sin tener que recurrir a armas externas al cuerpo humano. Aunque existió amplia influencia de las artes marciales chinas, el desarrollo, aun así, fue mayormente y principalmente okinawense y por ello japonés.

El karate significa camino de manos vacías. El nombre karate está formado por dos ideogramas, uno kara (vacío) y el otro te (manos), el primero tiene varias connotaciones. La primera tiene relación con el hecho de que a través de su práctica se aprenden técnicas de defensa que no necesitan armas, aparte de las manos, pies u otras partes del cuerpo. De la misma manera que un espejo devuelve los sonidos, igualmente un estudiante de karate do debe liberarse de todo pensamiento egoísta y perverso, pues solo con una conciencia tranquila y mente limpia, podrá él, o ella, comprender aquello que recibe. Este es otro significado del elemento Kara en karate. Otra connotación entregada por el maestro es la de humildad y suavidad hacia el exterior, estos implican un vacío interno de egoísmo, actuar gentil y moderado.

Finalmente habla de que la forma elemental del universo es el vacío (Kara) y, por lo tanto, el vacío es en sí mismo forma el espacio y el significado de este mismo, te en japonés significa la mano del hombre, en esta disciplina equivale a la técnica. DO, significa camino, es decir, el camino que debe seguirse para alcanzar la perfección. Por lo tanto, el karate es el medio que tiene por meta la unión del cuerpo físico y el alma en un plano de alto nivel.

Se desarrollaron tres centros de estudios importantes de karate en Okinawa en el siglo XVIII. Uno de ellos estaba en la antigua capital de shuri donde vivían los nobles y la familia real. El segundo centro se formó en Nahara, en el puerto principal de la isla y el tercer en Tomary (Azabache, 2009).

### **4.3. Sistematización de experiencias**

#### **4.3.1. Definición**

Hay una variedad de definiciones y conceptualizaciones acerca de la sistematización, algunas de ellas son:

Para Ramírez (1991) (citado por Álvarez 2007) la sistematización de experiencia es:

Una actividad de producción de conocimiento a partir de la reflexión y comprensión de la práctica; cuyo objetivo fundamental es el mejoramiento de la acción. Con ella se articula teoría y práctica, se posibilita el diálogo de saberes y se favorece la interacción entre quienes participan en los procesos educativos.

Una forma de ordenar y organizar el conocimiento a partir de la práctica; para reflexionar y redireccionar la acción.

Una forma de recuperación de la memoria de la experiencia a partir de la reflexión teórica.

Un esfuerzo consciente por capturar el significado de la acción y sus efectos. Se propone encontrar el significado de las acciones de transformación de la realidad por parte de los diferentes actores.

Un proceso de reflexión orientado por un marco de referencia y con un método de trabajo que posibilita organizar un análisis de la experiencia; dar cuenta de lo realizado, facilitar la comunicación y la interpretación de las acciones ejecutadas.



Elaboración teórica de las vivencias para iluminar y revolucionar nuevas vivencias.

Un proceso orientado a describir, develar e interpretar las prácticas y las experiencias, con el fin de lograr aprendizajes significativos, nuevos rumbos, pistas y caminos para la acción.

Una manera de organizar, estructurar algo según un sistema.

El ordenar e interpretar experiencias vistas en conjunto: teorizar una práctica o experiencia, analizarlas y ubicarlas en el contexto.

Un tipo de investigación que produce un saber singular de carácter local, que tiene como destinatarios, especialmente, a los protagonistas de la práctica o experiencia y cuyo propósito es el incidir de inmediato sobre la realidad de la práctica o experiencia.

#### **4.3.2. Dimensiones de la sistematización**

**Ética:** su punto de partida es el reconocimiento de cada participante como persona y por tanto el reconocimiento del otro en tanto se incorpora en la diferencia y su aceptación. Esta significación es posible a partir del establecimiento del respeto como principio generador en las relaciones, interacciones y obviamente en la comunicación; también como aval en el momento de la toma de decisiones y en los compromisos que han de asumirse tanto en lo individual como en lo social y comunitario.

Se busca que esta dimensión fortalezca la autoestima, la capacidad de mirarse así mismo, la capacidad de confrontación y de aceptación de la crítica, en aras de consolidar su carácter y asumir posturas coherentes contra los que se piensa y se hace con lo que la comunidad exige.

**Política:** cuyo fundamento recoge el principio de la toma de postura racional, equilibrada y justa en la toma de decisiones, las que han de fundamentarse en el respeto, la diversidad y el pluralismo; pues sólo de esta manera podrán desarrollarse procesos de democracia participativa con la concurrencia de todos. Así mismo, la práctica de la democracia participativa genera una serie de asuntos que serán apropiados por las comunidades, transformando en esencia las prácticas políticas tradicionales, esos asuntos se refieren a la capacidad de diálogo, negociación y concertación, haciendo de éstos un ejercicio realmente democrático que posibilitaría, además, el desarrollo de una nueva concepción y de una nueva actitud ciudadana pues el compromiso así lo exige.

**Histórica:** se construye en la reflexión, hecha por los actores del proceso, sobre su propia experiencia, teniendo en cuenta el entorno social y cultural. Es la dimensión que servirá de base al análisis por cuanto permitirá descubrir e identificar los cambios, transformaciones y permanencias de carácter sociocultural que el proceso presenta. Así mismo, ayudará en la reconstrucción, resignificación y reconceptualización lograda en los procesos de reflexión. Obviamente posibilitará vislumbrar la proyección y prospectiva de los productos y propuestas nuevas para la sostenibilidad de los procesos.

**Pedagógica:** hace referencia a la formación de los participantes en el proceso, en la acción misma y en la valoración y práctica del diálogo de saberes. Tiene que ver con la construcción de nuevos conocimientos a partir de las prácticas y experiencias reflexionadas y la generación de procesos nuevos en materia de comprensiones sobre el hacer y la organización de las comunidades. (Alvarez, 2007)

#### **4.3.3. Componentes de la sistematización**

- La práctica, experiencia, proceso o proyecto objeto de la sistematización
- Marco de referencia teórico – conceptual que posibilita el análisis, la interpretación y la confrontación teórico práctica.
- El conocimiento como instrumento de transformación. La sistematización de una práctica o experiencia educativa permite entender la transformación de la realidad como un proceso de interpretación, conocimiento y comprensión y no sólo como la implementación de habilidades y destrezas operativas.
- La reflexión crítica: la sistematización puede prevenir acerca de la sobre experiencia, producto de la rutina. (Alvarez, 2007)

#### **4.3.4. Instrumentos de la sistematización**

- Diario de campo
- Actas Cuestionarios
- Protocolos
- Guías de Observación
- Protocolos de Observación Colaborativa
- Portafolio de desempeño
- Fichas temáticas
- Carpetas temáticas  
(Alvarez, 2007)

#### **4.4. Leyes relacionadas al deporte en Nicaragua**

##### **4.4.1. Ley No 522, Ley de Deporte, Educación Física y Recreación Física**

###### **Artículo 1 Ámbito de aplicación**

Esta Ley es de orden público y de interés social para la nación nicaragüense regula el deporte, la educación y recreación física en general y es aplicable en todo el territorio nacional.

Mediante la misma se regula la participación estatal y privada y sus responsabilidades en la promoción, fomento, desarrollo y financiamiento para el deporte, la educación física y la recreación física.

###### **Artículo 3 Principios**

Los principios rectores de esta Ley son:

- 1) Integralidad: la formación del pueblo debe considerarse de manera integral, abarcando el ámbito intelectual, psicológico, social, espiritual y físico, como componentes del verdadero desarrollo humano; por lo que el deporte, la educación y recreación física se constituyen en un derecho irrenunciable que el Estado reconoce a todos sus habitantes, obligándose a fomentarlos e impulsarlos.
- 2) Universalidad: los nicaragüenses tienen derecho al deporte, a la educación y recreación física y al esparcimiento. El Estado impulsará la práctica de estas actividades mediante la participación organizada, amplia y masiva del pueblo, apoyada con los recursos del Estado, la empresa privada, las municipalidades y la sociedad civil.
- 3) Obligatoriedad: el Estado tiene la obligación de fomentar y promover la práctica del deporte, la educación física y la recreación en todos los niveles y sectores de la sociedad nicaragüense.

4) Solidaridad: el fomento del deporte, la educación y recreación física permite la formación de una actitud y conciencia de solidaridad que constituye la base del actuar ciudadano en pro del bienestar común, sobrepasando las metas individuales preestablecidas.

#### **Artículo 4 Objetivos**

Los objetivos principales de esta Ley son:

- 1) Incentivar la práctica del deporte, de la educación y recreación física libre y voluntaria en todo el territorio nacional, correspondiendo fundamentalmente al Estado las acciones de estímulo, promoción, fomento, desarrollo y financiamiento a la misma.
- 2) Contribuir a la formación integral, el bienestar y la conservación de la salud de los nicaragüenses, teniendo especial prioridad en los niños y niñas, jóvenes, discapacitados y deportistas de alto rendimiento.
- 3) Garantizar los recursos necesarios para la administración y mantenimiento óptimo y adecuado de la infraestructura deportiva existente, así como el mejoramiento y construcción de nuevas instalaciones, apoyándose para ello en los gobiernos locales y la autogestión de los beneficiarios directos.
- 4) Formar y capacitar profesional y técnicamente a los dirigentes, profesores, entrenadores, árbitros, trabajadores y activistas del deporte, la educación física y la recreación física.
- 5) Hacer del deporte, la educación y recreación física, un instrumento de integración y participación social de los nicaragüenses, que asegure el desarrollo de una sociedad sana, de manera que estas actividades se conviertan en verdaderas instancias educativas. (Asamblea Nacional , 2015)

#### **4.4.2. Ley de promoción al deporte y la cultura en la juventud**

##### **El Deporte y la Cultura en la Juventud**

Artículo 1.-El Deporte, las actividades culturales, artística y las diversas formas de recreación sana y formativa, son deberes y derechos fundamentales e inalienables del pueblo nicaragüense y en especial de su juventud, como elementos indispensables la disciplina, los nuevos valores y la preparación física y educativa en la formación del hombre nuevo.

Artículo 2.-La Juventud Nicaragüense a través de sus organizaciones culturales y deportivas representativas tiene el derecho de participar en la formulación e implementación de política para el desarrollo y fomento sistemático del Deporte y la Cultura en las distintas instituciones del Estado creadas para ese fin.

Artículo 3.-Los organismos e instituciones estatales y privadas están en el deber de apoyar de manera efectiva las actividades culturales, deportivas y recreativas cualesquiera que fuere la forma o los niveles en que éstas se realicen.

Artículo 4.-Como parte del impulso y promoción del Deporte y la Cultura en la Juventud, el Estado estimulará a los valores nacionales que se destaquen en las distintas disciplinas y eventos que se realicen a nivel nacional e internacional creando para ellos estímulos morales y materiales que serán especificados en el reglamento de la presente Ley cuya elaboración corresponde al Ministerio de Cultura. (Asamblea Nacional , 1982)

#### **4.5. El trabajo social y el deporte**

El trabajo social puede valerse del deporte como una herramienta útil y efectiva para mejorar la situación de las personas en el ámbito social, relacional y emocional mediante un trabajo multidisciplinario.

La actividad deportiva es una actividad que no sabe de razas, etnias o categorías sociales por lo que puede producir efectos neutralizadores en aquellas personas que lo practican. Se encuentra en las actividades físicas y deportivas una especial relevancia social ya que presentan muchos valores positivos, pero también pueden mostrar aspectos negativos.

Existen algunos ejes de la actividad deportiva en los que se aprecia el deporte como una herramienta válida y un motor de integración social, entre estos destacan aspectos relacionados con la inmigración o la comunidad como aquellos ámbitos donde se observa que la puesta en marcha de actividades deportivas favorece y posibilita aspectos de la vida cotidiana fundamentales como la autoestima, identidad, salud, aceptación, entre otros. En definitiva, aspectos claves en un proceso de integración social (De Benito, 2016).

Siguiendo la explicación de Cayuela (1997), (citado por De Benito, 2017) se va a desgranar el tiempo de ocio deportivo y estudiar cuáles son sus características:

### **Ocupación voluntaria**

**Descanso (físico o intelectual).** El ejercicio físico está recomendado como actividad compensatoria de las tensiones emocionales producidas por el exceso de trabajo en una sociedad competitiva.

**Diversión.** La percepción estética y de emociones que brinda el ejercicio, el aspecto lúdico y recreativo de su práctica son aspectos del propio deporte deseables por el practicante, y a la vez placenteros.

**Formación-educación.** La preparación de una competición, la disciplina del equipo, el autocontrol del deportista, el aprendizaje de la derrota, la búsqueda del perfeccionamiento...son aspectos puramente educativos que encontramos en la práctica deportiva diaria y que son transferibles a la vida cotidiana.

**Participación social.** La práctica deportiva puede ser el único fenómeno que rompa las barreras de clase.

**Desarrollo de la capacidad creadora.** Una simple jugada plantea a su ejecutor toda suerte de posibilidades alejadas de cualquier automatismo creado en las personas por la sociedad industrial.

**Recuperación.** Las enfermedades cardiovasculares, el estrés, el sedentarismo, los daños que sufre el equilibrio psicofísico de los individuos, los estragos que ocasiona la sociedad moderna, son todos ellos problemas del hombre contemporáneo que tienen en el deporte su más espectacular ayuda o compensación.



## **V. CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA**

### **5.1. Logros alcanzados desde los deportes de combate FAREM-Estelí**

FAREM Estelí ha tenido atletas medallistas centroamericanos e internacionales, campeones nacionales y universitarios, que han formado parte de la selección nacional de niños que han trabajado en la parte de la proyección social, una de las funciones de la UNAN Managua, en la participación a nivel internacional se ha contado con el apoyo de la Alcaldía de Estelí el gobierno local, también ha sido fundamental la colaboración de los padres de familia.



La disciplina deportiva de combate que más se ha destacado es Taekwondo, algunas estudiantes han obtenidos logros:

En 2015 una estudiante del segundo año de la carrera de Diseño Gráfico y Multimedia, en la FAREM-Estelí, UNAN-Managua, logró su pase para los Juegos Panamericanos luego de varios combates en la disciplina de Taekwondo, en el clasificatorio en República Dominicana, ganándole a la atleta de Chile 20 puntos a cero, en los 49 kg. En una entrevista comentó que estaba feliz y agradecida con Dios, con las autoridades de la UNAN-Managua, el Comité Olímpico y de la Federación Nicaragüense de Taekwondo, porque confiaron en el talento de la selección y le brindaron el apoyo necesario para presentarse al clasificatorio en República Dominicana.



Este pase fue resultado del trabajo, esfuerzo y dedicación de varios años, tiempo que se dedicó de lleno a los entrenamientos y diferentes torneos.

En 2018 durante el campeonato selectivo nacional de Taekwondo desarrollado el sábado, 15 de diciembre, en el gimnasio de combates del Instituto Nicaragüense de Deportes (IND), UNAN-Managua logró posicionarse como subcampeona.

En esta competencia los universitarios obtuvieron seis medallas: tres de oro conquistadas por los atletas. Todos los medallistas eran preseleccionados nacionales y se prepararon para formar parte de la delegación que representó a Nicaragua en los clasificatorios para los Juegos Panamericanos en República Dominicana.

En el año 2019 Taekwondistas de FAREM-Estelí, participaron en el clasificatorio para los XVIII Juegos Deportivos Panamericanos de Lima 2019, que se efectuó del 8 al 12 de marzo en Santo Domingo, República Dominicana.

En esta ocasión dos atletas representaron esta casa de estudios en este clasificatorio sostuvieron diferentes combates a nivel nacional; una de las participantes ganó cinco combates y la otra ganó tres combates, ambas atletas pertenecen a la Facultad Regional Multidisciplinaria de Estelí.

## **VI. METODOLOGÍA**

### **6.1. Enfoque de la sistematización**

La sistematización de experiencias como estrategia en la producción del conocimiento crítico, a partir de la práctica y las experiencias vividas ha adquirido especial relevancia en el contexto, en este caso, se entiende como un proceso reflexivo, analítico e interpretativo que parte de la noción de realidad que poseen los involucrados para comprender la experiencia de la cual forma parte. Es importante sistematizar porque se requiere comprender en prácticas educativas y experiencias; y, en consecuencia, se planea que se puede hacer para mejorarlas.

Esto implica enfrentar de nuevo esas prácticas con una visión transformadora, lo que les imprime a las acciones un conocimiento de la realidad y permite que otros que enfrentan realidades parecidas, a través del aprendizaje de las prácticas, puedan crear los aciertos y no repetir los errores (Pérez de Maza, 2016, pág. 7).

El abordaje de esta sistematización se hizo desde el **paradigma cualitativo** que es el punto de partida del conocimiento científico, es la realidad que mediante la investigación le permite llegar a la ciencia, en el que el investigador observa, descubre, explica y predice aquello que lo lleva a un conocimiento sistemático de ese contexto. Existen situaciones que deben ser estudiadas, capturadas y entendidas, esta herramienta es idónea para construir conceptos y regresar desde ellos a conocer la realidad concreta para contrastarlos y verificar su correspondencia (Angulo, 2012, pág. 111).

Se trata de una sistematización **correctiva**, ya que se ha realizado durante la experiencia, con el propósito de implementar cambios en la marcha, a partir de las reflexiones críticas y las limitaciones que emergen durante el proceso, así como las

evidencias proporcionadas por los participantes. Implica revisar constantemente el proceso, observar y explorar el contexto.

## **6.2. Fases de sistematización**

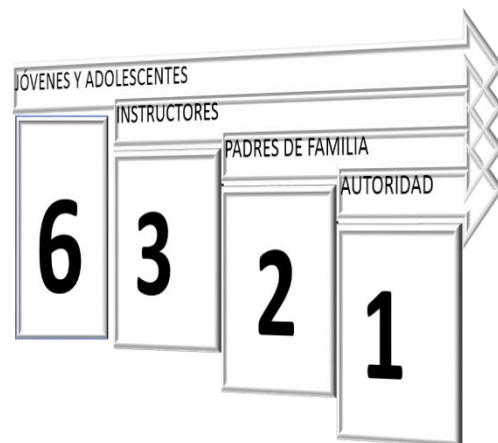
El establecimiento de fases en la sistematización permite una visión general del proceso a partir de las diferentes interpretaciones de los actores que han intervenido en la experiencia, por eso es importante considerar los diferentes puntos de vista. Esta experiencia se sistematizó en cinco etapas.

### **Fase 1: Elaboración del diseño metodológico de la sistematización**

Para dar inicio a esta fase, se determinaron los aspectos que guían la sistematización, es decir, la línea de salida conformada por el tema, objeto, objetivo y eje; a su vez, se hizo la búsqueda y consolidación teórica que sustenta el trabajo, se establecieron los instrumentos de recolección de datos que luego permitirían el análisis e interpretación de la experiencia, diferenciando las fuentes de información necesaria:

#### **Fuentes de información primaria:**

Para el levantamiento primario de información, de acuerdo a las características del eje de sistematización y el tipo de información que se requirió obtener, la principal fuente son los actores involucrados de forma directa (adolescentes y jóvenes) e indirecta (entrenadores y autoridad).



*Ilustración 1. Actores involucrados. Fuente propia*

### **Fuentes de información secundaria:**

Consulta de información necesaria para el desarrollo de la experiencia a sistematizar: Documentos en línea, sitios web y plataformas informativas virtuales.

### **Instrumentos de recolección de datos**

La entrevista forma parte de las técnicas de investigación social cualitativa, cuya función es interpretar los motivos profundos que tienen los agentes a la hora de pensar o actuar de determinado modo con respecto a distintos problemas sociales. Para ello, a través de una serie de preguntas estructuradas y un contacto directo -y bajo condiciones controladas-el entrevistador interpreta los aspectos mas significativos y diferenciales de los sujetos o grupos que son entrevistados (Taguena & Vega, 2012, pág. 60).

Se aplicó una guía de entrevista a los actores involucrados (adolescentes, jóvenes, madres, padres, instructores de deporte y autoridades), asegurando la incorporación de los puntos claves de los que se pretendía obtener información, opiniones y puntos de vista, para luego analizar e interpretar sus experiencias vividas en relación al deporte de combate.

Se construyeron tres formatos de entrevistas que constan de una explicación breve y objetivo de aplicación de este instrumento y están constituidas por 12, 11, ocho y cuatro preguntas.

## **Fase 2: Reconstrucción de la experiencia**

La recopilación de información en esta fase fue fundamental centrarse en la temática particular del hilo de la sistematización, prestando atención a la información contextual para entender el entramado de relaciones y factores que afectan o se ven afectados por la experiencia.

Este proceso fue relevante para recopilar toda la información con relación a la experiencia en estudio para conocer los diferentes momentos que han influido en la experiencia de participación de adolescentes y jóvenes en la práctica de deportes de combate en FAREM-Estelí.

## **Fase 3: Análisis e interpretación de la experiencia**

Una vez reconstruido el proceso, se llega al momento de la interpretación crítica. Este es el paso más importante en toda sistematización y es, a la vez, el más difícil pues requiere poner en acción toda la capacidad de análisis e interpretación crítica de la experiencia sistematizada para extraer de ella los aprendizajes pertinentes (Mendoza & Ccopa, 2010, pág. 33).

En esta fase se hizo transcripción de la información recopilada en las entrevistas aplicadas, para posteriormente construir una matriz de reducción de información para triangular la información generada por cada entrevista desde la perspectiva de los actores involucrados.

Al haber entrevistado a los actores involucrados se analizó e interpretó la experiencia, tomando como referencia el eje de la sistematización que permitió concretar categorías y subcategorías de análisis que facilitaron la identificación de lo más significativo de las vivencias de los participantes.

#### **Fase 4: Conclusiones, recomendaciones y lecciones aprendidas**

En este paso se recogen los frutos del análisis de la experiencia y de la sistematización en general, y donde el proceso encuentra su sentido y justificación. Las lecciones aprendidas van a mostrar aquello que la experiencia nos está enseñando: los elementos que permitirán mejorar la ejecución de futuros proyectos y que servirán de insumo para delinear nuevas políticas o fortalecer las ya existentes (Mendoza & Ccopa, 2010, pág. 38).

Extraer las conclusiones, son una síntesis del análisis crítico sobre una situación relevante de la experiencia de sistematización se refiere a procesos o resultados específicos, a diferencia de las lecciones aprendidas que se refieren a aspectos generalizables

Con la finalización e interpretación de la experiencia, fue clave la revisión de las conclusiones a partir del eje de sistematización, a su vez se registraron las lecciones aprendidas de los actores involucrados y del equipo sistematizador.

#### **Fase 5: Elaboración de informe final**

Con la finalización de cada parte del trabajo, se hizo un informe final, que contiene todo el proceso de la sistematización de la experiencia. Este se presentó ante una mesa de expertos que calificaron su calidad.

El informe de sistematización debe lograr que otras personas puedan comprender la lógica del proceso y aprender de la experiencia sin haber participado directamente en él.

## **VII. CONSIDERACIONES ÉTICAS**

La ética de la investigación guía las relaciones de los investigadores con los participantes, las organizaciones y comunidades en las que se desarrollan los estudios, y con los académicos (Anastas, 2008, pág. 188).

Por su parte Reamer (2005) señala que las cuestiones éticas pueden aparecer en cualquier etapa del proceso de investigación o evaluación, y con frecuencia están interrelacionadas (pág. 190).

De acuerdo a Butler (2002) las principales cuestiones éticas y sus estrategias de afrontamiento, están vinculadas a los siguientes criterios:

— La aproximación al tema se realizará con arreglo a las fases generales que sigue una investigación social.

— Se adoptará un tratamiento genérico del tema: no se distinguen cuestiones éticas específicas vinculadas ni a la orientación de la investigación (cuantitativa o cualitativa) ni a la técnica de producción de datos empleada.

— Junto con la dificultad ética, se señalan estrategias de conducta investigadora éticamente responsable. (pág. 190)

Los investigadores deben ser conscientes de varios elementos claves específicos en el consentimiento informado, así como de las principales estrategias para manejarlos Reamer (2010):

1. Ausencia de coerción. Los investigadores no deberían utilizar la coerción para convencer a las personas para participar en actividades de investigación y evaluación, aspecto especialmente importante cuando la persona usuaria pudiera sentirse presionada a participar en el estudio para recibir prestaciones o servicios.



2. Determinación la competencia. El consentimiento requiere de la adecuada comprensión de la naturaleza de la investigación y evaluación y de los posibles beneficios y riesgos asociados. Los trabajadores sociales deben asegurarse que esta comprensión no está comprometida (estado mental, nivel de alfabetización, dificultades lingüísticas, etc.). Las personas no competentes serán excluidas de la investigación o se solicitará el consentimiento a sus representantes legales.

3. Renuncia al consentimiento informado. Algunas investigaciones y evaluaciones no requieren un consentimiento informado formal.

4. Obtención del consentimiento de los participantes para procedimientos o acciones específicos. Cuando el consentimiento informado ha de estar garantizado, se debe explicar claramente a los potenciales participantes el objetivo de la investigación, posibles beneficios y costes, y alternativas u otras opciones que los participantes podrían considerar. El lenguaje y la terminología en los documentos del consentimiento deben ser claros y comprensibles, evitando la jerga y los términos técnicos. Se debe dar la oportunidad de aclarar dudas a los participantes.

5. Derecho a reusar o retirar el consentimiento. Los investigadores deben garantizar que los potenciales participantes comprenden su derecho a reusar o retirar el consentimiento, sin penalizaciones. (pág. 191)

En esta sistematización de experiencias se veló por la privacidad, respeto y autonomía de los participantes, al igual que por la justicia para con ellos de acuerdo a normas éticas tales como: informarles sobre el tema y objetivo del trabajo, aceptar libre y voluntariamente dar información a través de entrevistas con la libertad de interrumpir en el momento en que consideraran hacerlo, no contestar preguntas consideradas innecesarias e impertinentes. La información obtenida de las entrevistas sería utilizada únicamente para fines de la sistematización y que sería publicada sin sus nombres, siendo sustituidos por sus iniciales.

## VIII. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA EXPERIENCIA (PUNTOS DE LLEGADA)

El análisis e interpretación de la experiencia se ha estructurado a partir del eje de sistematización, del que se definieron una categoría y cuatro subcategorías, las que facilitan la organización de la información recopilada.

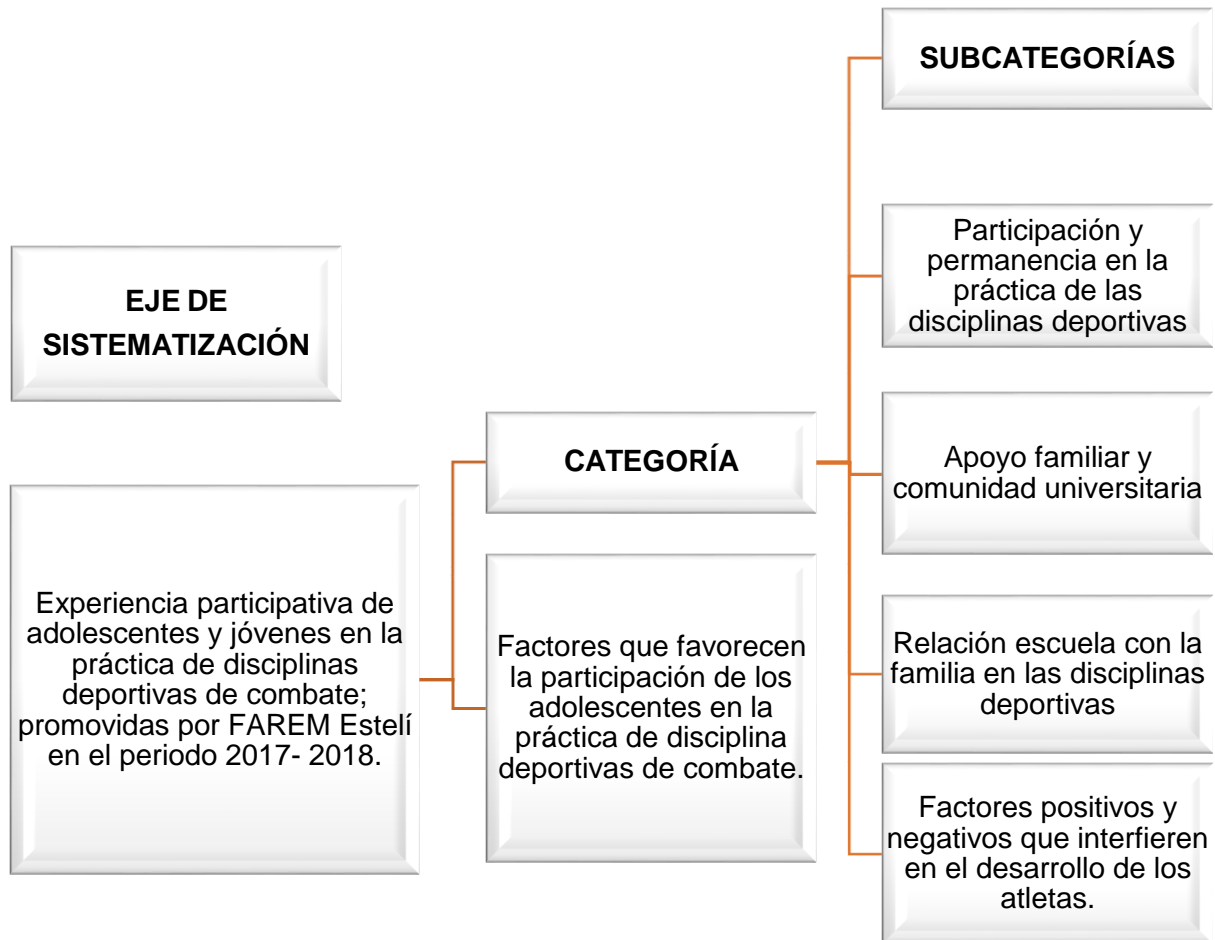
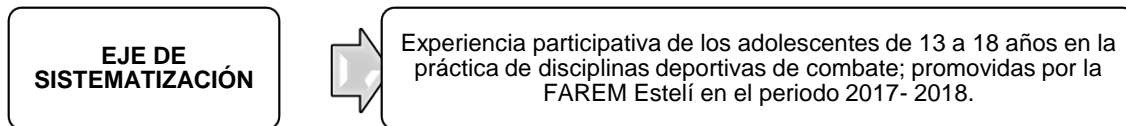


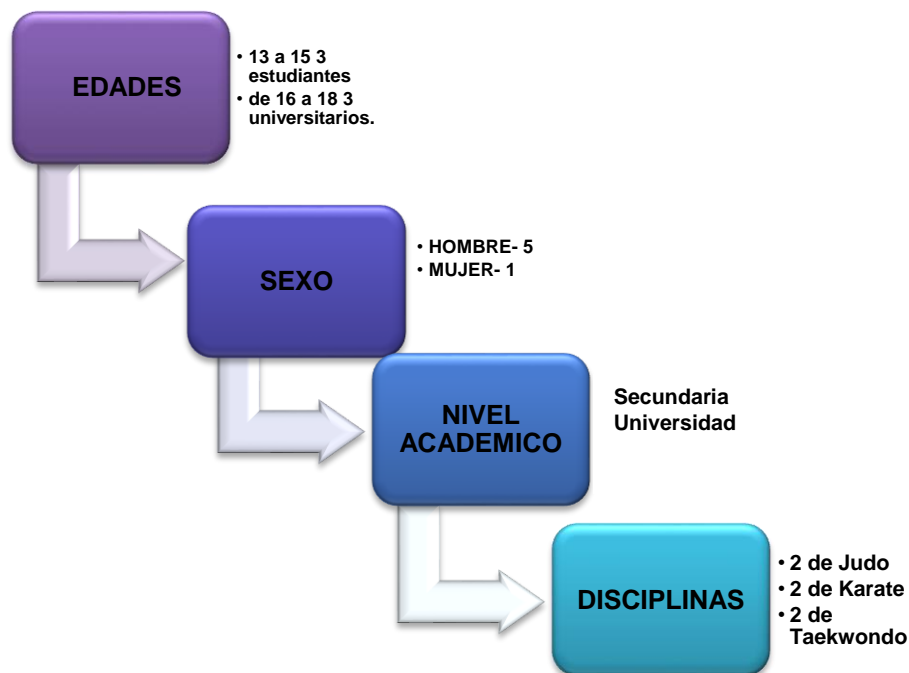
Ilustración 2. Cuadro de eje de sistematización, categorías y subcategorías. Fuente propia

El proceso de análisis se ha estructurado en títulos y subtítulos los que guiaron el proceso de reconstrucción de experiencia y recolección de información; cualificando el conocimiento y la propia práctica.



### 8.1. Información general de los participantes

Para iniciar este capítulo, se considera importante reflejar algunos datos generales de los adolescentes y jóvenes que participaron en la sistematización de la experiencia:



*Ilustración 3. Información general de los participantes. Fuente propia*

De los 6 jóvenes y adolescentes entrevistados, la mayoría son hombres (5), en relación a las edades, tres de ellos tienen entre 13-15 años y tres se encuentran entre los 16-18, en cuanto al nivel académico, tres cursan educación secundaria y tres son universitarios, el deporte de combate que practican es: dos judo, dos karate y dos taekwondo. Los adolescentes y jóvenes participantes en su mayoría son de barrios de la zona en que está ubicada la universidad a la universidad, es decir el distrito III.



## **8.2. Caracterización de los adolescentes y jóvenes que participan en la práctica de las disciplinas deportivas de combate (Judo, Karate y Taekwondo)**

FAREM-Estelí, ofrece a la comunidad universitaria y su entorno la práctica de disciplinas deportivas de combate (judo, karate y taekwondo) desde hace más de 20 años; integrando a estudiantes activos de la Facultad y grupos del entorno social (niñez, adolescencia y jóvenes); contando con un equipo de instructores que facilitan y acompañan el desarrollo de los atletas y aportan de manera personalizada al desarrollo integral de los niños, adolescentes y jóvenes deportistas.

Es importante visualizar que ambos grupos tienen características particulares que limitan el desarrollo atlético a nivel personal y colectivo; sin embargo, hay aspectos a veces comunes; un ejemplo de esto es la realidad familiar, en ocasiones este sistema no es un aspecto positivo y motivador para los adolescentes y jóvenes que practican disciplinas deportivas, al contrario, estos pueden generar obstáculos para su desarrollo.

<b>Características de los grupos participantes en las disciplinas deportivas</b>			
<b>Estudiantes universitarios</b>		<b>Adolescentes y jóvenes de la comunidad</b>	
<b>Características positivas (facilitan)</b>	<b>Características positivas (limitan-obstaculizan)</b>	<b>Características positivas (facilitan)</b>	<b>Características positivas (limitan-obstaculizan)</b>
Interesados en el desarrollo atlético en alguna disciplina en particular.		Interesados en el desarrollo atlético en alguna disciplina en particular.	
Disposición de participar de manera propositiva y sostenida.	Inseguridad para integrarse y permanecer en los grupos de prácticas.	Disposición de participar de manera propositiva y sostenida.	
Los estudiantes que se integran, en las prácticas deportivas de combate tienen alrededor de 3 a 9 años.	Algunos estudiantes en las prácticas deportivas no logran estabilizarse.	Los estudiantes que se integran, en las prácticas deportivas de combate tienen alrededor de 3 a 9 años.	

Con experiencias deportiva previas a la universidad.	La universidad es la única oportunidad para la práctica deportiva.	Con experiencias deportiva previas a la universidad.	La universidad es la única oportunidad para la práctica deportiva.
Con apoyo de referentes familiares que fortalecen sus prácticas.	Sin apoyo de los referentes familiares que fortalecen sus prácticas.	Con apoyo de referentes familiares que fortalecen sus prácticas.	Sin apoyo de los referentes familiares que fortalecen sus prácticas.
Proyección de sus metas en las disciplinas deportivas.	Inseguridad para proyectarse sus metas en las disciplinas deportivas	Proyección de sus metas en las disciplinas deportivas.	
Organizan su tiempo para combinar su formación académica con el deporte.	Priorizan la formación académica y dejan lo deportivo como no área no necesaria.	Organizan su tiempo para combinar su formación académica con el deporte.	
Grupos heterogéneos (edad y sexo) Jóvenes y adultos		Grupos heterogéneos: (niñas, niños, adolescentes; edades, discapacidad).	

*Tabla 1. Características de los grupos participantes en las disciplinas deportivas. Fuente propia*

### **8.3. Participación de adolescentes en la práctica de disciplinas deportivas en el periodo 2016-2018, en FAREM-Estelí**

Para abordar la participación de los adolescentes y jóvenes, se organizó la información a partir de las subcategorías definidas:

<b>1. Participación y permanencia en la práctica de las disciplinas deportivas.</b>	<b>2. Motivación y Permanencia en las prácticas deportivas.</b>	<b>3. Apoyo familiar y comunidad universitaria</b>	<b>4. La relación escuela y familia en las disciplinas deportiva</b>	<b>5. Factores que intervienen en las prácticas deportivas</b>
---	---	--	--	--

*Tabla 2. Características de los grupos participantes en las disciplinas deportivas. Fuente propia*

### **8.3.1. Participación y permanencia en la práctica de las disciplinas deportivas**

#### **Participación sostenida y perseverante**

Los adolescentes y jóvenes integrados en las disciplinas deportivas (Judo, Taekwondo y Karate), asumen actitudes y prácticas personales que les permiten desarrollar una participación sostenida y perseverante.

En su mayoría organizan el tiempo para cumplir con sus obligaciones y combinan la educación con las prácticas deportivas, en otros estudios, deporte y trabajo; asumiendo así responsabilidades y auto –disciplina para su vida cotidiana, ellos de una u otra manera se esfuerzan y aportan para ser parte de un proceso de formación integral que la universidad ofrece, sin embargo, son pocos los que estando en su proceso académico aprovechan estas oportunidades de desarrollo.

Los entrevistados tienen en su mayoría de tres a nueve años de participación en las prácticas de las disciplinas deportivas, muchos de ellos se han destacado en eventos locales, nacionales e internacionales.

### **8.3.2. Motivación y permanencia en las prácticas deportivas**

La mayoría de los adolescentes y jóvenes perseveran en el camino de las disciplinas deportivas, dedican tiempo de calidad para sus prácticas e invierten tiempo y recursos en sus procesos de auto cuidado (alimentación y ejercicios); sus argumentos se clasifican tres puntos claves que determinan su motivación por el deporte:

- a) **Participación proactiva:** argumentan que la práctica de las disciplinas deportivas contribuye en sus vidas, porque se integran en acciones positivas sociales de proyección y que además favorecen su formación como seres humanos.
  
- b) **Superación personal:** gran parte de los participantes se motivan por alcanzar logros en las disciplinas que practican, consideran que es un mérito representar a la universidad en diferentes eventos nacionales y al país en los eventos internacionales.

El participante JP menciona: **“primero es un deporte olímpico y pienso que llegare a representar a mi país, porque en vez de andar de vago prefiero hacer lo que me motiva.”**

- c) **Éxito deportivo:** desarrollar habilidades técnicas que les permita superar retos según la disciplina motiva a los deportistas la proposición de metas que les facilita su integración y perseverancia, siendo normal que en su mayoría quieran alcanzar los niveles más altos de desarrollo de acuerdo al deporte.



Al respecto la participante BA dice **“llegar a realizar mi examen de cinta negra.”**



### **8.3.3. Apoyo familiar y de comunidad universitaria**

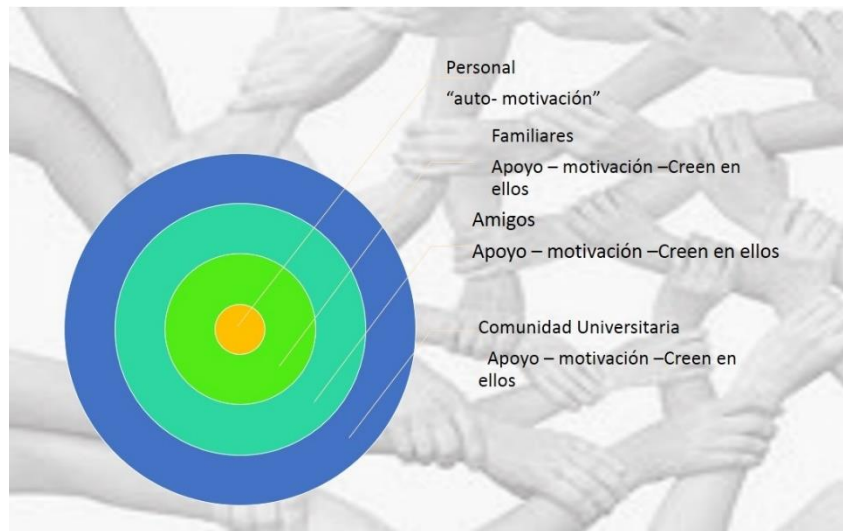
El deporte continuo es un tema aún no priorizado en la formación integral del ser humano y existen mitos en relación al deporte, como, por ejemplo, que quienes lo practican no realizan actividades productivas y formales, razón por la cual los atletas son etiquetados de *vagos y desocupados*. Existen propuestas de tipo académico, social y desde el área de la salud que apuntan a la relevancia de esta práctica como necesaria para el desarrollo y estabilidad integral del ser humano.

En relación a lo anterior, el participante cuatro indica ***“primero es un deporte olímpico y pienso que llegare a representar a mi país, porque en vez de andar de vago prefiero hacer lo que me motiva”***.

El ser humano se enfrenta constantemente a la interacción con otras y otros mediante la expresión y la comunicación de diferentes maneras, las relaciones interpersonales van más allá de la simple comunicación. Asimismo, las personas afrontan un cumulo de estímulos sociales que determinan las concepciones, actitudes, percepción y prácticas de la vida.

En el proceso de afirmación de decisiones y proyectos de vida, los adolescentes y jóvenes dependen de las relaciones sociales, siendo determinante el rol que juegan los sistemas de relaciones (familia, amigos, entre otros) en su desarrollo integral.

Con la interpretación y análisis de la experiencia se identifican los sistemas relacionales de los adolescentes y deportistas que forman parte de los referentes de apoyo para el desarrollo deportivo.



*Ilustración 4. Referentes de apoyo. Fuente propia*

En las prácticas deportivas, cobra relevancia las redes de colaboración y de acompañamiento que en la mayoría de los casos se entienden como los lazos familiares y amistosos; estos tienen la responsabilidad emocional de apoyar y motivar su participación.

### **Apoyo familiar**

La experiencia desde FAREM es diversa, hay estudiantes que tienen el privilegio de contar con apoyo de sus familiares, manifestado en las acciones diarias, sin embargo, esto no es una constante en la realidad de algunos de los deportistas, al no contar con apoyo de parte de su familiar para su desarrollo, al contrario, representan limitantes y obstáculos para su crecimiento, esta situación se puede visibilizar tangiblemente en diferentes momentos.

Familias que apoyan	Familias que no apoyan
<ul style="list-style-type: none"><li>• Conocen a los instructores y visitan la universidad para dar seguimiento a sus familiares.</li><li>• Asisten a los torneos, les llevan víveres</li><li>• Expresan verbalmente elogios y motivación para el logro de sus metas</li><li>• Desarrollan acciones familiares que apoyan el desarrollo atlético.</li><li>• Expresan los beneficios del deporte en la vida de sus familiares (hijos, sobrinos, hermanos...).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• No conocen a los instructores y no visitan la universidad para dar seguimiento a sus familiares.</li><li>• No asisten a los torneos, algunas veces obstaculizan su participación.</li><li>• Expresan verbalmente opiniones negativas y burlas al desarrollo de las metas.</li><li>• Desarrollan acciones familiares que no abonan al desarrollo atlético.</li><li>• Expresan categorialmente que el deporte es una actividad que no contribuye al desarrollo del ser humano (hijos, sobrinos, hermanos...).</li></ul>

*Tabla 3. Comparación de familias que apoyan y no apoyan (Fuente propia)*



**“Sí, mi mamá siempre trata de apoyarme motivándome para continuar”. (B.A)**

**“Por su puesto porque el apoyo es una motivación para los deportistas que practican estas disciplinas”. (ME)**



Los madres y padres de familia entrevistados, expresan que el tiempo invertido por sus hijos en prácticas deportivas no es una pérdida, todo lo contrario, los une como familia, ya que los motivan mediante su apoyo en los torneos, haciéndoles saber que en la búsqueda de sus sueños no están solos, ya sea que ganen o no, al final lo importante es que ellos hagan lo que más le gusta. Además, argumentaron algunos de los beneficios que obtienen sus hijos con estas disciplinas deportivas, como es la formación del carácter y eliminación del distrés.

Al respecto el padre de familia entrevistado 1 dice *"no creo que mi hijo pierde tiempo practicando deporte, por el contrario, nos une como familia para apoyar a nuestros hijos y animarlos a seguir y hacerlo bien"*, por su parte el segundo entrevistado expresa que *"la práctica de deporte ayuda a mi hijo porque sacan un poco el estrés que tienen por las múltiples actividades que realizan"*.

Por su parte, los atletas que no cuentan con el apoyo de sus familiares alegan que es porque tienen un concepto equivocado del deporte, por lo que creen que se ve afectada su salud al recibir golpes y no desean que se lastimen. También consideran que sus padres no aprueban su integración a disciplinas deportivas por posibles repercusiones negativas en el desempeño académico.

En relación a esto, el primer estudiante entrevistado expone ***"mi mamá no lo hace mucho por mi salud exactamente una lesión ella quiere evitar que me lastime"***.

## **Apoyo de la comunidad universitaria**



La comunidad universitaria juega un rol importante en la motivación y colaboración para el desarrollo deportivo, aquí figuran los compañeros de clase y los docentes; de igual manera este apoyo depende mucho de las concepciones, actitudes y prácticas de los estudiantes, pues muchos maestros priorizan lo vinculado a las normativas académicas, es decir, lo evaluado según los pensum.

Hay docentes que motivan y promueven la participación de los estudiantes en las prácticas deportivas y culturales, están convencidos de la importancia del desarrollo integral del universitario.

La universidad como institución desarrolla acciones diversas de orden administrativo, logística y técnicas que favorecen y fortalecen el desempeño de sus atletas desde las distintas disciplinas deportivas; acción que es relevante y estratégica para obtener logros, más aún cuando las otras redes de apoyo son inexistentes.

Desde la comunidad universitaria se ha capacitado a los instructores para la actualización de sus técnicas, a su vez, se han realizado gestión de recursos para la modificación de la infraestructura de los salones destinados a las prácticas de las

disciplinas de combate, con el objetivo de ofrecer las condiciones necesarias a los adolescentes y jóvenes que desean especializarse para conseguir sus metas.



La autoridad entrevistada afirma que **“se apoyó para que todos los profesores continuaran sus estudios y continúen la carrera de educación física y deporte, el principal aporte ha sido la gestión de fondos para la construcción y auto ayuda, equipos y utilicen para el desarrollo de todas las disciplinas de combate construcción de piso especial para Judo y gestión para la instalación de cielo raso aire acondicionado, apoyo a todas las disciplinas de combate y comunicación con las federaciones de cada deporte de combate”**.

Todos los entrevistados (atletas, instructores, madres y padres) coinciden en la importancia del apoyo emocional, social y económico que requieren los adolescentes y jóvenes para sus procesos deportivos.

En lo particular, los instructores manifiestan que las familias apoyan el desarrollo de sus hijas e hijos, desde el momento en que son enviados cada día a participar en los procesos de entrenamiento y están pendiente de sus avances y logros, sin embargo, no debe ignorarse que hay familiares (madres, padres, tíos, abuelos/as y

tutores) que no realizan ninguna acción de apoyo para la práctica deportiva e igual para otros espacios de su vida como la escuela; siendo importante el rol humano y afectivo del instructor.

***“Muchas veces asumimos roles casi de padre, amigo, como confidente; nos toca ir a ver su desarrollo hasta en la escuela porque la familia no les apoya en nada, son familias que no les importa lo que hace el hijo, no valoran sus logros, nunca van a un torneo.”*** (Instructor JC)

Es válido destacar que la institución garantiza apoyo a los atletas sin importar que sean estudiantes activos o no, la Facultad tiene mucho compromiso con la comunidad y su entorno social, en la mayoría de los casos los adolescentes y jóvenes son provenientes de barrios aledaños y son vulnerables por sus condiciones de pobreza y exclusión social.

Se hace un reconocimiento a los atletas de los deportes de combate, siendo el más destacado taekwondo, quienes han ganado victorias en torneos nacionales e internacionales, dejando en alto el prestigio de la Facultad y la calidad de los entrenamientos facilitados por los instructores. Se trabaja para que las demás disciplinas deportivas de combate logren sobresalir.

Al respecto la autoridad consultada menciona ***“estamos satisfechos por el desempeño del deporte de combate, aunque el más destacado es taekwondo necesitamos desarrollar más el karate y el judo para que logremos más medallas y se integren más estudiantes”***.

### 8.3.4. La relación escuela y familia en las disciplinas deportivas

Desde el área de deporte se potencia en el desarrollo de los adolescentes y jóvenes, la vinculación de las prácticas deportivas con su desempeño educativo; enfatizando en la responsabilidad académica para sus procesos de formación y éxitos deportivos. Definiendo para esto tres retos para la formación deportiva:



*Ilustración 5. Retos de Formación Deportiva FAREM-Estelí (Fuente propia)*

A. **Disciplina:** los adolescentes y jóvenes expresan que para realizar su deporte favorito tienen que ser dedicados tanto en la familia como en la universidad. También los instructores indican que hay estrategias disciplinarias en las prácticas deportivas de combate, esto con el objetivo de lograr buen rendimiento; las que deben emplear tanto en la Facultad como en sus actividades diarias.



*El deporte les ayuda a soportar la carga educativa, además el judo es una forma de buscar el camino de la vida esto lo decía el fundador de judo Cigoso Kano (Instructor VG)*



**B. Organizar el tiempo:** según los entrevistados las prácticas deportivas no representan pérdida de tiempo, al contrario, lo valoran como inversión, lo que les genera beneficios para sus vidas a nivel de rendimiento físico; de igual manera a la universidad por los logros.

Consideran que todo depende de la actitud personal que asumen frente a sus vidas, la organización personal que realizan para no descuidar ningún aspecto de desarrollo necesario como las relaciones familiares, la educación, en algunos casos hasta el trabajo.

**C. Respeto y unidad:** los instructores de estas disciplinas trabajan con autoridad y respeto, indican que entre los grupos se promueven relaciones positivas de respeto, la unidad como clave para el éxito, lo que contradice las acciones individuales de la competencia negativa. Se aborda el auto cuidado y protección personal y colectiva, por ejemplo, se ayudan entre ellos para no agredirse.



### **8.3.5. Factores que intervienen en las prácticas deportivas**

Las prácticas deportivas desde el contexto universitario están influenciadas por diversos factores, todo eso forma parte de las actitudes que se materializan en acciones que estereotipan las prácticas deportivas y a quienes practican, ignorando los beneficios que tienen en el desarrollo físico, fortalecimiento de los músculos del cuerpo y la estimulación de la concentración.

Algunos jóvenes y adolescentes recurren a la práctica de deportes para lograr vencer algunas dificultades de tipo emocional y de conducta, combatir el distrés laboral o escolar, superar duelos (fallecimiento de algún familiar, rupturas amorosas, la pérdida de una oportunidad).

**A nivel social** es importante destacar que las prácticas deportivas se convierten en espacios de entretenimiento que estimula el desarrollo integral, en este caso la utilidad como un refugio para olvidar sus realidades las que a veces no son satisfactoria para su cotidianidad como, por ejemplo: **maltrato familiar, violencia doméstica, alcoholismo, migración familiar, entre otros.**



**A nivel interpersonal;** les ayuda a socializar con otras y otros, a controlar las emociones y el manejo positivo de los conflictos generados por **la ira, depresión, angustia, negatividad,** lo que contribuye en la confianza, trabajo de equipo, solidaridad.

**A nivel de sexo mujeres y hombres;** no hay diferencias o discriminación los géneros, se promueve y potencia el respeto hacia las mujeres, respetando las oportunidades y retos obtenidos por ellas.

**A nivel de inclusión;** se promueve la inclusión y atención especial a todos.

Las familias dan buenas recomendaciones de las actitudes de sus hijos e hijas, valoran las diferencias de conductas experimentados por ellos (antes y después) de iniciar prácticas deportivas; ya que los procesos que se implementan responden a su formación integral.

Las disciplinas deportivas, en este caso las de combate yudo karate y taekwondo brindan un aporte significativo a la educación, los adolescentes y jóvenes que consiguen la identidad positiva saben quiénes van adoptando los valores ya que ayuda al desarrollo integral de la persona. Ellos afirman que ninguna de las tres disciplinas es violenta, puesto que justamente es lo que tratan de evitar al incorporar técnicas de meditación, que llevan a los atletas a un autoconocimiento y autocontrol de sí mismo, elementos muy importantes en la toma de decisiones.



## **IX. CONCLUSIONES**

A manera de conclusión, la experiencia participativa de adolescentes y jóvenes integrados en la práctica de disciplinas deportivas de combate (judo, karate y taekwondo) se debe en gran parte a que ellos han incluido en su plan de vida metas al respecto, en la convicción de lo que se han propuesto y en su fuerza de voluntad para ser perseverantes hasta el final, lo que ha implicado una organización de sus actividades diarias para destinar un espacio exclusivo para sus entrenamientos.

Un elemento que ha constituido la motivación de los atletas es el apoyo familiar, la mayoría de los participantes expresó contar con la aprobación de sus madres y padres de familia, quienes los acompañan en los torneos, demostrándoles que en la lucha por conseguir sus sueños no están solos. Algunos adolescentes argumentaron que sus familiares no están de acuerdo con su integración en prácticas deportivas porque tienen la idea de que su salud será afectada por los golpes, también porque consideran que las horas dedicadas a los entrenamientos repercute en sus estudios.

Las prácticas deportivas influyen de forma positiva en el plano educativo y familiar, por ende, estos tres aspectos están ligados. Un estudiante que practica un deporte adopta estrategias ante el distrés académico, obteniendo una mejor concentración, esencial para adquirir conocimientos. Cuando un hijo se involucra en disciplinas deportivas, logra centrar su atención en algo productivo y sano, proponiéndose metas alcanzables y cerrando puertas a vicios y actividades que puedan afectarlo.

Es preciso resaltar que entre los factores que han impulsado a los adolescentes y jóvenes en su integración a actividades deportivas están: la superación de dificultades y duelos, afrontamiento del distrés laboral o escolar. Estos aspectos han permitido que los estudiantes logren desarrollarse de una forma integral, les ha ayudado a mejorar las relaciones interpersonales y en el manejo de conflictos que muchas veces estallan por el enojo, esto ha contribuido en la consolidación de la confianza y el trabajo en equipo. En esta sistematización se identificó que, en relación al sexo, tanto hombres como mujeres practican deportes de combate y no existen prejuicios que influyan negativamente.

Con lo anteriormente mencionado se deduce que las prácticas deportivas de combate impulsadas desde FAREM-Estelí inciden de forma positiva en los actores involucrados de forma directa e indirecta, para lo que ha sido importante la vocación de los instructores, así como las acciones ejecutadas por las autoridades para que los adolescentes y jóvenes se sientan como en casa. Un tópico interesante, es que los atletas provienen del recinto y de los barrios aledaños, lo que visualiza el compromiso social con la comunidad por parte de la universidad.

## **X. LECCIONES APRENDIDAS**

Los adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM Estelí han obtenido aprendizajes muy significativos, se han demostrado a sí mismos que simultáneamente pueden estudiar trabajar y practicar el deporte que les guste, también han confirmado y enseñado que si se puede convivir en familia, solo hay que organizar el tiempo para hacer todo lo que se desea. Esto significa que los estudiantes han logrado un buen desarrollo personal, familiar y social.

Esta experiencia también brinda lecciones valiosas a la universidad, ya que el deporte ha favorecido en que el estudiante se sienta motivado y sea capaz de alcanzar sus metas, logrando que el recinto tenga un realce en el ámbito nacional e internacional.

El equipo de sistematización extrajo lecciones de esta experiencia, al desaprender los mitos que giran en torno a la práctica de deportes de combate y que por mucho tiempo alejaron su interés por integrarse en alguna de estas. Aprendieron aspectos claves de karate, judo y taekwondo e identificaron que el trabajo social tiene muchos enfoques y áreas en que sistematizar, porque al final de cuentas, donde hay seres humanos hay historias por escuchar, algo que registrar, documentar y compartir.

## **XI. RECOMENDACIONES**

### **Estudiantes de FAREM-Estelí**

Se recomienda a estudiantes en general no tener miedo en practicar estas disciplinas deportivas ya que estas contribuyen a un buen estado físico, así como emocional.

Aprovechar que la universidad permite la práctica de estas disciplinas deportivas de forma gratuita.

### **Estudiantes de trabajo social**

Se recomienda a estudiantes de trabajo social sistematizar las experiencias personales (historias de vida) de los atletas integrados en las diferentes disciplinas de deporte promovidas en FAREM Estelí.

### **A adolescentes y jóvenes que practican disciplinas deportivas de combate**

Se les insta a llevar a cabo sus metas hasta el final, a luchar por lo que anhelan, para de esta manera ser ejemplo para que otros adolescentes y jóvenes se interesen por practicar algún deporte.

### **A instructores de las disciplinas deportivas de combate**

Continuar compartiendo sus conocimientos en estas disciplinas deportivas con esmero y dedicación para seguir incidiendo de forma positiva en las vidas de los adolescentes y jóvenes.

## **A FAREM-Estelí**

Motivar al personal de trabajo de la universidad a involucrarse en alguna disciplina deportiva tomando en cuenta los beneficios de estas en la salud, además, motivarían a los estudiantes a formar parte de algún deporte,

Promover a la comunidad estudiantil los beneficios de practicar estas disciplinas deportivas para que aprovechen la oportunidad de equilibrar su salud física y mental.



## XII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, M. (2007). *Sistematizar las prácticas, experiencias*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
[http://virtual.funlam.edu.co/repositorio/sites/default/files/sistematizaciondela\\_spracticass.pdf](http://virtual.funlam.edu.co/repositorio/sites/default/files/sistematizaciondela_spracticass.pdf)
- Anastas, J. (2008). *Ética en trabajo social*. Whashington. DC: Asociación Nacional de trabajadores sociales.
- Angulo, E. (2012). *Paradigma de la metodología de investigación*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de: [http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/paradigma\\_metodologia\\_investigacion.html](http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/paradigma_metodologia_investigacion.html)
- Asamblea Nacional. (1982). *Ley de promoción al deporte y la cultura en la juventud*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
[http://legislacion.asamblea.gob.ni/normaweb.nsf/\(\\$All\)/81238B566ACDBA9B062570A10057CF67?OpenDocument](http://legislacion.asamblea.gob.ni/normaweb.nsf/($All)/81238B566ACDBA9B062570A10057CF67?OpenDocument)
- Asamblea Nacional . (2015). *Ley No 522, Ley de Deporte, Educación Física y Recreación Física*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
[http://legislacion.asamblea.gob.ni/normaweb.nsf/\(\\$All\)/21DC1FAD04CEB94606257E67006A2900?OpenDocument](http://legislacion.asamblea.gob.ni/normaweb.nsf/($All)/21DC1FAD04CEB94606257E67006A2900?OpenDocument)
- Azabache, J. (2009). *Historia del Karate Shotokan*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de: <http://clubkarateurp.blogspot.com/2009/09/rei.html>
- Bernechea, M., & Morgan, M. (2010). *La sistematización de experiencias: producción de conocimientos desde y para la práctica*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de: <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/tendencias/rev-co-tendencias-15-07.pdf>
- Buttler, J. (2002). *La conciencia ética y la producción de trabajo social*.
- Cagigal, J. (1985). Pedagogía del deporte como educación. *Revista de Educación Física. Renovación de teoría y práctica*, 5-11.
- De Benito, P. (2016). *El deporte como herramienta de integración social*. Barcelona: Universidad de la Rioja, servicio de publicaciones.
- Educando . (2018). *Los deportes de combate*. Recuperado el 04 de mayo del 2018: <http://www.educando.edu.do/portal/los-deportes-de-combate/>

- Expósito, D., & González, J. (2017). *Sistematización de experiencias como método de investigación*. Recuperado el 04 de mayo del 2017, de:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212017000200003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000200003)
- Hernández, M. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.
- Mendoza, B., & Ccopa, P. (2010). *Guía metodológica de sistematización de experiencias 2010*. Lima: J&O Editores Impresores.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.
- Pérez, A. (2014). *Deportes de combate*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<https://actividadfisicadeportiva.wordpress.com/2014/11/17/deportes-de-combate/>
- Pérez, M. (2016). *Sistematización de experiencias en contextos universitarios*. Caracas: Universidad Nacional Abierta.
- Piqueras, G. (2017). *Centro Deportivo Social en Comodoro Rivadavia (Tesis inédita de Licenciatura)*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/6277/7%20-%20tipos%20de%20deportes%20existentes%2Bprograma%2Besquema%20funcional.pdf?sequence=8&isAllowed=y>
- Raffino, E. (2019). *Concepto de deporte*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<https://concepto.de/deporte/>
- Reamer, F. (2005). *Investigación y evaluación de trabajo social*. New York: Universidad de Oxford.
- Reamer, F. (2010). *El manual de trabajo social. Métodos de búsqueda*. New York: Universidad de Oxford.
- Robles, J., Abad, M., & Jiménez, F. (2009). *Concepto, características, orientaciones*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de :  
<https://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificaciones-del-deporte-actual.htm>
- Sánchez, C. (2015). *El judo*. Recuperado 04 de mayo del 2019, de:  
<https://guiafitness.com/el-judo.htmls>
- Sistematización Mérida . (2011). *Sistematización*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de: <http://sistematizacion.obolog.es/sistematizacion-2162478>

Taguenca, J., & Vega, M. (2012). *Técnicas de investigación social: las entrevistas abiertas y semidirectivas*. Recuperado el 06 de mayo del 2019, de :  
[https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/productos/7465/tecnicas\\_de\\_investigacion\\_social\\_-\\_las\\_entrevistas\\_abiertas\\_y\\_semirectivas.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/productos/7465/tecnicas_de_investigacion_social_-_las_entrevistas_abiertas_y_semirectivas.pdf)

Wikibooks. (2014). *Judo/Historia/Historia universal del judo*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
[https://es.wikibooks.org/wiki/Judo/Historia/Historia\\_universal\\_del\\_judo](https://es.wikibooks.org/wiki/Judo/Historia/Historia_universal_del_judo)

## **XIII. ANEXOS**

### **Anexo 1. Formato de entrevistas**

#### **Entrevista para adolescentes y jóvenes**

**Para:** Adolescentes y Jóvenes

**Tema:** Sistematización de la experiencia de deporte en el periodo 2017-2018.

**Objetivo:** Rescatar las experiencias de adolescentes y Jóvenes que participan en las prácticas deportivas de combate que promueve FAREM-ESTELI.

#### **Preguntas**

¿Cómo se enteraron de estas prácticas deportivas de combate en FAREM-ESTELI?

¿Qué le motivo a hacer deporte?

¿Cuánto tiempo tiene de estar realizando este deporte?

¿Qué edad tenía cuando inicio este deporte?

¿Qué es lo que lo motiva a mantenerse practicando este deporte?

¿Qué acciones personales realiza para mantener su participación en la práctica deportiva?

¿Tiene algún apoyo familiar en estas prácticas deportivas?

¿De qué manera lo apoya su familia? ¿Describa?

¿Si su familia no lo apoya sabe cuáles son los motivos? ¿Explique?

¿Creen ustedes que estas prácticas deportivas les quitan tiempo para convivir en familia?

¿Qué haces para que las prácticas deportivas no afecten tu desarrollo educativo?

¿Describa todo lo positivo que obtiene de las prácticas deportivas en sus vidas?

¿Describa todo lo negativo que obtiene de las prácticas deportivas en sus vidas?

## **Entrevista para instructores**

**Para:** Instructores

**Tema:** Sistematización de la experiencia de deporte en el periodo 2017-2018.

**Objetivo:** La presente entrevista tiene como objetivo rescatar las experiencias en las diferentes disciplinas en adolescentes y jóvenes.

Los datos brindados serán exclusivamente para información académica de sistematización.

### **Preguntas**

¿Qué acciones realizan para mantener la participación en las prácticas deportivas de Judo, Karate, Taekwondo?

¿Cuál es su reto para mantener la permanencia en el grupo de Judo, Karate, Taekwondo?

¿Usted como instructor de qué forma cree que la familia apoya en estas prácticas deportivas? ¿Describa?

¿Describa quienes forman parte del grupo de atletas en las disciplinas que practican?

¿Cómo es la relación entre el grupo de atletas?

¿Tiene reglas y normas para la relación que establece en el grupo y el instructor?

¿Cómo instructores creen que los adolescentes y jóvenes hacen bien sus prácticas deportivas en grupo?

¿Qué hacen para que la práctica deportiva no afecte su desarrollo educativo?

¿Cómo instructor cree que los atletas puedan estudiar y practicar deporte?

¿Describa todo lo positivo que les da la práctica deportiva a sus estudiantes en sus vidas?

¿Describa todo lo negativo que les da la práctica deportiva en a sus estudiantes en sus vidas?

## **Entrevista para padres de familia**

**Para:** Los padres de familia

**Tema:** Sistematización de la experiencia de deporte en el periodo 2017-2018.

**Objetivo:** La presente entrevista tiene como objetivo rescatar las experiencias en las diferentes disciplinas en adolescentes y jóvenes.

Los datos brindados serán exclusivamente para información académica de sistematización.

### **Preguntas**

¿Cómo padres de familia que opinan sobre estas prácticas deportivas de Judo, Karate, Taekwondo?

¿Creen ustedes que estas prácticas deportivas les quitan tiempo para convivir en familia?

¿Las prácticas deportivas le ayudan a su hijo? ¿De qué forma describa?

¿Creen ustedes como familia que el apoyo grupal es importante en estas disciplinas deportivas de Yudo, Karate, Taekwondo?



¿Cómo padres de familia creen que la escuela y prácticas deportivas de Farem-Estelí es importantes para sus hijos?

¿Qué hacen para que las prácticas deportivas no afecten su desarrollo educativo?

¿Describa todo lo positivo que les dan las prácticas deportivas a sus hijos en sus vidas?

¿Describa todo lo negativo que les dan las prácticas deportivas a sus hijos en sus vidas?

## **Entrevista para la autoridad**

**Para:** La Autoridad

**Tema:** Sistematización de la experiencia de deporte en el periodo 2017-2018.

Objetivo: La presente entrevista tiene como objetivo rescatar las experiencias en las diferentes disciplinas en adolescentes y jóvenes.

Los datos brindados serán exclusivamente para información académica de sistematización.

### **Preguntas**

¿Cuál ha sido su apoyo a los adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas de combate como Yudo, Karate, Taekwondo?

¿Conoce cuándo surgió la idea de impartir las disciplinas deportivas de combate como Yudo, Karate y taekwondo?

3 - ¿Cuál es la experiencia de la universidad en la percepción de las disciplinas deportivas de combate?

4 ¿Cómo valora la percepción de los estudiantes en las disciplinas de combate?

## Anexo 2. Fotos



*Ilustración 6. Adolescentes durante aplicación de instrumentos. Fuente propia*



*Ilustración 7. Adolescentes y jóvenes durante entrenamiento acompañados por familiares. Fuente propia*



Ilustración 8. Adolescente durante entrenamiento con instructor de karate



Ilustración 9. Atletas de FAREM-Estelí junto a instructor de taekwondo en nota informativa en un periódico



*Ilustración 10. Equipo de sistematización en la fase de análisis e interpretación de la experiencia*

### Anexo 3. Cronograma de actividades

ACTIVIDAD	PERIODO DE TIEMPO EN QUE SE REALIZÓ												RESPONSABLE	
	ENERO			FEBRERO			MARZO			ABRIL				
Definición de objeto, objetivo, eje y tema de sistematización	■													EQUIPO DE SISTEMATIZACIÓN
Elaboración de la justificación, búsqueda de información para armar el contexto teórico y de la experiencia	■	■												
Construcción del contexto teórico y de la experiencia			■											
Elaboración de la metodología de la sistematización				■										
Elaboración de los instrumentos a aplicar				■	■									
Trabajo de campo: solicitud de permiso para realizar entrevista						■								
Trabajo de campo: realización de entrevistas							■	■	■					
Análisis e interpretación de la experiencia: elaboración de matriz de reducción y análisis								■	■	■				
Elaboración de conclusiones, recomendaciones y lecciones aprendidas										■	■			
Modificación de referencias bibliográficas automatizadas												■		
Incorporación de anexos													■	
Informe finalizado													■	

Tabla 4. Cronograma de actividades (Fuente propia)

*"FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE ESTELÍ LEONEL RUGAMA RUGAMA"*  
*FAREM - Estelí / UNAN MANAGUA.*