

## Mi primer día de karate

Soy Camila y hoy fue mi primer día de clases de karate. Mis papás hace tiempo buscaban que practique algún deporte, porque decían que me estaba volviendo muy sedentaria. Mi mamá además me encontraba ansiosa por las tareas del colegio, por lo que me aconsejó que empezara a hacer ejercicio para botar el estrés y hacer algunos amigos nuevos.

La mayoría de los deportes que había disponibles para practicar cerca de mi casa no me llamaban mucho la atención. No soy muy buena para el fútbol y ya me han llegado tantos pelotazos de básquetbol en el recreo que prefiero evitar los balones por un buen tiempo. Por otro lado, el verano pasado con mi familia vimos una película de Bruce Lee "Operación Dragón" y me encantaron las escenas donde peleaban en un torneo de artes marciales, y desde ese día quise poder ser tan ágil como los actores. Por eso cuando vi el anuncio de karate, no demoré en decidirme. Total, es un deporte más bien de crecimiento personal y podré andar a mi propio ritmo.

Lo que yo no podía imaginar, eran las cosas por las que tendría que pasar en esa primera clase. No me refiero solo a que los ejercicios fueran agotadores, sino a las situaciones que viví con otras personas y las lecciones de compañerismo que aprendí.



La clase era después del colegio, así que por eso llegué algo atrasada al dojo. Me cambié rápidamente y me amarré bien las zapatillas. Cuando volví, estaban todos sentados en una posición que se veía muy incómoda y al intentar unirme, el profesor me dice: "Adonde cree que va señorita"; con torpeza respondí: "a karate". Me pidió luego que me quitara los zapatos y me dio una señal para indicarme que podía entrar al tatami. Todos vestían su uniforme de karate, menos una niña que estaba en último lugar, así que me ubiqué al lado suyo porque parecía ser nueva también.

Y comenzaron los primeros movimientos. Era algo sencillo; golpear hacia el frente con un puño y luego el otro. Me parecía bastante entretenido hacer eso, salvo por una cosa: a cada golpe había que sumarle un grito que me daba vergüenza hacer.

Era como en las películas cuando los karatekas gritan "¡Ai-yah!". Durante una pausa, el profesor me explicó que esto se llama kiai, y se hace para liberar la energía interior en cada golpe y que al intentarlo me sentiría mejor. Con algo de timidez lancé algunos sonidos y cuando oí como se mezclaban con los del resto del grupo, mi confianza aumentó y también el volumen de mi kiai.

Después hicimos el mismo ejercicio, pero esta vez frente a un compañero. Debíamos tener cuidado en no golpearle de verdad, sino solamente tocar con el puño su abdomen. Trabajé con la otra niña nueva que, además de ser algo más alta que yo, no parecía muy amigable.



Partimos como nos dijeron, sin hacerlo muy fuerte, pero a cada golpe esta niña le ponía más ganas y yo le seguí el juego, lo sentí como un desafío personal; ver quién pegaba más fuerte. De repente se me pasó la mano, porque la niña cayó sentada al suelo por uno de mis golpes. El profesor se dio cuenta, pero esperó hasta el final de la clase para hablarnos a ambas.

Al principio tuve miedo que me echara del dojo, apenas en mi primer día. En vez de eso, nos dijo con mucha calma que las artes marciales no se tratan de demostrar quién es el mejor peleador del grupo; muy al contrario, hay que entender que estamos todos juntos en este camino de aprendizaje y por eso es importante cuidar al compañero, no hacerle daño, porque cada vez que entrena una técnica con nosotros, nos está ayudando a mejorar.

Su discurso me dejó avergonzada, pero a la vez con muchas ganas de seguir viniendo, porque yo pensaba que el karate era un deporte solitario, donde cada quien aprendía por las suyas, pero en realidad se necesita mucho trabajar con el resto del equipo y aprender de los que tienen más experiencia que uno.





Le di la mano a la otra niña, nos pedimos disculpas y prometimos volver a vernos en la práctica del día siguiente. Estoy segura de que cumpliré los objetivos por los que me inscribieron en karate: haré ejercicio, estaré menos estresada y por sobre todo, ahora soy parte de un buen equipo.

Autor: Diego Segura  
Ilustrador: Alexis Vivallo

Todos los derechos reservados por [www.caractergames.com](http://www.caractergames.com)  
Queda absolutamente prohibida la reproducción total o parcial de este contenido.



## Actividades

### Selección única

¿Por qué motivo Camila escogió Karate?

- a) Porque quería ser tan ágil como los actores de las películas.
- b) Porque era el único deporte en el que no se usaba un balón.
- c) Porque quería aprender a defenderse y luchar por sí misma.
- d) Porque quería un deporte individual para crecer por su propia cuenta.

¿Cuál de las siguientes afirmaciones NO es una regla del dojo?

- a) Se debe ser serio y silencioso en todo momento.
- b) Para entrar al tatami hay que sacarse los zapatos.
- c) No se debe golpear demasiado fuerte a los compañeros.
- d) En cada golpe hay que realizar un grito llamada kiai.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.charactergames.com](http://www.charactergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)



¿Qué mirada se tiene del karate en este cuento?

- a) El karate como deporte de compañerismo para crecer como personas.
- b) El karate como disciplina rigurosa y de gran dificultad física.
- c) El karate como técnica de combate callejero para la defensa personal.
- d) El karate como deporte de crecimiento individual y solitario.

¿Cómo consideras que es la actitud del profesor para enseñar?

- a) Sensata, ya que muestra buen juicio y serenidad para enseñarle a Camila las reglas.
- b) Severa, ya que no admite zapatos en el dojo, ni retrasos en la clase, aunque sean alumnos nuevos.
- c) Indiferente, ya que muestra gran calma y no le importa el comportamiento de Camila.
- d) Impetuosa, ya que actúa de forma irreflexiva y arrebatada a la hora de responder.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.charactergames.com](http://www.charactergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)





### Selección múltiple

¿Cuáles eran los objetivos para inscribir en karate a Camila? Selecciona todas las opciones que correspondan a aquello:

- a) Hacer más ejercicio.
- b) Estar menos ansiosa.
- c) Ser más amigable.
- d) Dejar de lado el celular.

### Ordenar elementos

Ordena cronológicamente (de 1 a 5) los siguientes sucesos de la historia:

- \_\_\_\_\_ Los padres están preocupados y quieren que su hija haga deporte.
- \_\_\_\_\_ Al inicio de la clase Camila aprende que al tatami no se puede entrar con zapatillas.
- \_\_\_\_\_ Durante la práctica, Camila empuja muy fuerte a su compañera haciendo que caiga sentada.
- \_\_\_\_\_ Luego, el profesor les enseña la verdadera importancia de las artes marciales.
- \_\_\_\_\_ Finalmente, Camila aprende que el karate es mucho más que un deporte para ser ágil.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.charactergames.com](http://www.charactergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)



空手

5. Estado de cansancio mental que Camila quería botar a través del deporte.

A crossword puzzle grid is shown with 5 numbered starting points for words. The grid is composed of white squares for letters and black squares for empty space. The numbers are placed in the top-left corner of the starting squares.

- 1 is at the top right, starting a vertical word.
- 2 is at the top left, starting a horizontal word.
- 3 is in the middle, starting a vertical word.
- 4 is on the left, starting a horizontal word.
- 5 is at the bottom left, starting a horizontal word.

五





## Respuestas

### Selección única

¿Por qué motivo Camila escogió Karate?

- a) Porque quería ser tan ágil como los actores de las películas.
- b) Porque era el único deporte en el que no se usaba un balón.
- c) Porque quería aprender a defenderse y luchar por sí misma.
- d) Porque quería un deporte individual para crecer por su propia cuenta.

¿Cuál de las siguientes afirmaciones NO es una regla del dojo?

- a) Se debe ser serio y silencioso en todo momento.
- b) Para entrar al tatami hay que sacarse los zapatos.
- c) No se debe golpear demasiado fuerte a los compañeros.
- d) En cada golpe hay que realizar un grito llamada kiai.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.charactergames.com](http://www.charactergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)



¿Qué mirada se tiene del karate en este cuento?

- a) El karate como deporte de compañerismo para crecer como personas.
- b) El karate como disciplina rigurosa y de gran dificultad física.
- c) El karate como técnica de combate callejero para la defensa personal.
- d) El karate como deporte de crecimiento individual y solitario.

¿Cómo consideras que es la actitud del profesor para enseñar?

- a) Sensata, ya que muestra buen juicio y serenidad para enseñarle a Camila las reglas.
- b) Severa, ya que no admite zapatos en el dojo, ni retrasos en la clase, aunque sean alumnos nuevos.
- c) Indiferente, ya que muestra gran calma y no le importa el comportamiento de Camila.
- d) Impetuosa, ya que actúa de forma irreflexiva y arrebatada a la hora de responder.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.charactergames.com](http://www.charactergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)



### Selección múltiple

¿Cuáles eran los objetivos para inscribir en karate a Camila? Selecciona todas las opciones que correspondan a aquello:

- ☒ a) Hacer más ejercicio.
- ☒ b) Estar menos ansiosa.
- ☐ c) Ser más amigable.
- ☐ d) Dejar de lado el celular.

### Ordenar elementos

Ordena cronológicamente (de 1 a 5) los siguientes sucesos de la historia:

- ☒ 1 Los padres están preocupados y quieren que su hija haga deporte.
- ☒ 2 Al inicio de la clase Camila aprende que al tatami no se puede entrar con zapatillas.
- ☒ 3 Durante la práctica, Camila empuja muy fuerte a su compañera haciendo que caiga sentada.
- ☒ 4 Luego, el profesor les enseña la verdadera importancia de las artes marciales.
- ☒ 5 Finalmente, Camila aprende que el karate es mucho más que un deporte para ser ágil.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.charactergames.com](http://www.charactergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)

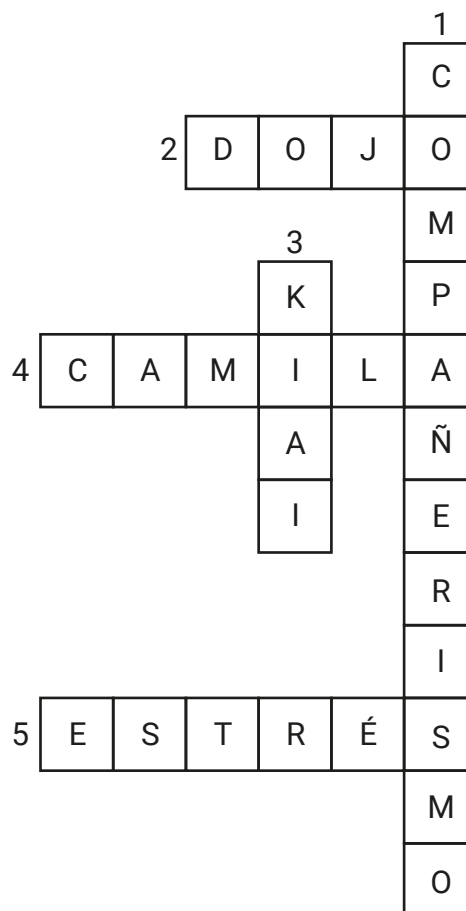




## Crucigrama

Instrucción: Completa las casillas con las descripciones

1. Una de las lecciones que aprendió la protagonista con el karate.
2. Lugar donde se practica karate.
3. Se hace para liberar la energía interior en cada golpe.
4. Protagonista principal de la historia.
5. Estado de cansancio mental que Camila quería botar a través del deporte.



Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.caractergames.com](http://www.caractergames.com)  
 Juntos creamos más y mejores lectores :)



## ¿Qué es **CARACTER GAMES**?

**CARACTER GAMES** es un software diseñado para escuelas que necesiten desarrollar en sus estudiantes, el gusto, la motivación por la lectura y las habilidades necesarias para su comprensión. Nuestra herramienta de **e-learning** utiliza la ludificación o **gamificación** para crear una experiencia única de lectura y entrenamiento personalizada para cada estudiante, con un catálogo de contenidos que fomentan el trabajo colaborativo, la comunicación, el desarrollo del espíritu crítico, el liderazgo, la cultura, la creatividad y la curiosidad del lector.

Recogemos y sistematizamos información sobre la **comprensión lectora** de los estudiantes a través de una **evaluación progresiva** que considera: diagnóstico inicial, evaluación de proceso y evaluación final, permitiendo a los distintos usuarios (profesor, utp y/o apoderado) observar el progreso de esta destreza en sus estudiantes. Esta secuencia didáctica se enmarca en un contexto de juego, diseñado para desarrollar en los estudiantes la autonomía a través de la metacognición, ya que son ellos mismos quienes observan sus avances reflejados en puntajes, indicadores, calificaciones, ranking y logros, permitiéndoles comprender y evaluar su proceso de aprendizaje.

**CARACTER GAMES** es una innovadora herramienta para sistematizar información para la evaluación progresiva, ya que ofrece a los profesores, directivos y apoderados un completo panel de estadísticas con el comportamiento de cada estudiante, curso y nivel dentro de la plataforma, guardando un histórico con resultados, observaciones y reportes que el sistema exporta de forma automática.

Encuentra más actividades y lecturas en  
[www.caractergames.com](http://www.caractergames.com)  
Juntos creamos más y mejores lectores :)

