



UNIVERSIDAD PRIVADA BOLIVIANA
FACULTAD DE INGENIERÍA Y ARQUITECTURA
Ingeniería de Sistemas Computacionales

PRÁCTICA INTERNA

Research Movement Lecture In A Karate Game

Estudiantes:
Ricardo Fernández
Juan Diego Garcia
Brami Prudencio

Docente: Ingeniero Marcelo Lopez

Cochabamba, Septiembre 2019

Contents

1	Resumen	3
2	Introducción	5
3	Objetivos	7
4	Estudio de Diagnóstico	9
4.1	Seguimiendo de la Pandemia	9
4.2	Investigación Sobre el Karate	10
4.2.1	Karate en Tiempos de Pandemia	12
5	Marco Teórico	13
5.1	Antecedentes	13
6	Estudio de alternativas	15
7	Metodología	17
8	Diseño del Proyecto	19
9	Plan de Actividades	21
10	Evaluación Financiera Comparada	23
11	Conclusiones	25
12	Recomendaciones	29
13	Anexos	31

List of Figures

4.1	Primer Campeonato de la JKA en 1957	11
4.2	Karate Clases con Medidas de Bio-Seguridad	12

Resumen

Resumen breve y conciso que informa el contenido del trabajo de grado. Se recomienda que esté constituido por la presentación de los antecedentes y su importancia, la formulación de los objetivos, la descripción del método o procedimiento y la presentación de los resultados obtenidos. Debe redactarse en los idiomas español e inglés 1-2 paginas

Papel Bond, tamaño Carta (215.9 X 279.4 mm). Impresión en ambas caras de la hoja (Opcional) Procesador de Texto MS Word o similar Redacción El lenguaje de los documentos académicos es opuesto al lenguaje literario. Es directo, claro, preciso y conciso. La Redacción es impersonal, en tercera persona singular. Se debe evitar la utilización de la primera persona, poner exclamaciones y hacer preguntas en primera persona. También se debe respetar la coherencia en los tiempos verbales. El texto debe ser redactado, en lo posible, en tiempo pretérito. Las unidades físicas y las abreviaciones empleadas deben ser las oficiales. Para usuarios del Sistema Métrico internacional, se recomienda consultar: <http://physics.nist.gov/Pubs/SP330/sp330.pdf> [08.07.2011] Guía recomendada de redacción: <http://edicionesdigitales.info/Manual/Manual/ingles.html> [08.07.2011]

CONTENIDO Lista de títulos empleados en el documento, con indicación de la página en que aparecen, generada automáticamente por MS Word, una vez que los estilos de título han sido definidos en todos los niveles necesarios y se han marcado correctamente en el documento (Referencias, Tabla de Contenido, Insertar Tabla de Contenido, Seleccionar Formato y Niveles a mostrar y Aceptar) MS Word no actualiza automáticamente la tabla de CONTENIDO. Normalmente, actualizarla es la última operación que se hace antes de concluir el documento (Con el cursor sobre la tabla, presionar el botón derecho del mouse, seleccionar Actualizar campos, seleccionar Actualizar toda la Tabla y Aceptar) Lista de tablas Lista de Tablas del documento, incluyendo las de los Anexos, con indicación del número correlativo, el título y la página en que aparecen. Generada automáticamente por MS Word con los comandos de Insertar Título e Insertar Tabla de ilustraciones, del menú Referencias Numeración correlativa a lo largo de todo el documento, simple (Nº 14), o por capítulos principales (Nº 3.12) Lista de figuras Lista de Figuras del documento, incluyendo las de los anexos, con indicación del número correlativo, el título y la página en que aparecen. Generada automáticamente por MS Word con los comandos de Insertar Título e Insertar Tabla de ilustraciones, del menú Referencias Numeración correlativa a lo largo de todo el documento, simple o por capítulos principales Lista de abreviaciones (opcional) Lista de abreviaciones y acrónimos empleados. Sólo cuando su número es importante. Glosario (opcional) Descripción de los conceptos más importantes empleados, cuando es imprescindible que los lectores empleen el mismo lenguaje que el autor Dedicatoria (opcional) Nota mediante la cual se dedica el trabajo a una o varias personas o instituciones (opcional). Debe escribirse en el extremo inferior derecho de una página nueva y no exceder las cinco líneas. Ejemplos de la mejor opción: A mis padres, A María Página de agradecimientos (opcional) Como capítulo principal, debajo del título centrado: AGRADECIMIENTO. Sólo para mentores, colegas, financiadores y personas o instituciones que han apoyado el trabajo más allá de lo profesionalmente esperado

Texto: Capítulos Los capítulos deben iniciar una nueva página El texto de los títulos no admite mayúsculas en las palabras, salvo que sea la que inicia la frase o que se trate de un nombre propio, siguiendo las últimas reglas de la Real academia de la lengua española.

Títulos Se establece el siguiente formato: Nivel de Título Tamaño (puntos) Mayúsculas o Minúsculas Negrilla Cursiva Subrayado Títulos de carátula 18 MAYÚSCULAS Sí No No

Título del capítulo (Título 1) 16 MAYÚSCULAS Sí No No

Título principal dentro del capítulo (Título 2) 14 Minúsculas tipo Título Sí No No

Primer título secundario (Título 3) 12 Minúsculas tipo Título Sí No No

Segundo título secundario (Título 4) 12 Minúsculas tipo Título Sí Sí No

Los títulos de Capítulo tienen numeración romana. Los otros niveles de título tienen numeración arábica.

Los diferentes niveles se separan con puntos. El último nivel no tiene punto detrás de la cifra. Además, mantener el formato general también para cada nivel de título: Interlineado de 1.5, 12 puntos anteriores, 12 puntos posteriores, 0 cm de sangría izquierda y 0 cm de sangría derecha. Se recomienda no emplear más de 3 niveles de títulos, dentro de cada capítulo.

Tablas Las tablas son estructuras de filas y columnas que deben estar necesariamente referenciadas en el texto. Están precedidas por un encabezado, que muestra el número correlativo de la tabla y su título. La primera fila de la tabla contiene los títulos de cada una de las columnas. Las filas siguientes contienen la información. El encabezado de las tablas emplea Times New Roman como fuente, tamaño 10, está en negrilla y como atributos de párrafo el interlineado sencillo, 6 puntos anteriores y 6 puntos posteriores. Si la Tabla ha sido construida en base a información secundaria obtenida de terceros, debe registrarse una cita bibliográfica debajo: Fuente: [Cita bibliográfica], con el mismo formato establecido para el encabezado: Times New Roman, tamaño 10, Interlineado sencillo, 6 puntos anteriores y 6 puntos posteriores. Es recomendable aumentar la legibilidad de las tablas con filas sombreadas intercaladamente. Para esto se debe usar el tono de gris más tenue posible, como el de la presente tabla. Para asegurar la generación de la Lista de Tablas, el título de cada una debe ser registrado: En el menú Referencias, Insertar título, Seleccionar rótulo de tabla y Aceptar. MS Word asigna automáticamente el número que corresponde y lo actualiza en caso de cambios. Verificar que el Estilo Epígrafe, que almacena el formato del encabezado de las tablas, cumpla lo arriba establecido. La alineación del texto en las tablas es a la izquierda. La de los números, a la derecha. La alineación ajustada a ambos márgenes no es conveniente. No utilizar viñetas ni numeración en tablas de dos columnas o más. Las tablas tomadas de terceros deben ser reconstruidas, para evitar el aspecto de objetos cortados y pegados.

Figuras Las figuras contienen información gráfica, además de alfanumérica. También deben estar referenciadas en el texto y ser dotadas de un número correlativo y un título, al pie de la Figura. Si la figura ha sido construida con información de terceros, debe contar con la correspondiente cita bibliográfica, en el mismo formato que el especificado para las Tablas. El pie de la figura y, si es necesario, la cita bibliográfica, se construyen en el mismo formato que el encabezado y la cita de las Tablas. Para asegurar la generación de la Lista de Figuras, el título de cada una debe ser registrado: En el menú Referencias, Insertar Título, Seleccionar Rótulo Ilustración y Aceptar. MS Word asigna automáticamente el número que corresponde y lo actualiza en caso de cambios.

Citas y referencias bibliográficas Cada idea tomada de terceros en el documento, debe estar rigurosamente referenciada empleando una herramienta de gestión bibliográfica. Gestores bibliográficos avanzados son Zotero, Mendeley u otros. Por ser el más común, puede emplearse la herramienta “Citas” de MS Word de la siguiente manera: En computadoras PC: En el menú Referencias, seleccionar primero ISO 690- Primer elemento y Fecha o ISO 690 – Referencia numérica. Luego, con el cursor en el punto donde debe introducirse la cita, seleccionar Insertar cita, Agregar nueva fuente, Seleccionar Tipo de fuente Bibliográfica, llenar la información exigida por la norma ISO 690 y Aceptar El botón Administrar fuentes, del menú Referencias, Citas y Bibliografía, permite usar referencias ya disponibles o realizar modificaciones citada, En computadoras Apple: Ícono de Herramientas (si no lo tiene, hacer clic en Ver ¿ Barras de herramientas ¿ Estándar) ¿ Citas ¿ Seleccionar Estilo de cita: APA ¿ Ícono de + si es primera vez que se emplea la cita ¿ Elegir tipo de fuente bibliográfica ¿ Llenar como mínimo los datos marcados con asterisco ¿ Aceptar. Para usar referencias ya registradas: Ícono de Herramientas ¿ Citas ¿ Elegir la fuente bibliográfica ¿ Aceptar. Cita directa o textual Las citas textuales en párrafos se escriben dentro del texto entre comillas y en cursiva, con márgenes izquierdo y derecho 1 cm mayores a los adoptados por el documento, 3.5 cm (izquierda) y 2.5 cm (derecha) en este caso, de tal manera que el texto citado no llega a ocupar el espacio que ocupa el texto normal

Notas a pie de página Notas, explicaciones o traducciones del autor, para precisar el texto Fuente: Times New Roman, 9 puntos Párrafo: Interlineado sencillo, 0 puntos anteriores y 0 puntos posteriores

Introducción

This is intro

Objetivos

please work

Estudio de Diagnóstico

4.1 Seguimiendo de la Pandemia

A causa del COVID-19, a nivel global se han registrado aproximadamente 34 millones de personas contagiadas y 1 millón de muertes confirmadas hasta la fecha 1 de Octubre del año 2020, cuyo desenlace causa pánico y desorden público a través del mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al COVID-19 como una emergencia de salud internacional, dando recomendaciones para prevenir y controlar el contagio de la misma. En Bolivia se tiene registrados 135,311 enfermos, de los cuales 7.965 han fallecido y 31.817 casos activos restantes, además de 95.529 pacientes dados de alta, dando al COVID-19 un ratio de mortalidad de 5,89% en Bolivia. Eventualmente se tomaron medidas de prevención, las cuales son fuertemente criticadas independientemente de la calidad de resultados, siendo la principal la declaración de una cuarentena que ha impactado servicios de transporte, comercio, entretenimiento, educativo y muchos más; por lo cual se han estado viendo sofocadas las posibilidades de salir libremente y realizar actividades que solían ser consideradas como cotidianas.

Esta cuarentena implicó que las ciudades del mundo impongan nuevas leyes de confinamiento, implementando advertencias, multas y cárcel para quienes incumplan las mismas, así mismo, se cancelaron eventos festivos, se cerraron escuelas y pospusieron clases, incluso negocios que no eran considerados necesarios para la primera necesidad de la población tuvieron que cerrar temporalmente durante largo tiempo hasta que las personas adoptaron costumbres de higiene personal. El deporte ha sufrido especialmente debido a la influencia del COVID-19 como nunca antes ha acontecido, por ello las personas, especialmente los deportistas precisan de mantener sus rutinas diarias de ejercicio físico y las empresas deben planear nuevos modelos de negocio en orden de ajustarse a los cambios.

Se recomienda hacer ejercicio durante al menos 30 minutos cada día o al menos 20 minutos de exigencia vigorosa. En cuanto a niños, ancianos o enfermos crónicos, consultar con un medico es recomendado. Mantenerse en casa es efectivo para evitar la expansión de esta enfermedad, pero mantener la actividad física es un punto importante.

El ejercicio en casa puede realizarse de demasiadas formas y muy variadas, basta con buscar un ambiente que respete las medidas de prevención para el COVID-19 y sea un espacio mínimamente grande para moverse cómodamente con los brazos y piernas extendidos, aunque no sean de las mejores practicas, es incluso suficiente un metro cuadrado para entrenar en distintos deportes o disciplinas. Se pueden exhibir múltiples ejemplos de ejercicio, por lo que es casi imposible tener una excusa, la población que no puede darse el lujo de ejercitarse, esta en una situación deplorable económicamente, carece del tiempo debido a un exceso insano de trabajo, problemas de salud u otros. Se pueden realizar entrenamientos desde flexiones, sentadillas, abdominales, trotar en el mismo lugar y hacer juego de pies, así mismo se puede practicar Yoga, Tai Ji Quan, Karate, Tae Kwon Do y diversas artes marciales que poseen técnicas y practicas tanto en ambientes grandes como pequeños y puede ser practicado en relativamente cualquier momento, solo con la presencia de voluntad y un tiempo bien administrado. Existen innumerables vídeos y guías de ejercicio para realizar en Internet y televisión e incluso juegos o aplicaciones para poder ejercitarse lo necesario o ir más allá.

Esto no significa que el deporte o el ejercicio deba ser obligatoriamente limitado o que se deben restringir si no se cumple con estas restricciones, sino que esta es una medida más en contra de la expansión del COVID-19 hasta que exista una vacuna o resistencia efectiva ante ella [1].

La tutoría de entrenadores a deportistas siempre ha sido a partir de ordenes y tutoriales cuya base teórica es el enfoque cognitivo (aprender procesando la información a partir de lo que vemos y adquirimos de esa experiencia). Esto significa que la experiencia personal y el entrenamiento previo o visualización de resultados de los entrenadores se verá reflejado en su metodología de enseñanza, señalizando principalmente ordenes de ejecución de movimiento, entrenamiento mental (cuyo objetivo es desarrollar la autoestima y pensamiento/visualización positiva) y la retroalimentación para corregir errores y perfeccionar la técnica[5].

4.2 Investigación Sobre el Karate

Entre las múltiples disciplinas y deportes que existen, se planifica trabajar con el arte marcial del Karate Shotokan, debido a varias razones que se explicarán a continuación, entre ellas su larga historia, su fundamento filosófico, la practica de posiciones y técnicas y finalmente, es vastamente practicado alrededor del mundo.[3].

El Karate-Do es un arte marcial japónes que usa patadas, puñetazos, rodillazos, golpes de codo, mano abierta, rodilla, etc. En si toda parte del cuerpo esta indirecta o directamente relacionada a su práctica. Se ramifica en tres tipos de práctica, ya que esta tiene diferentes fines según se practica:

- Arte: Unicamente la práctica tradicional que se enseña en escuelas antiguas, con el fin de vivir el día a día con su filosofía y acondicionamiento físico, para vivir una vida equilibrada.
- Defensa personal: Desarrollar técnicas y potenciar el desarrollo personal, se busca una preparación mental y física para ser agredido y responder en cualquier momento.
- Deporte de combate: Se desarrolla un criterio de karate trabajado en reglas y capacidades para evitar agredir directamente, se busca demostrar la perfección de las habilidades en público y ganar reconocimiento, actualmente la mayor parte de las escuelas en Cochabamba son parte de la organización departamental de Karate perteneciente a la World Karate Federation (WKF).

Este arte marcial marca una distinción entre la práctica como técnica y el desarrollo interior del practicante, por ello se divide en dos:

- Do, que es interpretado como búsqueda espiritual, que indica que señala la búsqueda de la perfección individual como persona.
- Jutsu que significa técnica, la repetición continua de las mismas hasta llegar a la perfección en su ejecución.

El Karate-Do va más allá del conocido acondicionamiento físico, desarrollo técnico y táctico. Busca un equilibrio de cuerpo y mente, desarrollando ambos al mismo tiempo, creciendo tanto como persona como ciudadano ejemplar. Para lograr este objetivo se imparten principios y objetivos, entre ellos la humildad, coraje, honor, lealtad, imparcialidad y mas. Estos valores son transmitidos en todos los dojos a sus practicantes mediante un credo inculcado y explicado lentamente a lo largo del aprendizaje práctico del arte marcial. Desde un punto de vista externo, muchos de estos valores y aprendizajes son solicitados por empresas que buscan personal responsable para las empresas.

El Karate Shotokan es originario de Okinawa, creado por Gishi Funakoshi en el siglo XIX, el "padre del Karate moderno" o Karate-Do, así como otros estilos de artes marciales, esta influenciado por disciplinas de países como Tailandia, Filipinas e Indonesia. En el año 1891 la prohibición de las artes marciales en Japón fue abolida, Funakoshi consolido una escuela con muchos estudiantes a finales del año 1910 , 20 años después, tras mucho esfuerzo, Funakoshi dirigía una docena de dojos universitarios. En 1947 tras la prohibición de artes marciales de la segunda guerra mundial, la Japan Karate Association (JKA) nombre a Funakoshi como el jefe instructor de la organización, dando lugar al Karate Shotokan como el más practicado en Japón, dirigiéndolo hasta el día de su muerte el 26 de abril de 1957 [2].



Figure 4.1: Primer Campeonato de la JKA en 1957

Funakoshi, estudiaba la filosofía del Confucionismo, influyendo vigorosamente en la filosofía del Karate Shotokan. Una curiosidad es el significativo nombre del estilo Shotokan, dividido entre "Shoto" o más bien "Pino que se balancea" y "kan" que es escuela, casa o salón, Shoto era también el seudónimo que usaba el maestro Funakoshi para firmar su poesía, este nombre viene de la paz que le traía a Funakoshi el pasear por el bosque, afirmando ser parte de su rutina que le traía paz espiritual.

El Karate Shotokan es un estilo del Karate-Do, que esta caracterizado por ser súbito y explosivo, evitando la oportunidad de bloquear o contraatacar, sin embargo, para culminar este resultado es necesario sentar las bases de estas técnicas y posiciones para poder ejecutarlas con velocidad. Previo a practicar con velocidad y fuerza esta técnica, se necesita practicarla lentamente para entender el posicionamiento del cuerpo.

La práctica seria de este arte marcial emplea la metodología de enseñanza del método "Kaizen" o mejora continua, que involucra una capacidad de repetir miles de veces cada técnica y posición que existe en la búsqueda de perfeccionarla, siendo una meta inalcanzable, ya que al rozarla, uno entiende lo lejos que se encuentra. En el proceso de entrenamiento se denotan dos particularidades, la velocidad en que se realizan los movimientos y las pausas que hay entre las técnicas.

Esto es especialmente notable en los niños, en su mayoría pierden el interés tras la introducción del método Kaizen a ellos, la continua repetición de cada técnica es insoportablemente aburrido, sin mencionar el rigor del entrenamiento, las expectativas van subiendo cada vez que mejoran, por lo que pueden aplastar a los practicantes [4].

El Karate Shotokan tuvo múltiples oportunidad de crear un reglamento solido por parte de los universitarios que pertenecían a clubes universitarios, para que en 1957, año en que fallece Funakoshi, se celebros la primera Competición Nacional Universitaria de Karate de Japón 4.1.

El año 1964 se crea oficialmente la Federación Japonesa de Karate-Do (JFK), una organización que une a diferentes estilos de Karate. El año de 1970 se crea en Japón la Federación Internacional de Karate (WKF) para unificar las Federaciones continentales, sus escuelas y competidores bajo un solo reglamento que es actualizado cada año desde entonces bajo el concepto del Karate, solo cambiando para mejorar continuamente. Posteriormente en el año 1990 se funda la Federación Mundial de Karate (WKF) bajo las mismas siglas, con 173 federaciones participantes y cuyo objetivo es que el Karate Deportivo sea reconocido como un deporte olímpico. Esta meta suponía iba a ser lograda el año 2020 en las Olimpiadas de Tokyo, cuyo debut fue irrumpido por la pandemia provocada por el COVID-19. En Bolivia, este arte marcial fue introducido en Bolivia por Freddy Escobar el año 19XX[3].

En Bolivia, los actuales representantes de la practica como el Shihan Freddy Escobar, el Sensei Inti Escobar, Fernando Sugiura, Eddy Beltrán y más maestros sobresalientes colaboran para expandir su conocimiento a través de escuelas de Karate solo en Cochabamba.



(a) Clases Virtuales

(b) Clases de Karate Con Medidas Para la Pandemia

Figure 4.2: Karate Clases con Medidas de Bio-Seguridad

4.2.1 Karate en Tiempos de Pandemia

El Karate Shotokan emplea el cuerpo como un arma, cada parte del cuerpo se convierte en una, pero para dominar una técnica, se requiere de una técnica de respiración que permite proporcionar mayor fuerza, sin embargo, esta técnica es diferente a respirar, ya que se tiene que hacer violenta y profundamente, como si uno se encontrara trotando por largo tiempo, se tiene que utilizar constantemente para cada técnica que se usa en el Karate, desde el cambio de posición, golpear o simplemente respirar mientras se esta practicándolo, siendo este un factor de alto riesgo de contagio de COVID-19.

Los gimnasios de artes marciales son también afectados por la pandemia, por lo que cerrar fue su única alternativa hasta que las personas se ajusten a la nueva normalidad, en Cochabamba, "Bueno, la seguridad de los niños va primero, así que los mandamos a quedarse en casa, pero ahora en mes de octubre vamos a abrir una vez más con el nuevo reglamento de bio-seguridad e higiene para poder entrenar nuevamente" 4.2b, dice Inti Escobar, Maestro de la Academia Bushido Kai Desde Marzo, rápidamente Inti Escobar ha impartido clases online en la plataforma de Zoom para sus estudiantes 4.2a y así no perder el ritmo, pues es un entrenador de niños y adolescentes de Karate Deportivo, .

2.- Esta propuesta nace del Sensei Inti Escobar, que dirige el Dojo Bushido Kai de Cochabamba, consiste en Recreación de un torneo de Karate no viable, por que 3.- Respuesta sencilla es sí, pero es mucho más complicado que eso, después de investigar un poco, se plantea el uso de controles con sensor de movimiento, sin embargo, la disponibilidad y los precios dificulta su alcance, ademas que pueden no soportar los movimientos bruscos. 4si .- Debido a esto se plantea el uso de cámaras o Kinect, sin embargo, kinect es un equipo caro que no tuvo grandes éxitos, por lo que es normal que nadie vaya a usarlo, así que se plantea el uso de cámaras normales 5.- Esto es importante ya que karate tradicional guardado en tecnología es necesario para conservar la cultura y expandir sus horizontes y posibilidades

Marco Teórico

5.1 Antecedentes

Una de las dificultades más grandes a las que se enfrentará el proyecto y que será explicado en XXXXXX (Estudio de alternativas) es el análisis de datos en tiempo real que requiere la lectura de movimiento, ya que el Karate Shotokan

Descripción estructurada de las bases teóricas, leyes, normas, estándares, alternativas de solución, mejores prácticas, supuestos y otras reglas, adoptados para la realización del proyecto

5-10 paginas

Estudio de alternativas

Determinación de las especificaciones a cumplir Identificación de alternativas comerciales de sistemas, equipos o piezas Definición de criterios de evaluación Selección de las alternativas óptimas 10-20

Alternativas que podemos usar o se refiere a alternativas que existen aparte de nuestra idea

Buenos días Inge, estaba empezando a redactar el estudio de alternativas y tenía una duda respecto a la interpretación del estudio, si es en realidad: Alternativas que existen en el mercado y por que deberían escoger nuestra solución y que son diferentes de los demás o las herramientas que podríamos haber utilizado y por que escogimos las que utilizamos.

Metodología

Diseño del Proyecto

Elaboración de planos y especificaciones constructivas para artefacto/sistema comercial Elaboración de manual descriptivo Elaboración de guía del usuario
20-40 pag

Plan de Actividades

Evaluación Financiera Comparada

La evaluación financiera comparada contiene, normalmente: Inversiones Requeridas Gastos de Funcionamiento
Relación Beneficio/Costo comparada con la de un artefacto/sistema equivalente, disponible en el mercado
Análisis de Sensibilidad

Comparación de la relación Beneficio/Costo del artefacto/sistema propuesto con respecto a una alternativa comercial y análisis de sensibilidad

3-5 pag

Conclusiones

Presentación de las principales conclusiones de la propuesta (y su implementación parcial o total) Relación de los objetivos propuestos y los objetivos alcanzados 1-3 pags

Bibliography

- [1] N. George H. Peter A. Barbara L. Fuzhong Chen P., L. Mao. Coronavirus disease (covid-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of sport and health science*, 9(2):103–104, February 2020.
- [2] Juan María García Díez. Karate-do: mi camino. autobiografía. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 3(3):96, 2012.
- [3] Inti Escobar. Entrevista privada: Por que escoger karate como deporte. Not Published, October 2020.
- [4] John O’Neil and Carol Tell. Why students lose when” tougher standards” win: A conversation with alfie kohn. *Educational Leadership*, 57:18–23, 1999.
- [5] Gaetano Raiola, Pio Alfredo Di Tore, et al. Motor learning in sports science: Different theoretical frameworks for different teaching methods. *Sport Science*, 10(S1):50–56, 2017.

Recomendaciones

Indicación de recomendaciones con relación a las futuras etapas de la implementación de la propuesta o de la consideración de nuevas propuestas

1-2 pags

Anexos

para la bibliografía

Relación numerada o alfabética (Nombre, Año) de las referencias bibliográficas de todos los aportes tomados de terceros y citados en el texto del proyecto 2 o mas paginas

Presentación estructurada de la información imprescindible de respaldo, que se retira del texto principal sólo para facilitar la lectura ágil del documento.

variable