

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i5.1366>

Programa de ejercicios para desarrollar la atención a través del judo en estudiantes de primaria

Exercise program to develop attention through judo in primary school students

Eba María Chala Quilumba

evachala10@yahoo.es

<https://orcid.org/0009-0008-4313-9017>

Universidad Técnica de Manabí – UTM

Manabí – Ecuador

Erick Andrés Caballero Chávez

erick.caballero@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-2677-4632>

Universidad Técnica de Manabí – UTM

Manabí – Ecuador

Carlos Humberto Chancay Cedeño

carlos.chancay@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-9505-2791>

Universidad Técnica de Manabí – UTM

Manabí – Ecuador

Artículo recibido: 03 de noviembre de 2023. Aceptado para publicación: 21 de noviembre de 2023.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

El judo, al fortalecer la atención y la concentración en distintas etapas de la vida, se presenta como una valiosa herramienta pedagógica en las clases de Educación Física de diversas instituciones educativas, con el propósito de fomentar el crecimiento individual e integral de los estudiantes. Este estudio tuvo como objetivo evaluar la eficacia de un programa diseñado para mejorar la atención a través de la práctica del judo en estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Enrique Parrales". La investigación adoptó un enfoque mixto con un diseño cuasi experimental, utilizando una muestra intencional de 39 estudiantes de séptimo año de educación general básica. Se emplearon el test estandarizado de atención d2 y una guía de observación, tanto antes como después de la implementación del programa. Los resultados evidenciaron un aumento en distintos aspectos de la atención, como la atención focalizada, la velocidad de procesamiento, la precisión del procesamiento y la concentración, después de la finalización del programa de entrenamiento, lo que respalda su efectividad.

Palabras clave: judo, atención, test d2

Abstract

Judo, by strengthening attention and concentration at different stages of life, serves as a valuable pedagogical tool in Physical Education classes across various educational institutions, aiming to foster individual and holistic student development. This study aimed to evaluate the effectiveness of

a program designed to enhance attention through the practice of judo in seventh-grade students at the "Carlos Enrique Parrales" Public Educational Unit. The research adopted a mixed-method approach with a quasi-experimental design, using an intentional sample of 39 seventh-grade students in general basic education. The standardized d2 attention test and an observation guide were used, both before and after the program implementation. The results demonstrated an increase in different aspects of attention, such as focused attention, processing speed, processing accuracy, and concentration, following the completion of the training program, providing favorable evidence of its effectiveness.

Keywords: judo, attention, d2 test

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Chala Quilumba, E. M., Caballero Chávez, E. A. & Chancay Cedeño, C. H. (2023). Programa de ejercicios para desarrollar la atención a través del judo en estudiantes de primaria. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4 (5), 925 – 937.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i5.1366>

INTRODUCCIÓN

Los deportes dentro de la Educación Física han sido planteados a través del tiempo para mejorar el desarrollo físico integral de los estudiantes. El judo puede brindar grandes beneficios para el desarrollo y mejora de la atención y la concentración de los estudiantes dentro y fuera del aula de clases, inclusive, en asignaturas diferentes a la Educación Física (Trusz, R. y Dell'Aglio, 2010; Cerezuela-Ruiz, 2019).

El Judo es una disciplina deportiva considerada un arte marcial y un estilo de combate que puede ser enseñado en las instituciones educativas, sin embargo, en varios países del mundo, específicamente en América Latina, las instituciones educativas consideran que el judo, al ser un deporte de contacto, se ve agresivo y violento, por esta razón la mayoría de los docentes de Educación Física no tienen en cuenta este deporte a la hora de realizar una programación didáctica (Gómez et al., 2022).

El Currículo de Educación Física en el Ecuador tiene 2 bloques curriculares orientado a la actividad física (prácticas deportivas, y relación entre prácticas corporales y salud) que justifican la práctica de deportes de contacto, sin embargo, la falta de conocimiento teórico-práctico de los profesores imposibilita que los estudiantes accedan a las ventajas que el judo, como deporte de combate, proporciona al desarrollo integral de los estudiantes, entre ellas, que ayuda al desarrollo de los objetivos educativos específicos del área, favorece la educación en valores, contribuye en el desarrollo y dominio de destrezas específicas de aprendizaje motriz, mejora diferentes procesos morfo-fisiológicos, cognitivos y de interacción social.

En la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Enrique Parrales" de la ciudad de Portoviejo, Provincia de Manabí, como en muchas instituciones, no existe un programa metodológico que se dirija a la enseñanza-aprendizaje de las técnicas básicas del Judo en los estudiantes, lo que conlleva a su vez a la no utilización de las potencialidades que brinda el judo como deporte para la educación completa, además, la escasa práctica de esta disciplina con carácter sostenible, evita que se promueva el desarrollo físico integral en quien lo practica.

Múltiples investigaciones han encontrado evidencias de los beneficios de la práctica del judo para fortalecer el área socioemocional y corregir comportamientos inadecuados en alumnos de educación primaria (Aldaz et al., 2018; Camargo, 2020; Cayrols y Victoriano, 2012; Da Silva y Delgado, 2012). Específicamente en el área socioemocional, Lles y García (2021), plantean que el judo es una herramienta didáctica bastante importante, sobre todo al momento de generar inclusión educativa entre estudiantes en estado de vulnerabilidad y estudiantes que no se encuentran en este estado, favoreciendo en ellos el desarrollo de diversas habilidades socioemocionales como la empatía, la solidaridad, el respeto, el autocontrol, y la colectividad.

Por otra parte, Villalobos et al. (2020), realizó una investigación sobre el desarrollo socioeducativo y conductual en niños con TDAH en etapa de la infancia y constató que la práctica constante del judo en la escuela ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades de conciliación de problemas en diferentes contextos, creando en ellos la posibilidad de modificar positivamente su conducta.

Continuando con el desarrollo socioemocional en los estudiantes, Camargo (2020), llevó a efecto una investigación sobre la práctica del Judo para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en niños de 7 y 8 años de edad constatando que favoreció así el control de la agresividad, la impulsividad, la ansiedad y la depresión en la muestra estudiada.

Años más tarde, Gil (2023), señala la necesidad de crear un puente de unión entre la educación y el deporte, que en muchos países está separado, creando así un ambiente de masificación

deportiva desde edades tempranas en el entorno educativo, además, aclara la importancia de utilizar juegos específicos del judo como estrategia de enseñanza para favorecer la asimilación técnica del mismo, evitando que los estudiantes se aburran, o encuentren muy complicada la ejecución técnica del deporte.

En cuanto al desarrollo de capacidades cognitivas, el judo ayuda en gran medida al fortalecimiento de la memoria, la concentración, la atención, la toma de decisiones, el juicio, entre otras, es así que, en la Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil, Álava (2021), en su investigación titulada “El judo en la atención de niños de 8 a 9 años con conductas disruptivas”, explica como el judo mejora notablemente la atención en los niños y, a la par de esto, el control de conductas disruptivas dentro y fuera del ámbito educativo.

El investigador Resett (2021), establece que la atención es un factor neuropsicológico, y depende del ambiente de aprendizaje que permita estimular la sinapsis cerebral adecuada en los estudiantes, de esta manera, evidenció que las asignaturas con mayor déficit de atención de los estudiantes son aquellas en donde casi no se percibe movimientos corporales, mientras que, en el caso de asignaturas donde hay mayor nivel de motricidad corporal, también hay mayor nivel de atención y aprendizaje.

En la actualidad, el alumnado está expuesto a múltiples distractores, fundamentalmente a contenidos visuales, redes sociales y juegos a través de internet, que potencialmente pueden tener un impacto negativo en el desarrollo escolar y en el comportamiento en la escuela de niños, niñas y adolescentes (Organización de Naciones Unidas [UNESCO], 2020; Cifuentes y Zambrano, 2021; Garavito-Sanabria et al., 2022). La escuela, desde el enfoque tradicional, tiene que fortalecer sus mecanismos para constituir una experiencia motivadora y ello se logra al integrar las mejores prácticas que tengan efectos positivos sobre el aprendizaje de los niños y niñas.

Alcanzar un buen nivel de motivación depende, en parte, de la capacidad para captar la atención del infante. De esta forma, entrenar a los estudiantes para que puedan mantenerse atentos de forma efectiva, tiene un impacto directo en la calidad de su rendimiento y de su éxito escolar a mediano y largo plazo.

Según lo anterior, en el estudio se planteó como objetivo de investigación evaluar la efectividad de un programa para el desarrollo de la atención a través de la práctica deportiva del judo en estudiantes de 7mo año básico de la Unidad Educativa Fiscal “Carlos Enrique Parrales”.

METODOLOGÍA

Se desarrolló una investigación mixta siguiendo un diseño cuasi-experimental (Hernández-Sampieri et al., 2016). Cuya fase cuantitativa se centró en la aplicación de un programa de enseñanza de judo. Mientras que la fase cualitativa, consistió en la aplicación de una prueba de atención estandarizada y una guía de observación.

Población y muestra

La población total de la investigación fue de 320 estudiantes de la Unidad Educativa Fiscal “Carlos Enrique Parrales”, los cuales pertenecen a los subniveles educativos de la educación general básica preparatoria, elemental y media. La muestra del estudio estuvo integrada por 39 estudiantes de séptimo año de educación básica media, distribuidos en 22 varones y 17 mujeres. Se utilizó un muestreo no probabilístico, debido a que se escogió intencionalmente. Como criterio de inclusión se tomó al curso que mostró los resultados más bajos en la prueba de atención, siendo los cursos participantes (5to, 6to, 7mo).

Instrumentos

Test d2. Este test fue elaborado por Brickenkamp (1962), con el objetivo de evaluar la atención focalizada, velocidad de procesamiento, precisión del procesamiento, concentración y cantidad de trabajo. Esta prueba puede aplicarse de manera individual y colectiva a niños, adolescentes y adultos entre los 8 – 60 años, es ampliamente empleada en el campo de la medicina, la psicología, la educación y el deporte.

La prueba consta de estímulos, distribuidos en 14 líneas con 47 estímulos cada una de ellas. El sujeto debe revisar atentamente, de izquierda a derecha, cada línea y tachar todas las letras “d” con dos rayitas que encuentre, independientemente de su ubicación. El sujeto dispone de 20 segundos para completar cada línea.

Para su calificación deben obtenerse las puntuaciones TR (total de respuestas), TA (total de aciertos), O (omisiones), C (comisiones), TOT (efectividad total en la prueba), CON (índice de concentración), VAR (índice de variación o diferencia), además de TR+ y TR- (líneas con mayor y menor número de elementos intentados), los que se transformaron en puntuaciones centiles de acuerdo con la baremación por la edad de la muestra y se elaboraron perfiles individuales para cada participante.

Observación. Se llevó a cabo con el objetivo de controlar los estímulos o ejercicios aplicados y la respuesta de los estudiantes al mismo. Esto permitió llevar un registro sistemático de resultados desde el inicio de la intervención y después de finalizada esta, lo que incluyó la calidad del desempeño, el nivel manifiesto de atención y su rendimiento en las actividades deportivas.

Programa de aprendizaje del Judo

La elaboración del programa para el desarrollo de la atención a través de la práctica deportiva del judo, se basó en los antecedentes teóricos y metodológicos identificados en la literatura especializada sobre el tema, donde se destacan los fundamentos generales aportados por Matvieev (2001) con su teoría del entrenamiento deportivo., Grosser (1988) con su investigación sobre los principios generales del entrenamiento deportivo, Verhoshansky (2002) con su teoría y metodología del entrenamiento deportivo, Weineck (2005) con su libro titulado “Entrenamiento total” y Bompá y Buzzichelli (2017) sobre la periodización del entrenamiento deportivo. En base a estos antecedentes se establecieron los métodos más adecuados según las capacidades físicas y atencionales a desarrollar por medio del judo y así se estableció una planificación progresiva y adecuada para los estudiantes seleccionados en la muestra de estudio.

De acuerdo con lo anterior en el programa diseñado aplicó las siguientes normas generales

Comenzar con técnicas básicas y, a medida que los adolescentes las dominen, introducir técnicas más complejas que exijan mayor atención. Iniciar con técnicas básicas de agarre y progresar hacia combinaciones de movimientos.

Cambiar regularmente los ejercicios y técnicas practicadas para evitar la monotonía. Rotar semanalmente entre técnicas de proyección, inmovilización, estrangulación y luxación.

Usar ejercicios de pareja donde uno realiza una técnica y el otro da retroalimentación. (Después de realizar un Uchi Mata, la pareja indica qué aspectos se realizaron bien y cuáles necesitan mejorar)

Incrementar gradualmente el tiempo de randori (combate de práctica) o el número de repeticiones de una técnica. Comenzar con sesiones de randori de 2 minutos y aumentar a 5 minutos con el tiempo.

Seguir movimientos lentos y precisos del oponente. Uke (el que recibe la técnica) se mueve lentamente, mientras Tori (el que ejecuta la técnica) debe anticipar y reaccionar adecuadamente

Designar días específicos para la revisión y repetición de técnicas previamente aprendidas.

Incorporar ejercicios de meditación y visualización al comienzo o al final de las sesiones.

Esta propuesta tuvo una duración de 12 semanas, en las cuales se trabajó 3 días, con 48 horas de descanso entre cada sesión y un total de 36 clases o sesiones. Cada sesión de trabajo tuvo una parte inicial donde se ejecutó el calentamiento corporal, una parte central, donde se alcanzó a desarrollar el objetivo planteado por medio de ejercicios específicos del judo y una parte final, que consistió en la vuelta a la calma. Cada sesión, de manera acumulativa, tuvo el objetivo de fortalecer las capacidades físicas, mentales y socioemocionales de los participantes, en especial, las coordinativas, para lo cual se enseñaron diferentes técnicas de este deporte de forma planificada, las mismas fueron escogidas desde las más básicas y simples, hasta las de un nivel intermedio y más complejo, las que fueron enseñadas y corregidas durante la intervención.

A continuación, se detallan los contenidos del programa:

Tabla 1

Planificación de la sesión 1 de judo

Capacidad física	Precisión, eficacia, armonía					
Objetivo	Desarrollar la atención focalizada de los estudiantes por medio del judo					
Método	Discontinuo					
Duración	82 minutos					
Recursos	Cancha, colchonetas, cronómetro, silbato, conos, planificación					
Actividad	Ejercicios individuales y grupales de judo					
DÍA 1 DE CADA SEMANA (lunes)	Volumen	Intensidad	Series	Repeticiones	DENSIDAD	
					Micro pausa	Macro pausa
Calentamiento: formación de los estudiantes, respiración profunda, lubricación articular, aumento del ritmo cardiaco con trote continuo de 10 min., estiramientos	20 min.	Media	1	1		3'
Desplazamientos en diferentes direcciones	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Acrobacias (rodamientos y volteretas)	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Caídas (laterales y sobre la espalda)	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Arco asistido	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Juego recreativo (balonmano)	6 min.	Media	1	1		3'

Vuelta a la calma: trote regenerativo, estiramientos pasivos, respiración y despedida.	10'	Baja	1	1		
--	-----	------	---	---	--	--

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2

Planificación de la sesión 2 de judo

Capacidad física	Coordinación, reacción, fuerza y resistencia					
Objetivo	Desarrollar la concentración y la velocidad de procesamiento de los estudiantes por medio del judo					
Método	Discontinuo					
Duración	82 minutos					
Recursos	Cancha, colchonetas, cronómetro, silbato, conos, planificación					
Actividad	Ejercicios individuales y grupales de judo					
DÍA 2 DE CADA SEMANA (miércoles)	Volumen	Intensidad	Series	Repeticiones	Densidad	
					MICRO PAUSA	MACRO PAUSA
Calentamiento: formación de los estudiantes, respiración profunda, lubricación articular, aumento del ritmo cardiaco con trote continuo de 10 min., estiramientos	20 min.	Media	1	1		3'
Desplazamientos, acrobacias y caídas	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Agarres sin judogui	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Agarres con judogui	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Ouchi gari	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Juego recreativo (tocar sin que te toquen)	6 min.	Media	1	1		3'
Vuelta a la calma: trote regenerativo, estiramientos pasivos, respiración y despedida.	10'	Baja	1	1		

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3

Planificación de la sesión 3 de judo

Capacidad física	Equilibrio, fuerza rápida, velocidad de reacción					
Objetivo	Desarrollar la coordinación precisión del procesamiento de los estudiantes por medio del judo					
Método	Discontinuo					
Duración	82 minutos					
Recursos	Cancha, colchonetas, cronómetro, silbato, conos, planificación					
Actividad	Ejercicios individuales y grupales de judo					
DÍA 3 DE CADA SEMANA (viernes)	Volumen	Intensidad	Series	Repeticiones	Densidad	
					MICRO PAUSA	MACRO PAUSA
Calentamiento: formación de los estudiantes, respiración profunda, lubricación articular, aumento del ritmo cardiaco con trote continuo de 10 min., estiramientos	20 min.	Media	1	1		3'
Desplazamientos, acrobacias y caídas	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Agarres	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Ippon seoi nage	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Osoto gari	6 min.	Media	3	1 min.	1'	3'
Juego recreativo (la cadena)	6 min.	Media	1	1		3'
Vuelta a la calma: trote regenerativo, estiramientos pasivos, respiración y despedida.	10'	Baja	1	1		

Fuente: Elaboración propia.

Estas tablas de planificación se diseñaron respetando los procesos fisiológicos de trabajo y descanso antes, durante y después de la ejecución de estas, salvaguardando así la integridad de los participantes y evitando lesiones de cualquier tipo que pudieron haber impedido la ejecución correcta de los diferentes momentos de esta investigación.

Procedimientos

Inicialmente se aplicó a los sujetos de la muestra la prueba de atención d2 para el diagnóstico del nivel de atención (pre-test). Posteriormente se ejecutó el programa para el desarrollo de la atención a través de la práctica deportiva del judo. Durante este tiempo, que se extendió por 12 semanas, se realizó una observación a todo el grupo para registrar la respuesta gradual al programa implementado. Durante la observación se consideraron los siguientes aspectos:

- Atención a las instrucciones del entrenador.
- Concentración en la realización de los ejercicios.
- Disciplina en el tatami.

- Precisión en los movimientos .

Cambios de actividad

Finalmente, se aplicó la prueba de atención d2 (pos-test) para evaluar los posibles cambios en las dimensiones de la atención estudiadas.

Tratamiento de los Datos

Se elaboraron matrices de recolección de la información en el programa Excel de Microsoft. Para establecer comparaciones entre los datos obtenidos de las mediciones antes y después de la implementación se calcularon las medias aritméticas grupales de las puntuaciones.

Aspectos éticos

Para llevar a cabo esta investigación se obtuvo el permiso de los directivos de la Unidad Educativa para la aplicación del programa para el desarrollo de la atención mediante la práctica del judo tres días a la semana. Además, se les solicitó por escrito el consentimiento informado a los padres de familia de los estudiantes participantes.

RESULTADOS

Resultados de la comparación pretest y pos-test

Para poder contrastar los resultados obtenidos de la muestra escogida, se relacionaron los resultados iniciales y finales de los participantes, con los baremos de cada indicador que establece el autor del Test d2. Esta relación permitió conocer los cambios alcanzados mediante la propuesta empleada en cuanto a la atención focalizada, como muestra la tabla 4.

Tabla 4

Comparación pretest y posttest de las dimensiones de la atención

Dimensiones	Media aritmética de las puntuaciones del d2	
	Pretest	Posttest
Atención Focalizada	54,2500	61,0417
Velocidad de procesamiento	210,7083	284,3684
Precisión del procesamiento	85,5833	101,9167
Concentración	86,1667	91,2500
Cantidad de trabajo	196,8421	269,5789

Fuente: Elaboración propia.

Se comprueba que existe diferencia entre el pretest y el posttest, pues antes de la aplicación de la intervención, la media es de (54,25) y después de (61,04).

Durante la observación al grupo de infantes, se registró que, inicialmente, el 46.7% de los niños estudiados, presentaron dificultades de nivel moderado para focalizar su atención durante la ejecución de los ejercicios del programa, este porcentaje fue variando hasta terminar la observación en la última sesión del programa con el 57.9% de los alumnos sin evidencia de dificultades para enfocar la atención. Así mismo, se observó que la calidad y el desempeño en el deporte se incrementaron en esta misma medida durante la observación.

En relación con la velocidad de procesamiento, también se encontraron diferencias en las medias de las puntuaciones, (pretest: 210,7083 y pos test: 284,3684) como muestra la tabla 4.

De acuerdo con los resultados de la observación, se corroboró el incremento gradual de la velocidad de procesamiento en todos los niños y niñas incluidos en la muestra, cuestión que se apreció en la calidad y el desempeño durante la práctica de los ejercicios de judo al dar respuestas corporales en un menor tiempo.

Al comparar la precisión del procesamiento, también se encontraron diferencias entre las medias identificadas en el diagnóstico inicial (85,583) con respecto a la medición final (101,916), como aparece en la tabla 4.

En este caso, como parte de la mejoría gradual del nivel de atención, en la medida que se avanzó en la implementación del programa diseñado, también se observó que los niños y niñas pudieron incrementar la precisión de la ejecución de modo gradual, cuestión evidente por el número cada vez menor de correcciones durante la realización de los ejercicios.

La concentración de la atención es uno de los indicadores de mayor impacto en la cognición, dado que garantiza mantener un buen nivel de atención en una tarea, durante determinado tiempo. Como aparece en la tabla 4, aquí se obtuvieron diferencias de medias entre las mediciones antes (86,1667) y después de la intervención (91,2500).

En este aspecto, la observación permitió identificar inicialmente los estudiantes con mayores dificultades y con ellos, se puso énfasis en la práctica de los ejercicios del programa, mismo que gradualmente se observó en mejoría.

En cuanto a la cantidad de trabajo, el resultado alcanzado mostró diferencias entre la medición inicial (196,8421) con respecto a la medición final (269,5789). En la observación directa, se hizo evidente el incremento de la calidad del desempeño en la práctica del deporte, los alumnos, en general, manifestaron un nivel de atención en aumento y el rendimiento de todo el grupo se apreció en crecimiento paulatino.

Se puede destacar que el compromiso con el deporte, la motivación y el disfrute de los niños durante la implementación del programa también sufrió una transformación positiva durante el periodo que abarcó la investigación.

DISCUSIÓN

El estudio se planteó como objetivo de investigación evaluar la efectividad de un programa para el desarrollo de la atención a través de la práctica deportiva del judo en estudiantes de 7mo año básico de la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Enrique Parrales".

En el diagnóstico inicial, la muestra arrojó un 46.7% de niños con dificultades de nivel moderado para focalizar su atención durante la ejecución de los ejercicios del Programa, sin embargo, finalizado el programa, se apreció mejores resultados en la prueba pos test. Esta variabilidad pudiera atribuirse a cierta plasticidad propia de la edad. Al respecto, García (2008) señala que los estudios sobre el desarrollo de la atención a nivel selectivo han puesto de relieve que las variaciones de la atención son más lentas a lo largo de toda la infancia que en la edad adulta, si bien a los 11 años la mayoría de los niños son capaces de desplazar su foco de atención de un mensaje a otro casi con la misma rapidez que los adultos (García, 2008).

Se corroboró el incremento gradual de la velocidad de procesamiento en todos los niños y niñas incluidos en la muestra, alcanzando un valor elevado en la medición pos test, resultado que es

consistente con lo reportado por González et al. (2012) quienes señalan que a partir de la edad de 6 años y 3 meses se produce un incremento en la velocidad de procesamiento, en la cantidad de trabajo realizado y en la motivación y cierta estabilidad cuando se aproximan a los 11 años de edad.

También se observó que los niños y niñas pudieron incrementar de modo gradual la precisión de la ejecución en la prueba d2. Este resultado es consistente con lo encontrado por González et al. (2012) en su estudio sobre desarrollo evolutivo de la atención en educación primaria. De acuerdo con sus hallazgos, las curvas de crecimiento en las medidas de productividad y efectividad en la prueba d2 presentan un comportamiento ascendente desde los seis hasta los 11 años. En el caso de los de este estudio, el programa puede haber potenciado esta tendencia del desarrollo de la atención.

Considerando que no fue posible una selección aleatoria de los participantes en el estudio y que no se contó con un grupo de control, los hallazgos reportados en esta investigación deben interpretarse con cautela y deberán profundizarse en nuevos estudios con diseños metodológicos más potentes.

Sin embargo, el diseño del programa, su implementación desde una unidad educativa para la solución de un problema recurrente y progresivo como es el déficit de atención resulta valioso para la investigación y la práctica profesional psicopedagógica.

CONCLUSIÓN

Los datos empíricos constatados en cuanto al significativo incremento de la atención focalizada, la velocidad de procesamiento, la precisión del procesamiento y concentración luego de concluida la aplicación del programa de ejercicios para la práctica deportiva del judo aportan evidencias favorables sobre su efectividad para el desarrollo de la atención en estudiantes de 7mo año básico de la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Enrique Parrales".

REFERENCIAS

Álava Calle, D. A. (2021). El Judo en la atención de niños de 8 A 9 Años con conductas disruptivas. [Tesis de Maestría en Educación Mención Inclusión Educativa y Atención a la Diversidad]. Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil. Repositorio Institucional. <http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/4254>

Aldaz, A. S., Bajaña, R. R., & Carbo, V. S. (2018). "El judo como estrategia pedagógica en el desarrollo de las relaciones sociales de los estudiantes del Liceo Naval". *INNOVA Research Journal*, 3(10), 101-114. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6777233>

Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2017). Periodización del entrenamiento deportivo. Paidotribo. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ZVSRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=Bompa,+T.+O.,+%26+Buzzichelli,+C.+A.+\(2017\).+Periodizaci%C3%B3n+del+entrenamiento+deportivo&ots=CGI2iSzz7a&sig=GnxsPRa5zNzIXNx048WxxWfMyzQ](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ZVSRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=Bompa,+T.+O.,+%26+Buzzichelli,+C.+A.+(2017).+Periodizaci%C3%B3n+del+entrenamiento+deportivo&ots=CGI2iSzz7a&sig=GnxsPRa5zNzIXNx048WxxWfMyzQ)

Brickenkamp, R. (1962). Test d2: Aufmerksamkeits-Belastungs-Test. (1ª edición). Hogrefe Göttingen.

Camargo Oliver, M. A. (2020). Diseño de una estrategia pedagógica desde la práctica del Judo para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en niños de 7 y 8 años de edad en el Colegio del Sagrado Corazón de Puerto Colombia. [Tesis de Maestría en Educación]. Universidad Sergio Arboleda, Repositorio Institucional. <http://repository.usergioarboleda.edu.co/handle/11232/1897>

Cayrols, G. F., & Victoriano, M. R. (2012). Práctica deportiva, convivencia intercultural y ciudadanía: Integración socio-educativa a través del Judo. *Anduli: revista andaluza de ciencias sociales*, (11), 87-100. <https://revistascientificas.us.es/index.php/anduli/article/view/3656>

Cerezuela-Ruiz, J. (2019). ¿Cómo influye la práctica del deporte de artes marciales en el rendimiento y desarrollo integral de los niños en la etapa de educación primaria? En M. J Lirola-Manzano, M. Asensio Pastor, J. Domínguez Oller, A. García Roca, T. García Gómez, M. López Martínez, E. Prados Megías, C. Roith (Eds.), *En el camino de la investigación educativa* (p. 15-24). Universidad de Almería.

Cifuentes Peña, D. Zambrano León, K. (2021). Análisis Sistemático de la Literatura sobre las influencias de las plataformas digitales en niños y adolescentes en América Latina. *Revista de Tecnología en Diseño, Artes Fílmicas y Comunicación visual*. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/74f9c58e-144b-4f4f-83ea-7755aa43c7ae/content>

Da Silva Batista, M. A., & Delgado, S. C. (2012). La práctica del judo como una modulación del autoconcepto, la autoestima y el rendimiento escolar de los estudiantes de primer ciclo de educación primaria. *Revista Ensayos Pedagógicos*, 7(1), 209-229. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/ensayospedagogicos/article/view/6027>

García, J. (2008). *Psicología de la atención*. Madrid: Síntesis.

Garavito-Sanabria, P., Guerrero-Bautista, P., Beltrán-Pérez, R., González-Quintero, D. & González-Clavijo, A. (2022). Efectos deletéreos en el desarrollo de los niños a causa de la exposición temprana a pantallas: revisión de la literatura. *Medicas UIS*, 35(3), 105-115. <https://doi.org/10.18273/revmed.v35n3-2022011>

Gil Sesma, I. (2023). El judo infantil mediante el juego. Propuesta de intervención en las aulas de Educación Infantil. [Tesis de grado en Educación Infantil]. Universidad de Valladolid. Repositorio Institucional. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/58929>

Gómez, L. M., Vega, J. E. C., & Rodríguez, D. Q. (2022). Programa para el desarrollo de la resistencia especial del judoca. *Acción*, 18. <http://200.14.49.137/index.php/accion/article/view/222>

González, J. E. J., Expósito, S. H., Miranda, E. G., Megolla, A. D., Rodríguez, C. R., & Martín, R. (2012). Test de atención D2: Datos normativos y desarrollo evolutivo de la atención en educación primaria. *European journal of education and psychology*, 5(1), 93-106. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3971481>

Grosser, M (1988). Principios del entrenamiento deportivo. Martínez Roca.

Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2016). Metodología de la investigación SAMPIERI. (6ta Edición). McGraw Hill education.

Matviev, L. (2001). Teoría general del entrenamiento deportivo. Paidrotibo

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO].(2020). El impacto de las TIC en niñas, niños y adolescentes. <https://www.unesco.org/es/articles/el-impacto-de-las-tic-en-ninas-ninos-y-adolescentes>

Resett, S. (2021). Relación entre la atención y el rendimiento escolar en niños y adolescentes. *Revista Costarricense de Psicología*, 40(1), 3-22. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-29132021000100003

Trusz, R. y Dell'Aglio, D. (2010). La práctica del judo y el desarrollo moral de los niños. *Revista Brasileña de Psicología del Deporte*, 3(2), 117-135. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-91452010000200010&lng=pt&lng=

Verkhoshansky, Y.V. (2002). Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Barcelona. Paidotribo.

Villalobos Villa, C., Martínez Alvarado, I. Y., Sánchez Serna, N. D. C., Gómez Agudelo, S., & Cárdenas Fonseca, V. (2020). Aporte del judo al desarrollo socioeducativo y conductual en niños con TDAH en etapa de infancia, aplicado en el Club Kin-Dai de Cali. [Proyecto de práctica II – investigación aplicada]. Politécnico Grancolombiano. Repositorio Institucional. <https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/2014>

Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Paidotribo.