

República Bolivariana de Venezuela
Ministerio del Poder Popular para la Educación
Estado Bolivariano de Miranda
Unidad Educativa Privada Minerva “I”
6° Período

Krav Maga
(Sistema oficial israelí de defensa personal)



Tutora:

Génesis Vargas.

Autores:

George Abdul

Moisés López

Revuelta Daniel

31 de Octubre del 2018

Agradecimientos

Este agradecimiento va dirigido a varias personas en particular, en primer lugar a mis profesores de la U.E.P Minerva “I” por apoyarme y darme diferentes motivos para obtener mi título de bachiller. También agradezco a mis entrenadores del gimnasio David y Jaimi por darme todos los conocimientos relacionados con el arte del Krav Maga y la defensa personal, también agradezco a los alumnos del entrenamiento y los ayudantes ya que me han enseñado también diferentes técnicas y lecciones para la vida diaria.

George, Abdul.

Dedicatoria

Dedicamos esta tesis a la profesora Génesis Vargas y a toda persona que le guste.

Le dedico mi tesis a mis gatos -Moises Lopez

Índice

DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTOS	I
Introducción.....	1
Capítulo I: El problema	
1.1 Planteamiento del problema.....	2
1.2 Objetivos de la investigación.....	3
1.3 Delimitación.....	3
1.4 Limitaciones.....	4
Capítulo II: Marco Teórico	
2.1 Antecedentes de la investigación.....	5
2.2 Bases teóricas.....	5
Capítulo III: Marco Metodológico	
3.1 Nivel de la investigación.....	8
3.2 Diseño de la investigación.....	8
3.3 Población y muestra.....	9
3.4 Técnicas y procesamiento de recolección de datos.....	10
Capítulo IV: Análisis de resultados	
4.1 Análisis de entrevista.....	12
4.2 Análisis de encuesta.....	15
Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones.....	25

Bibliografía.....	26
Anexos.....	27

Introducción

El krav maga es un sistema combate cuerpo a cuerpo con distintos métodos de defensa contra una gran variedad de conflictos violentos. Que abarca agresiones sin armas, con armas blancas, contundentes y de fuego. También comprende técnicas de desarme y defensa contra portadores de armas de fuego de diversos tipos (cortas, largas, militares y civiles). Tuvo su origen en Israel por Imi Lichtenfeld que presto servicio militar y ayudo al pueblo israelí a defenderse al igual que otros países.

En esta tesis se dará a exponer los diversos aspectos del krav maga que van desde su historia hasta sus técnicas.

*Se abordará y describirá un problema desde distintos puntos con varios objetivos a realizar

*Se dará a conocer los orígenes y desarrollo del krav maga

*Se verá desde un nivel técnico la investigación a realizar y se estudiará la población y muestra

*Se realizará un análisis e interpretación de resultados

*Recomendaremos a futuros investigadores

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El Krav Maga es un sistema de combate creado y desarrollado para uso práctico en situaciones de riesgo reales. No tiene una vertiente deportiva o competitiva, su efectividad no puede ser apropiadamente comprobada en un tatami o en un cuadrilátero, sino únicamente en un combate en el que las partes no busquen competir, sino verdaderamente hacerse daño mediante cualquier recurso. No se trata de un deporte de combate ni de un arte marcial tradicional o moderno, y varias de sus técnicas podrían considerarse antideportivas, pero esto se debe a que la finalidad del sistema no es obtener la victoria en un combate, sino salir con vida de un enfrentamiento real, haciendo uso de cualquier medio disponible. También, por esa misma razón, no existe un único programa de enseñanza y evaluación del Krav Maga, aunque en algunas federaciones se utilice el tradicional sistema de grados con cinturones de colores, o (KVU - DAN) tomado del judo; para establecer los progresos del practicante.

En el portal web Marca.com, explican que el Krav Maga:

Se puede enseñar para cuatro tipos de necesidades: civil, cuyo objetivo es minimizar los daños y huir de la situación; policial, donde el objetivo es el mismo, pero sin huir, permaneciendo en el lugar hasta que desaparezca la amenaza; escolta, donde el objetivo es proteger y que salga indemne un tercero; y militar, cuyo objetivo final es matar (García, 2012, para. 3).

El siguiente trabajo de investigación tiene el objetivo de dar a conocer en qué consiste el Krav Maga, sus técnicas e historia evolutiva. Así como también se quiere explicar cómo este sistema ha estado presente en situaciones de la vida real de diferentes personas que lo practican, otro propósito es dar a conocer la experiencia de los maestros del Sistema Oficial

Israelí de Defensa Personal que dan clase en el gimnasio ubicado en La Castellana (Entre 1ra y 2da transversal, Avenida Mohedano, Caracas, Distrito Capital).

Formulación del problema:

- ¿El sistema de defensa personal es conocido por los habitantes de nuestro país Venezuela?
- ¿Cómo ha impactado el Krav Maga en la vida cotidiana de las personas que lo practican?
- ¿Existen beneficios físicos o psicológicos para aquellas personas que practican este sistema de defensa?

1.2 Objetivo de la investigación

1.2.1 Objetivo general

Dar a conocer el Krav Maga y las experiencias de personas que lo practican en Venezuela.

1.2.2 Objetivos específico

- Realizar una revisión bibliográfica de documentos relacionados con el Krav Maga.
- Determinar variables demográficas y psicográficas de la muestra seleccionada.
- Recopilar las experiencias de personas que practican esta técnica de combate.
-

1.3 Delimitación

- **Delimitación de población:** hombres y mujeres que tienen edades comprendidas entre los 10 años y 40+.
- **Delimitación de tiempo:** la siguiente investigación tendrá una duración de 4 meses,

- iniciando en octubre del 2018 y finalizándola en febrero del 2019.
- **Delimitación de espacio:** Entre 1ra y 2da transversal, Avenida Mohedano, Caracas, Distrito Capital
- **Delimitación de temática:** defensa personal, combate, disciplina, soportar

1.4 Limitaciones

El tiempo ha sido un factor que ha influido para poder realizar las actividades necesarias para llevar a cabo el trabajo, sin embargo, ello no quiere decir que no haya sido posible realizarlo, solo que las debilidades que el mismo presente se debe a tales aspectos. Las dificultades que tuvimos en el trabajo de investigación son las siguientes:

=Daniel y Abdul no pudieron reunirse en el mes de enero para asistir al entrenamiento por problemas de luz en el GYM.

= Daniel no pudo ir a realizar asistir a las reuniones por hepatitis B.

=A Moises Lopez fue robado en su casa la última semana de la tesis.

Capítulos II: Marco Teórico

2.1 Antecedentes de la investigación

No se encontró un documento de investigación lo suficientemente extenso para que existan los antecedentes del Krav maga

2.2 Bases teóricas

- Krav Maga

Se trata de un Sistema de Autoprotección o Defensa Personal cuya premisa es clara: “la mejor defensa es un buen ataque. No es un arte marcial, sino que se sirve de varios estilos de defensa. Actualmente, el Ejército y las Fuerzas Armadas de Israel, figuran como máximo exponente del Krav Maga, adoptándolo como sistema de combate cuerpo a cuerpo. (Martínez, N. 29 de mayo de 2017).

Fue desarrollado originalmente en Israel en los años 1940 por Imi Lichtenfeld quien tras llegar al Mandato Británico de Palestina antes de la creación del Estado de Israel, empezó a enseñar el combate mano a mano a la Haganá, el Ejército clandestino judío.

Poco antes de la Segunda Guerra Mundial surgió la necesidad para miles de judíos de defenderse frente ante los ataques antisemitas de los nazis. Imi Lichtenfeld fue campeón en lucha, gimnasia y boxeo, en Eslovaquia y se dio cuenta que ninguna de esas disciplinas era suficiente para resistir los ataques grupales. Fue así como nació su idea de mezclar diversas técnicas de artes marciales para crear una sola que fuera letal, práctica, veloz y sin reglas: Krav Magá. (Javier Colomer 05/06/11) (p35)

Pocos años después y frente a su gran utilidad, el Krav Magá se convirtió en el sistema de lucha de las fuerzas militares israelíes. En un principio su técnica se mantuvo exclusiva para las fuerzas armadas especiales, pero a partir de 1964 su enseñanza se permitió a todos los soldados israelíes, así como a la población civil en Israel. (Javier Colomer 05/06/11)

- Aspectos psicológicos del Krav Maga

Esta disciplina no está concebida para ser un deporte, sino como un arte de defensa personal mortal, su objetivo es el de conservar la vida.

Krav Magá significa combate cercano y tiene como filosofía acabar con el contrincante lo más rápido posible, atacar y golpear al mismo tiempo y una vez que has derribado al oponente acabar con él. (Javier Colomer 05/06/11) (54)

En casos no militares luego de derribar al contrincante se puede huir, correr también es una forma de salvar la vida cuando no se puede ganar al oponente o no se quiere hacerlo. Su filosofía incluye la autoconfianza suficiente para defender su vida con fiereza, no se trata de una exhibición, es sobre ganar o morir. (Javier Colomer 05/06/11)

Fortalecer la mente con disciplina en el entrenamiento, ser fuerte, inmune al dolor, olvidarse de éste, mantenerse siempre de pie, levantarse si se ha caído. En Krav Magá no hay opción a rendirse. (Martínez, N. 29 de mayo de 2017). (p112)

Se basa en el autorrespeto y el respeto a los demás, pero si se trasgrede ese límite, cualquier practicante de Krav Magá estará listo para pelear por su dignidad y debido respeto.

La paciencia se cultiva en cada entrenamiento pues la excelencia se alcanza con la constancia, otro valor primordial en Krav Magá.

De igual forma es importante perder el miedo, ser valiente, si dudas pierdes, confiar en ti es la clave para luchar mejor, pero, sobre todo, para poder caminar en paz donde quiera que te encuentres.

- **Beneficios de practicar Krav Maga**

- Aprender a defenderse de un peligro real
- Capacidad para manejar situaciones de alto estrés
- Mantenerse en forma e Incrementar habilidades como: agilidad, coordinación, flexibilidad, resistencia y velocidad. Madrid, Arkano Books, 2005 (2ª ed.)

Capítulo III

Marco Metodológico

3.1 Nivel de la investigación

Arias (1999) “El nivel de investigación se refiere al grado de profundidad con que se aborda un objeto o fenómeno. Aquí se indicará si se trata de una investigación exploratoria, descriptiva o explicativa. En cualquiera de los casos es recomendable justificar el nivel adoptado.” (Miguel ángel García 04/06/12 p.16)

El nivel de investigación exploratoria es definido por dos fuentes diferentes de la siguiente manera “es aquella que se efectúa sobre un tema poco conocido o estudiado, por lo que sus resultados constituyen una visión aproximada de dicho objeto” (Arias, 1999, p.19) y; la investigación exploratoria “se efectúa normalmente cuando el objetivo a examinar un tema o problema de investigación poco estudiado del cual tiene mucha duda o no se ha abordado antes”. (Miguel ángel García 04/06/12 p.16)

La siguiente investigación es de nivel exploratorio debido a que se dará a conocer el arte de defensa personal israelí Krav Maga, se recolectará información directamente en un centro de combate ubicado en La Castellana, Caracas, Venezuela. (Miguel ángel García 04/06/12)

3.2 Diseño de la investigación

El diseño de investigación es “la estrategia que adopta el investigador para responder al problema planteado. En esta sección se definirá y se justificará el tipo de según. El diseño o estrategia por emplear.” (Arias, 1999, p.20)

Documental

La enseñanza universitaria reside en que al conocer y practicar sus principios y procedimientos permite desarrollar las habilidades, destrezas y actitudes que se requieren para construir datos, información y conocimiento.

De campo

El diseño de investigación de campo descrita por dos entidades diferentes es: Fideas Arias (1999) explica que “la recolección de datos directamente extraídos de la realidad donde ocurren los hechos, sin manipular ni controlar variables algunas” (p. 21).

Se entiende por investigaciones campo el análisis sistemático de problemas en la realidad, con el propósito bien sea de describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y factores constituyentes explicar sus causas y efectos, o predecir su ocurrencia, haciendo uso de métodos característico de cualquiera de los paradigmas o enfoques de investigación conocidos o en desarrollo. Los datos de interés son recogidos en forma directa de la realidad; en este sentido se trata de la investigación a partir de datos originales o principales. (Mario Gargantini 2006 N 115)

El diseño de investigación será documental y de campo por que se recolectarán datos

3.3 Población y Muestra

La población o universo se refiere al conjunto para el cual serán válidas las conclusiones que se obtengan: a los elementos o unidades (personas, instituciones o cosas) involucradas en la investigación. (Arias citando a Morles, 1999, p. 22).

La población de la siguiente investigación tiene una serie de características que fueron tomadas en cuenta para extraer la muestra. Para la aplicación del instrumento se tomó en cuenta a todas las personas que practican Krav Maga, así como también a los instructores de distinto rango en la academia ubicada en La Castellana. Las edades promedio de las personas que practican este sistema de defensa tienen entre 10 y 40 + años de edad.

La muestra es un "subconjunto representativo de un universo o población."(Arias citando a Morles, 1999, p. 22).

El diseño de la investigación es intencional u opinático ya que los sujetos de la investigación reúnen un conjunto de características y cualidades en el krav maga que son de interés para nosotros en esta investigación. Los sujetos presentan las siguientes cualidades y características:

- 14 alumnos y 3 Maestros
- El género dominante en la muestra es el masculino con 11 hombre y 3 mujeres
- La edad promedio de la muestra se encuentra desde 17 años a 30 años
- El 79% de la muestra NO trabaja actualmente mientras que un 21% SI lo hace

La mayoría ha usado este arte marcial, ya sea para su defensa o de otros

3.4 Técnicas y procesamiento de recolección de datos

Las técnicas de recolección de datos según Arias (1999) “son las distintas formas o maneras de obtener la información. Son ejemplos de técnicas; la observación directa, la encuesta en sus dos modalidades (entrevista o cuestionario), el análisis documental, análisis de contenido, etc.” (p. 25)

Las técnicas utilizadas en el presente trabajo de investigación son el análisis documental y las entrevistas:

- Análisis documental: en el documento de Castillo (2005), explican esta técnica como “un proceso de comunicación, ya que posibilita y permite la recuperación de información para transmitirla Un proceso de transformación, en el que un documento primario sometido a las operaciones de análisis se convierte en otro documento secundario de más fácil acceso y difusión U proceso analítico-sintético, porque la información es estudiada, interpretada y sintetizada minuciosamente para dar lugar a un nuevo documento que lo representa de modo abreviado pero preciso” (p. 1).

- Entrevista: En el portal web Concepto. De lo explican como “un intercambio de ideas, opiniones mediante una conversación que se da entre una, dos o más personas donde un entrevistador es el designado para preguntar.” (para. 1)

Los instrumentos son los medios materiales que se emplean para recoger y almacenar la información. Ejemplo: fichas, formatos de cuestionario, guías de entrevista, lista de cotejo, grabadores, escalas de actitudes u opinión (tipo Likert), etc. (Arias, 1999, p.25)

Nuestra recolección de datos es de técnicas son

Los instrumentos de recolección de datos utilizados en esta investigación son:

- Grabadora: Aparato para grabar y reproducir sonidos por medio de una cinta magnética, en especial el portátil. (https://es.wikipedia.org/wiki/Grabadora_de_DVD (4 oct 2017 a las 08:21) (p. 35)
- Cuestionario: Conjunto de cuestiones o preguntas que deben ser contestadas en un examen, prueba, test, encuesta, etc. (Foddy, W. H. (1994) (p. 18)
- Guías de entrevistas: Nos funciona para guiar una entrevista completa en la relación de la práctica de Krav Maga. Que es entregado a cada de unos de los profesores. (Gillham, B. (2008) (p. 16)
- Lista de cotejo: Es un instrumento que permite identificar comportamiento con respecto a actitudes, habilidades y destrezas en la práctica de Krav Maga Contiene un listado de indicadores de logro en el que se constata, en un solo momento, la presencia o ausencia de estos mediante la actuación de alumno y alumna. (Mellenbergh, G. J. (2008) (p. 15)

**CAPÍTULO IV:
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1 Análisis de entrevista

Nombre y apellido: Juan Castañeda

Cargo: entrenador

Lugar de trabajo: gimnasio

Preguntas	Respuestas
Desde hace cuánto tiempo practicas krav maga	18 años
¿Tienes otra ocupación aparte de dar clases en la academia? ¿a qué te dedicas	Me dedico a la mecánica
Para ti ¿qué es el krav maga?	Es una forma de poder defenderte de todos los peligros que abundan en la Venezuela de hoy en día.
Cuales valores te ha enseñado esta práctica	Respeto, concentración y fuerza.
Cómo te sientes al compartir tus conocimientos como instructor de la academia	Es inspirador sentir que algún día mis entrenamientos los ayudara a salir de un problema
A quienes van dirigidas las clases	A quien quiera aprender a defenderse
Sabe usted cómo llegó esta técnica de combate a nuestro país	Llegó de Brasil a Venezuela
El krav maga es una práctica segura o tiene riesgo de lesiones	Solo hay de riesgo si no sigues las instrucciones de tu maestro
Cómo miden el nivel de aprendizaje y experiencia en la academia	Según el control, fuerza y agilidad del alumno
en cuanto tiempo una persona que nunca ha realizado este tipo de práctica puede adquirir los conocimientos básicos de defensa	Eso depende de qué tanto empeño pone el alumno y que tan rápido aprende
¿Consideras que es importante conocer este tipo de defensa? ¿Por qué?	Si, porque es una las artes marciales más versátiles de todas

¿tienen algún tipo de método especial para las mujeres que quieren aprender krav maga	No.
¿Alguna vez has tenido que usar estas técnicas de combate fuera de la academia? ¿Fue en más de una ocasión? ¿Por qué? Cuéntanos tus experiencias	Si, por que siempre hay alguien que busca dañarte por cualquier motivo, lo cual es bastante frecuente donde vivo.

Cuadro 1

Nombre y apellido: Deivi Rodrigues

Cargo: Entrenador

Lugar de trabajo: Gimnasio

Preguntas	Respuestas
Desde hace cuánto tiempo practicas krav maga	13 años
¿Tienes otra ocupación aparte de dar clases en la academia? ¿a qué te dedicas	Cocinero
Para ti ¿qué es el krav maga?	El krav maga es una forma de vida que te enseña valor y respeto para defenderte
Cuales valores te ha enseñado esta practica	Calma, paciencia, precisión
Cómo te sientes al compartir tus conocimientos como instructor de la academia	Bien.
A quienes van dirigidas las clases	A mis alumnos
Sabe usted cómo llegó esta técnica de combate a nuestro país	De Brasil a Venezuela
El krav maga es una práctica segura o tiene riesgo de lesiones	Es segura siempre y cuando obedezcas a lo que te digo
Cómo miden el nivel de aprendizaje y experiencia en la academia	No es cuestión de fuerza, sino que tan bien puedes reaccionar al peligro
en cuanto tiempo una persona que nunca ha realizado este tipo de práctica puede adquirir los conocimientos básicos de defensa	De 5 meses a 1 año
¿Consideras que es importante conocer este tipo de defensa? ¿Por qué?	Siempre y cuando tengas de que defenderte

¿tienen algún tipo de método especial para las mujeres que quieren aprender krav maga	Las guio más con los movimientos básicos.
¿Alguna vez has tenido que usar estas técnicas de combate fuera de la academia? ¿Fue en más de una ocasión? ¿Por qué? Cuéntanos tus experiencias	Cuando era niño, los demás siempre se metía conmigo por ser diferente a ello, por eso aprendí krav maga.

Cuadro 2

Nombre y apellido Gaimez Fernades

Cargo: Entrenador

Lugar de trabajo: Gimnasio

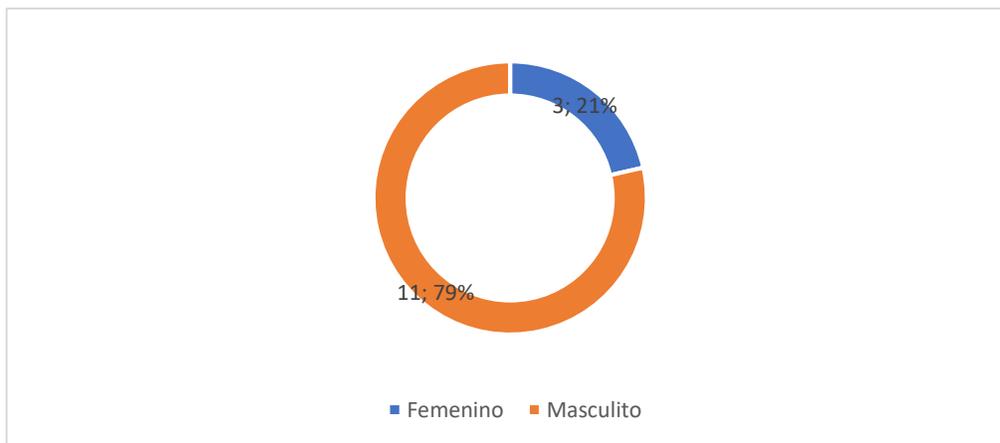
Pregunta	Respuestas
Desde hace cuánto tiempo practicas krav maga	21 años
¿Tienes otra ocupación aparte de dar clases en la academia? ¿a qué te dedicas	No.
Para ti ¿qué es el krav maga?	El krav maga es más que un arte marcial, es mi vida.
Cuales valores te ha enseñado esta práctica	A ser ágil, respetuoso y fuerte
Cómo te sientes al compartir tus conocimientos como instructor de la academia	Es como si diera algo de mi a los demás
A quienes van dirigidas las clases	A los que buscan una buena forma de defenderse
Sabe usted cómo llegó esta técnica de combate a nuestro país	Llego de Brasil a Venezuela
El krav maga es una práctica segura o tiene riesgo de lesiones	Es segura hasta que algo se sale de control
Cómo miden el nivel de aprendizaje y experiencia en la academia	Según sus movimientos
en cuanto tiempo una persona que nunca ha realizado este tipo de práctica puede adquirir los conocimientos básicos de defensa	4 meses a 1 año
¿Consideras que es importante conocer este tipo de defensa? ¿Por qué?	Es importante porque abarca mucho más que el resto de las artes marciales.

¿tienen algún tipo de método especial para las mujeres que quieren aprender krav maga	No.
¿Alguna vez has tenido que usar estas técnicas de combate fuera de la academia? ¿Fue en más de una ocasión? ¿Por qué? Cuéntanos tus experiencias	Si, con ladrones que buscan quitarme mis cosas

Cuadro 3

4.2 Análisis de encuesta

- **Pregunta 1: Indique su sexo.**



Se puede apreciar que el sexo masculino es el dominante en la muestra tiene el 11.79%

Mientras que el 3.21% es femenino

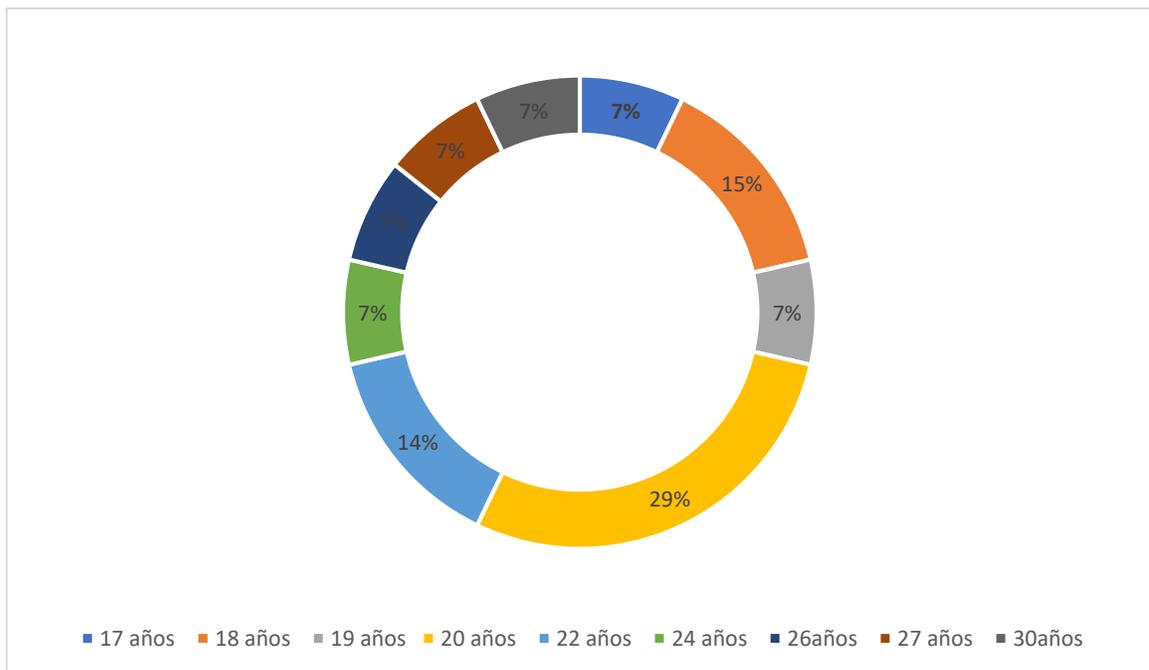
- **Pregunta 2: Usted es:**



El 86% de la muestra es civil

Mientras un 14% es personal de seguridad

- **Pregunta 3 es: Indique su edad.**



Las siguientes edades representan el 7% del gráfico:

- 17 años –19 años.
- 24 años – 26 años.

- 27 años – 30 años.

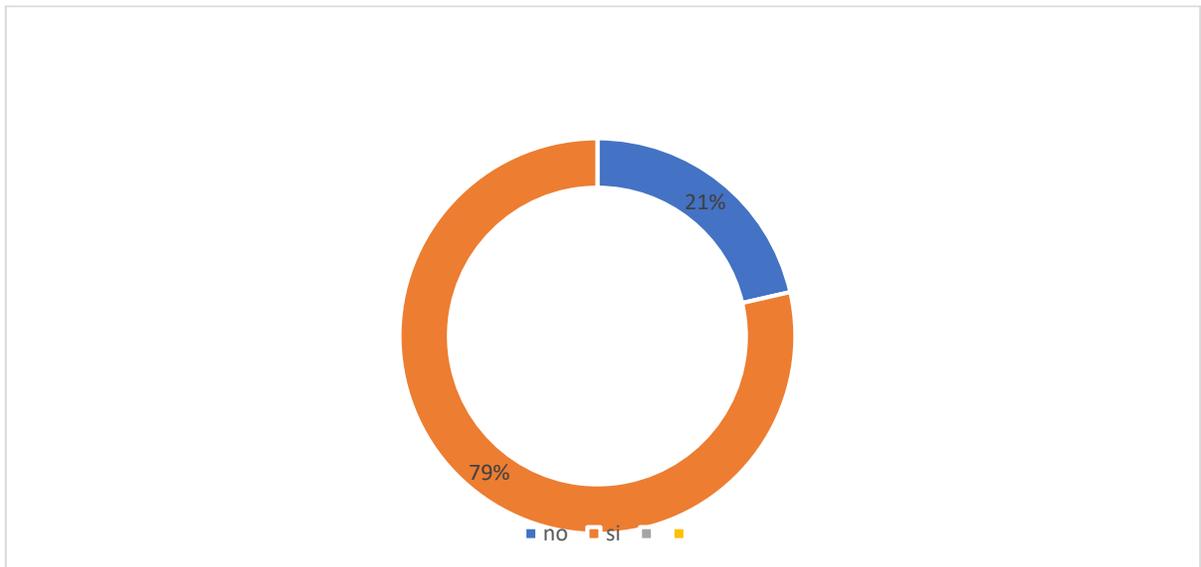
Las siguientes edades representas el 14% y 15% del gráfico:

- 18 años.
- 22 años.

Y el 29% de la gráfica está representada por:

- 20 años

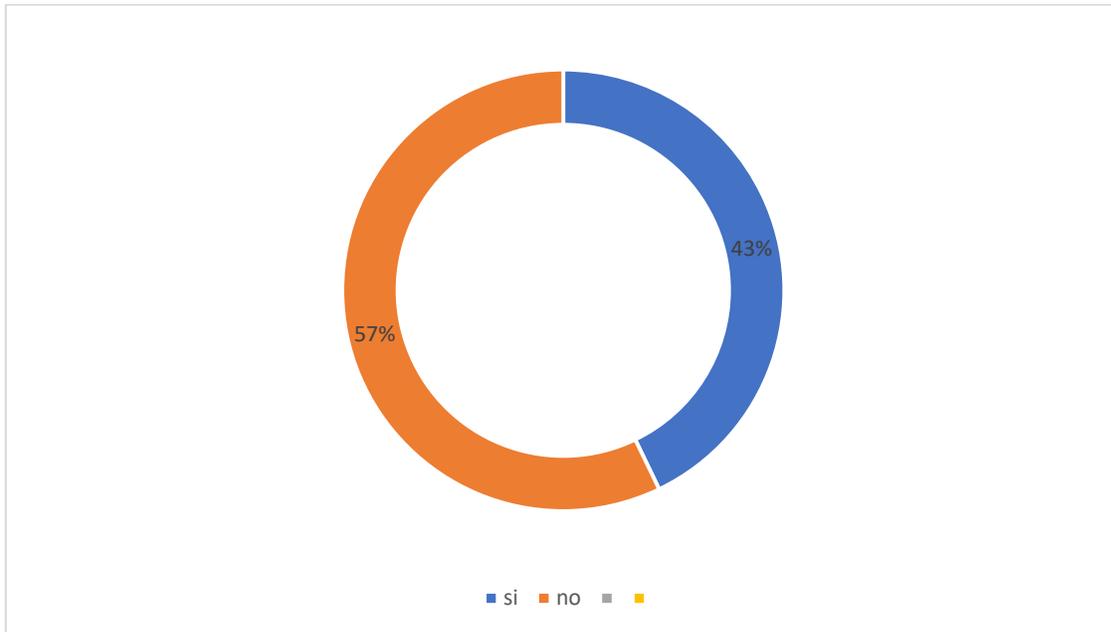
- **Pregunta 4: ¿Trabaja usted actualmente?**



El 79% de la muestra no trabaja

El 21% de la muestra si trabaja

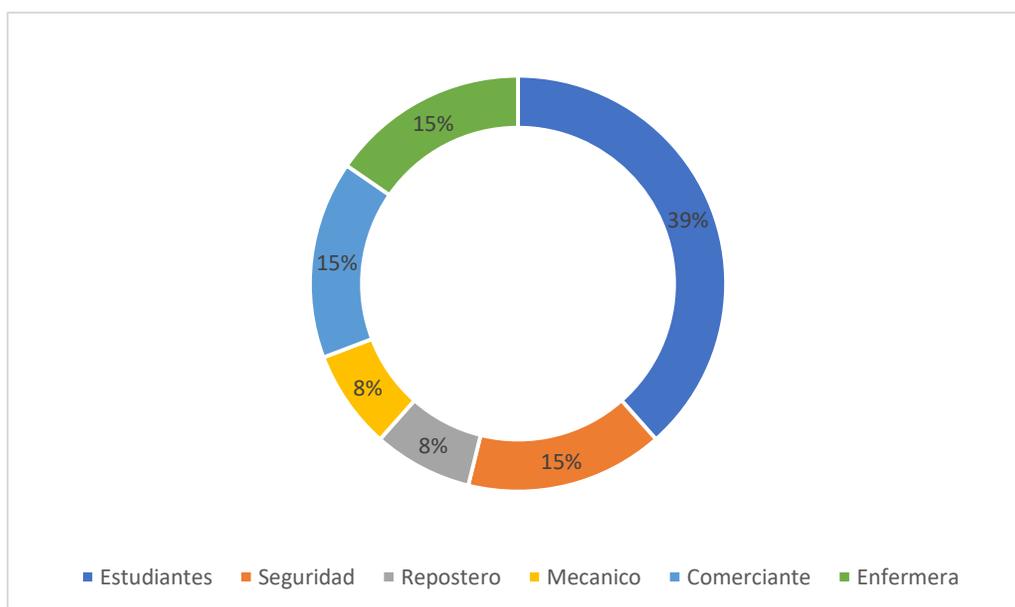
- **Pregunta 5: ¿Usted está aprendiendo estas técnicas porque se relacionan con su trabajo?**



El 57% afirmaron que su trabajo no se relaciona

Y el 43% afirma que su trabajo si se relaciona

- **Pregunta 6: ¿A qué se dedica?**



-El 8% se dedica a:

Mecánico

Repostero

-El 15% se dedican

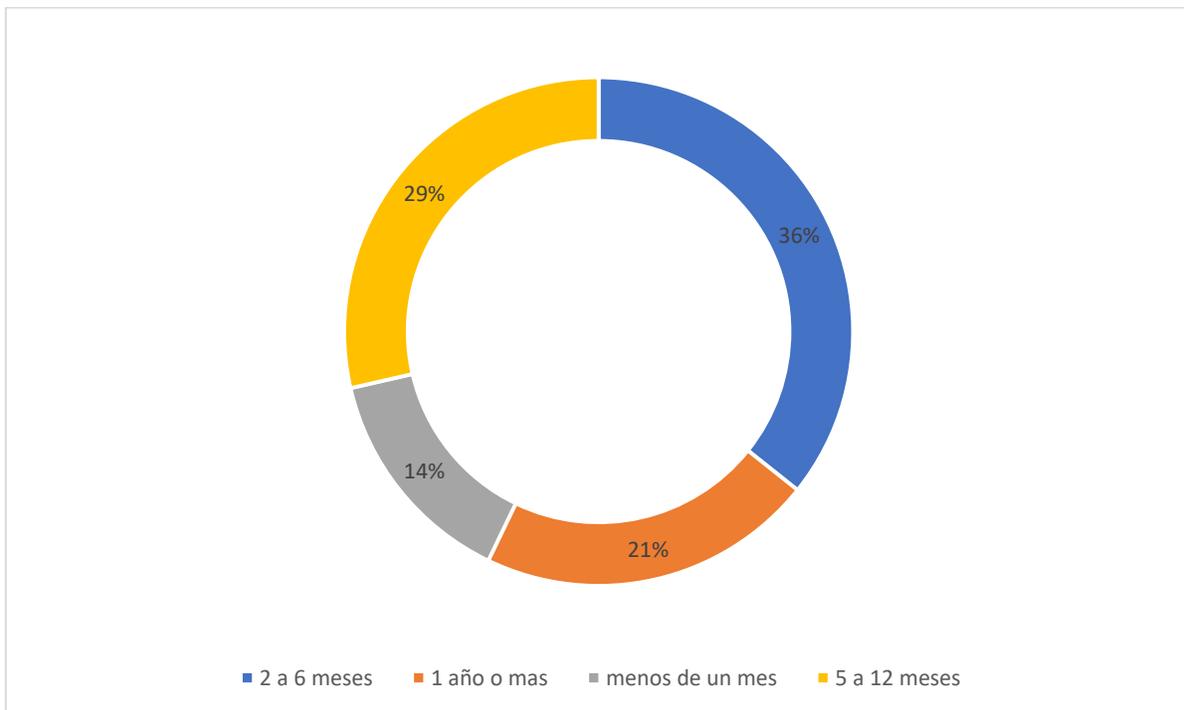
Comerciante

Enfermero

-El 39% se dedican

Comerciante

- **Pregunta 7: ¿Desde hace cuánto tiempo practica Krav Maga?**



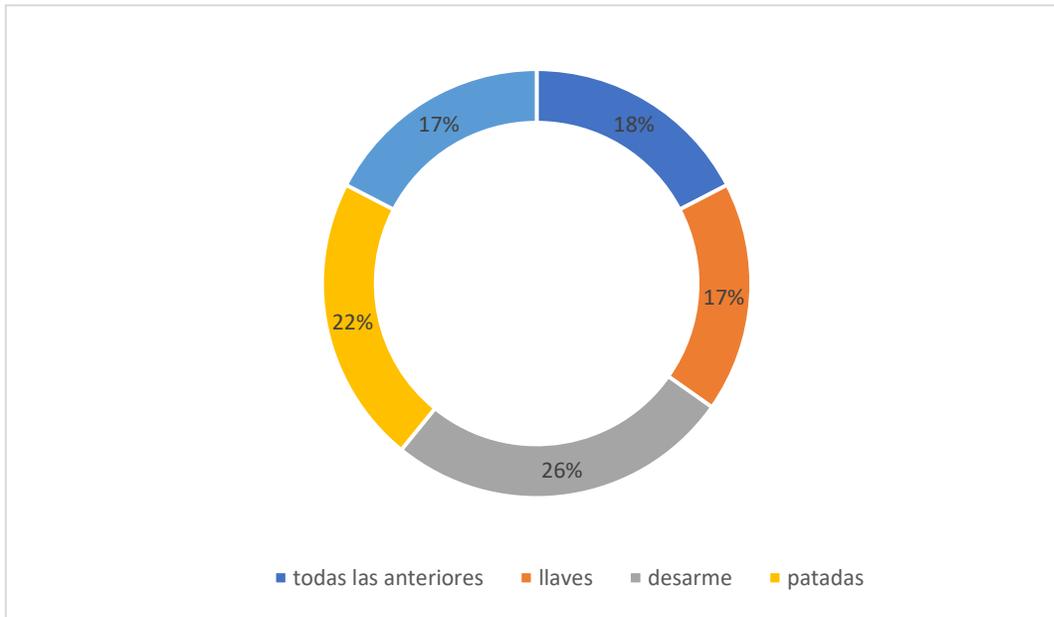
El 14% de la muestra a practicado menos de un mes

El 21% de la muestra a practicado 1 años o mas

El 36% de la muestra a practicado 2 a 6 meses

El 29% de la muestra a practicado 5 a 12 meses

- **Pregunta 8: ¿Cuáles técnicas considera que son más importantes?**



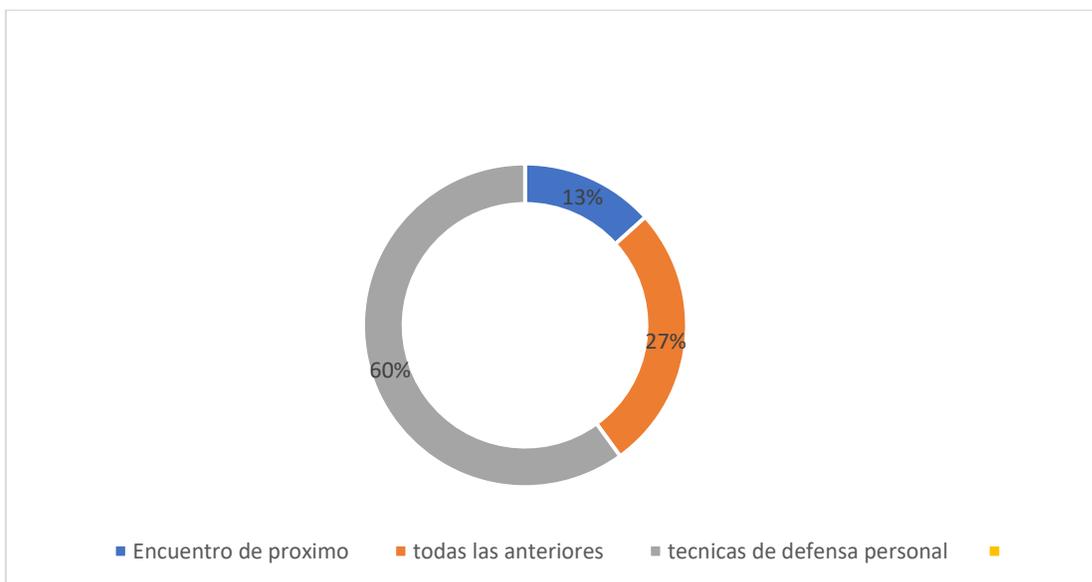
El 17% de la muestra selecciono todas las anteriores

El 17 % de la muestra selecciono llaves

El 26% de la muestra selecciono desarme

El 22% de la muestra selecciono patadas

- **Pregunta 9: ¿Cuáles de las técnicas de defensa personal es la de su preferencia?**

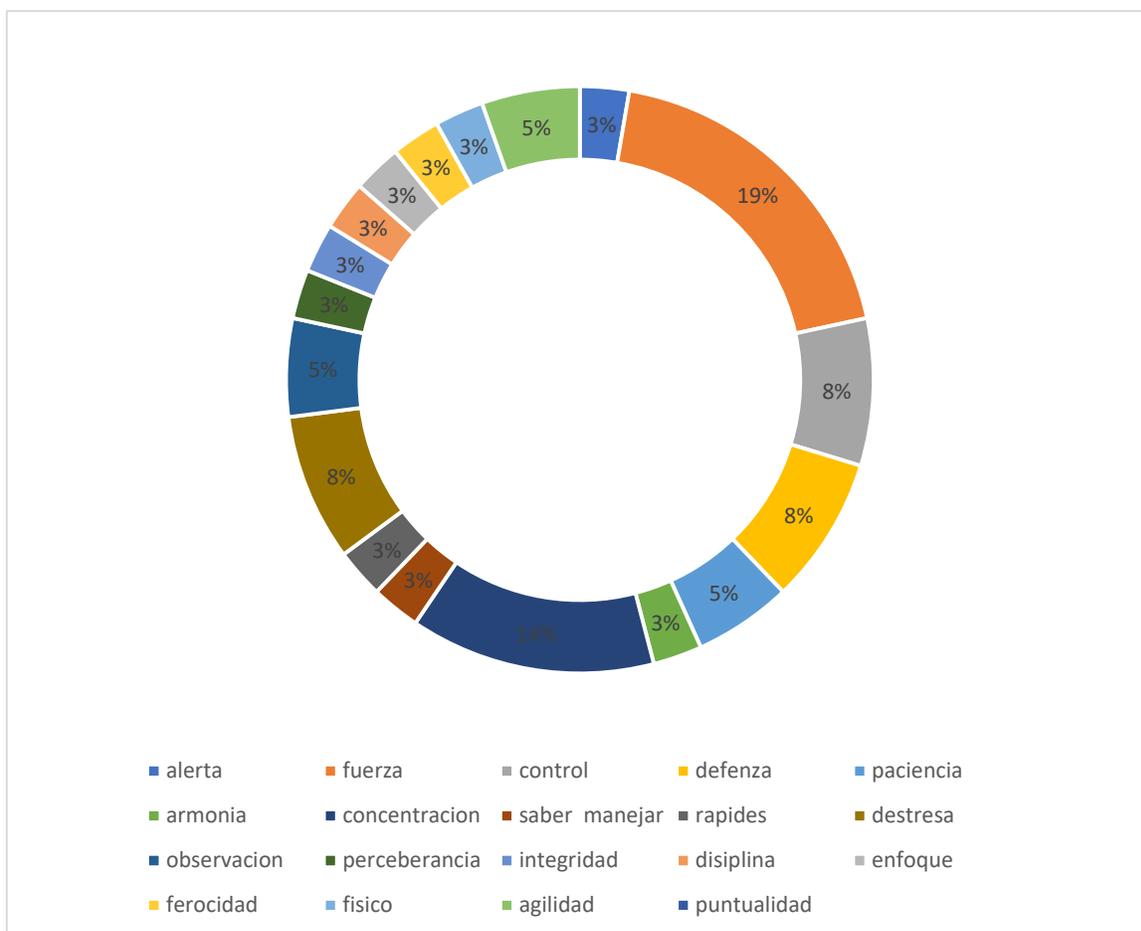


El 13% de la muestra selecciono encuentro de próximo

El 27% de la muestra selecciono todas las anteriores

El 60% de la muestra selecciono técnicas de defensa personal

- Pregunta 10: ¿Cuáles valores relaciona usted con la práctica de Krav Maga?



Los siguientes valores conforman un 3% de los valores:

*perseverancia *alerta *rapidez *control *integridad *físico * observación *armonía
*ferocidad *destreza *enfoque

Los siguientes valores representan el 5% y 8% de los valores:

*Destreza *Puntualidad
*Paciencia *Defensa

*Agilidad

*Enfoque

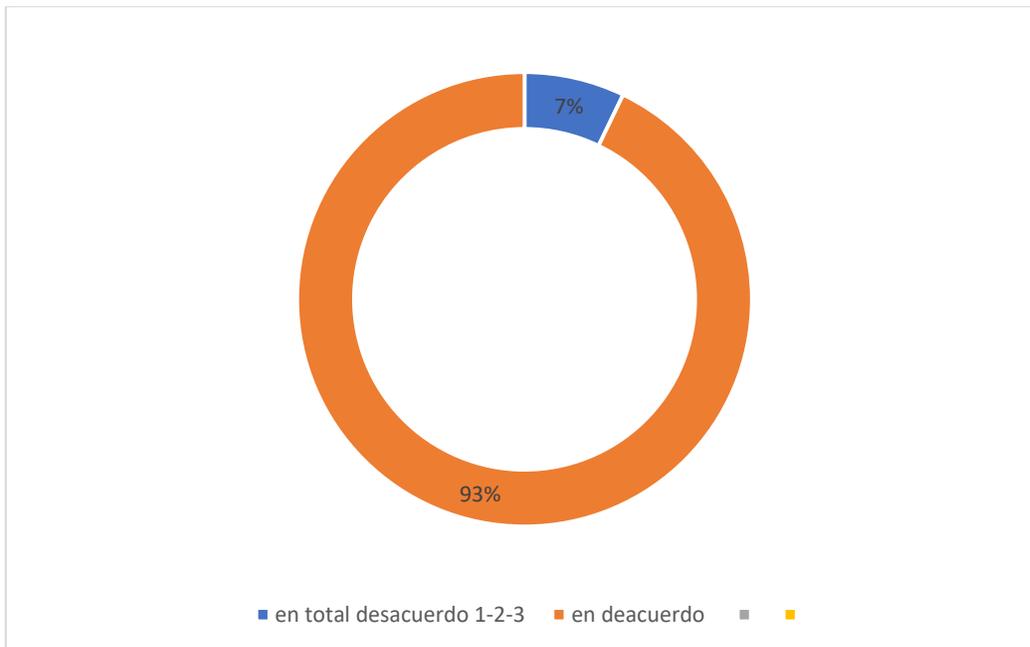
El 14% de la grafica esta conformado por:

*Concentración

el 19% de la gráfica se conforma por:

*Fuerza

- **Pregunta 11: ¿Usted se siente bien a la hora de practicar este arte marcial?**



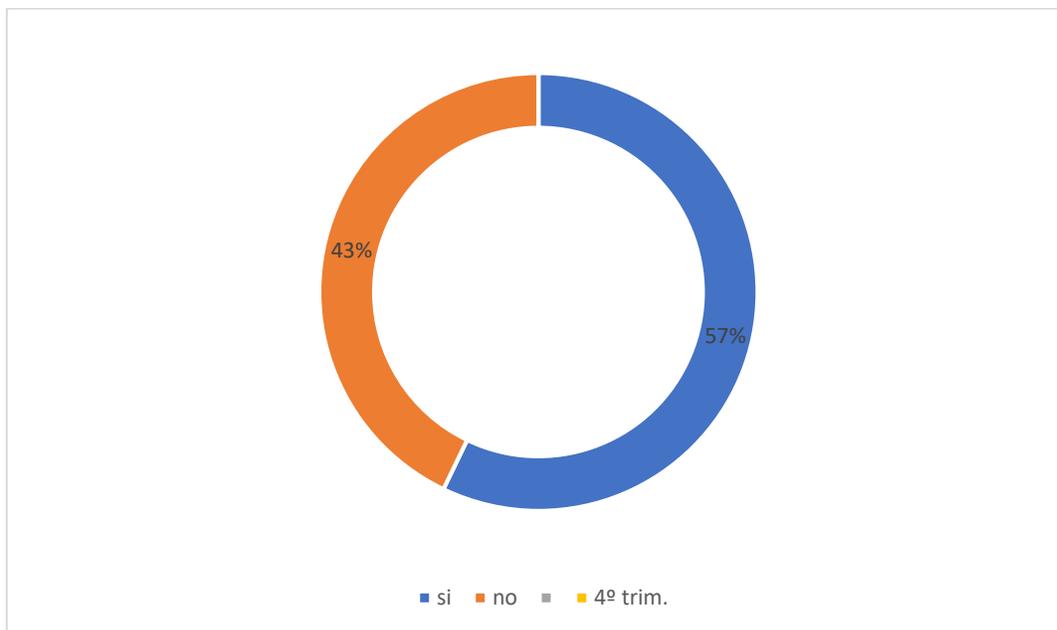
El 93% de la muestra selecciono de acuerdo

El 7% de la muestra selecciono en total desacuerdo

- **Pregunta 12: ¿Qué siente al practicar estas técnicas de combate?**

Las respuestas para esta pregunta que fueron dadas por las personas que conforma la muestra se sienten capaces de defenderse, seguro de si mismo, con mejor rendimiento físico, con mayor auto estima imperativa, consideran que son capaces de enfrentar situaciones complicados y con mayor conciencia de sí mismo.

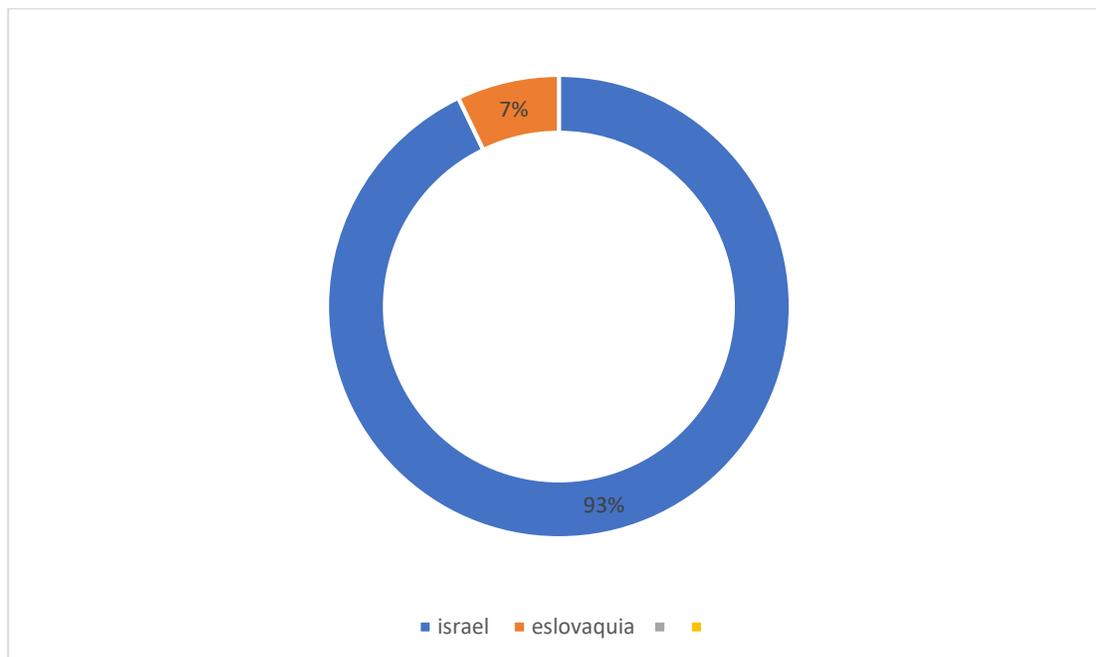
- **Pregunta 13: ¿Alguna vez ha tenido que usar estas técnicas de combate en su vida?**



El 57% de la muestra selecciono si

El 43% de la muestra selecciono no

- **Pregunta 14: El Krav Maga se originó en:**



El 93% de la muestra selecciono Israel

El 7% de la muestra selecciono Eslovaquia

Capítulo V:

Conclusiones y Recomendaciones

5.1: Conclusiones

A través de los diversos datos recolectados en todo este tiempo, se puede concluir que el Krav maga es un tema poco recurrente y muy poco conocido tanto en Venezuela como a nivel general con una rica historia. Que además ha sido de gran utilidad a lo largo del tiempo para poder defenderte de una manera eficaz.

5.2: Recomendaciones

Se les recomienda a los futuros investigadores ir a lugares donde se practique el krav maga para facilitar la recolección de datos puesto que la información documentada es escasa y es mas simple extraerla directo de la fuente.

BIBLIOGRAFÍA

Enciclopedia de Conceptos (2017). "Entrevista". Recuperado el 7 de noviembre del 2018 del portal web: <https://concepto.de/que-es-entrevista/>

García, Miguel. (2012). "*Krav Magá, el sistema de defensa del siglo XXI*". Recuperado el 31 de octubre del 2018 de la página web:

https://www.marca.com/2012/06/04/mas_deportes/otros_deportes/1338816961.html

Fidias, Arias. (1999). "El proyecto de investigación". Ed. Episteme (3era. Ed).

Castillo, Lourdes y Biblioteconomía (2005) "*Tema 5. Análisis documental*". Recuperado el 07 de diciembre del portal web: <https://www.uv.es/macass/T5.pdf>

https://es.wikipedia.org/wiki/Krav_mag%C3%A1

<http://difusionfractal.upnvirtual.edu.mx/index.php/blog/389-que-es-el-krav-maga-y-por-que-deberia-practicarlo>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Investigaci%C3%B3n>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Cuestionario>

<https://soloartesmarciales.com/blogs/news/krav-maga-origen-y-actualidad-de-este-arte-de-defensa-israeli>

<https://www.hsnstore.com/blog/krav-maga-que-es-como-practicarlo-cuales-son-sus-beneficios/>

Anexos





Actividades	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero
Arqueo bibliográfico	X	X	X	X	X	X
Marco teórico				X	X	
Instrumentos				X	X	X
Recolección de datos				X	X	
Análisis de Datos				X	X	X

ENTREVISTA

Las siguientes preguntas serán realizadas a los entrenadores de la Academia de Krav Maga con el fin de conocer sus experiencias con esta técnica de combate:

Nombre de la persona a entrevistar: _____

Edad: _____

1. ¿Desde hace cuánto tiempo practicas Krav M?
2. ¿Tienes otra ocupación aparte de dar clases en la academia? ¿a qué te dedicas?
3. Para ti ¿qué es el Krav Maga?
4. ¿Cuáles valores te ha enseñado esta práctica?
5. ¿Cómo te sientes al compartir tus conocimientos como instructor de la academia?
6. ¿A quiénes van dirigidas las clases?
7. ¿Sabe usted cómo llegó esta técnica de combate a nuestro país?
8. ¿El Krav Maga es una práctica segura o tiene riesgo de lesiones?
9. ¿Cómo miden el nivel de aprendizaje y experiencia en la academia?
10. ¿En cuánto tiempo una persona que nunca ha realizado este tipo de prácticas puede adquirir los conocimientos básicos + defensa?
11. ¿Consideras que es importante conocer este tipo de defensa? ¿Por qué?
12. ¿Tienen algún tipo de método especial para las mujeres que quieren aprender Krav Maga?
13. ¿Alguna vez has tenido que usar estas técnicas de combate fuera de la academia? ¿Fue en más de una ocasión? ¿Por qué? Cuéntanos tus experiencias...

CUESTIONARIO

El presente cuestionario es realizado con el objetivo de conocer las experiencias de personas que practican las técnicas de combate Krav Maga para obtener el título de bachiller en la República Bolivariana de Venezuela, es totalmente confidencial.

Por favor responda con sinceridad todas las preguntas.

1. Indique su sexo:

Femenino Masculino

2. Indique su edad: _____

3. ¿Trabaja actualmente? Sí No

4. ¿A qué se dedica? _____

5. ¿Usted está aprendiendo estas técnicas porque se relacionan con su trabajo?

Sí No

6. Usted es: Civil Agente policial Militar Personal de seguridad

7. ¿Desde hace cuánto tiempo practica Krav Maga?

Menos de un mes 2 a 6 meses
 5 a 12 meses 1 año o más

8. ¿Cuáles técnicas considera que son más importantes? Puede marcar más de una opción:

Llaves Golpes Psicología y mentalidad del combatiente
 Desarme Patadas Todas las anteriores

9. ¿Cuáles valores relaciona usted con la práctica de Krav Maga? Mencione 3:

10. **¿Cuál de las técnicas de defensa personal es la de su preferencia? Marque con una X.**

- Encuentro de proximidad Técnicas de defensa personal
 Protección a terceros Todas las anteriores

11. **¿Usted se siente bien a la hora de practicar este arte marcial? Marque con una "X" cualquiera de los siguientes números dependiendo de su nivel de acuerdo:**

En total descuerdo 1|2|3|4|5|6 De acuerdo

12. **¿Qué siente al practicar estas técnicas de combate?**

13. **¿Alguna vez ha tenido que usar estas técnicas de combate en su vida cotidiana?**

- Si No

Si la respuesta es afirmativa:

-¿Fue en más de una ocasión? Sí No

-Las utilizó por:

- Trabajo
 Defesa personal ante un atacante.
 Defensa a un tercero.
 Agredir a alguien.

14. **El Krav Maga se originó en:**

- Russia Israel
 Arabia Saudita Eslovaquia