



escola municipal
d'Alcoi de judo



UNIDAD DIDÁCTICA PARA
CONOCER EL
J U D O

Índice

1. Introducción.

2. Justificación de la necesidad de una Unidad Didáctica de Judo

3. Vinculación de la Unidad Didáctica con el Currículo Oficial.

3. 1. En relación con los objetivos.

3. 1. 1. Objetivos Generales de la Educación Primaria.

3. 1. 2. Objetivos Generales de Área de Educación Física.

3. 1. 3. Objetivos Didácticos.

3. 2. En relación con los contenidos.

3. 2. 1. Conceptuales.

3. 2. 2. Procedimentales.

3. 2. 3. Actitudinales.

3. 3. La relación de estos contenidos con contenidos de otras áreas: Interdisciplinariedad.

4. Tratamiento didáctico de la Unidad Didáctica

4.1.- Aspectos metodológicos en la aplicación de la Unidad Didáctica.

4.2.- Modelos educativos a utilizar en la enseñanza de la Unidad Didáctica.

4.3.- Progresión en la enseñanza de la Unidad Didáctica

4-4.- Ejemplo de sesión.

5. Temporalización de la actividad.

5-1.-Centros

5-2.-Sesiones

1. Introducción

Dentro del marco de la Educación Física, el deporte es seña de identidad, por lo que el docente ha de conocer los diferentes tipos de deportes.

Saber cuál es la forma de enseñar un deporte de lucha en el marco escolar es algo que viene determinado por un conocimiento previo de la estructura de dicho deporte. El docente debe tener conocimiento de cuales son las posibilidades de adaptación de los deportes de lucha para que éstos puedan ser aplicados como contenido dentro del marco escolar. Los diferentes modelos educativos, las diferentes progresiones metodológicas del aprendizaje, el análisis del deporte de adversario como elemento educativo.

Esta Unidad Didáctica plantea una aproximación para que los alumnos conozcan un deporte de combate como es el Judo, desde una orientación principalmente más lúdico – recreativa que competitiva, mediante el tratamiento de distintos aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales.

Se pretende incluir, esta Unidad Didáctica, (máximo tres mínimo 2 sesiones por curso escolar) durante el año académico 2006-2007 como actividad física y deportiva dentro del Centro Educativo.

Los deportes de lucha siempre han sido relacionados con deportes violentos en los que el enfrentamiento directo era en ocasiones incitador a la aparición de comportamientos agresivos, pero nada más lejos de la realidad cuando vemos deportes como el Judo, que prescinde de los golpes entre los participantes y que estimula en gran medida la inteligencia práctica de los practicantes, desarrolla las capacidades físicas básicas de forma equilibrada y consigue desarrollar aspectos coordinativos básicos en los procesos evolutivos de las etapas de enseñanza.

Las técnicas del judo se basan fundamentalmente en el aprovechamiento de la fuerza del contrario en beneficio propio. En judo no se enseña a nadie a golpear al adversario, ni a atacar con violencia, sino a ser paciente, a desarrollar la atención perceptiva, la concentración, el equilibrio, y a desarrollar todas las capacidades físicas básicas y las habilidades y destrezas. Y es considerado por muchos como el más completo de las artes marciales tanto por su perspectiva física como mental.

Esta Unidad Didáctica que a continuación se presenta está enfocada a la Educación Primaria, que comprende seis años académicos, desde los seis a los doce años de edad, y se organiza en tres ciclos de dos años cada uno, y en 6 cursos, en virtud de lo dispuesto en los artículos 12 y 14 de la Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre.

2. Justificación de la necesidad de una Unidad Didáctica de Judo

Para saber si un deporte de combate como el Judo es una actividad educativa, así como justificar la necesidad o adecuación de que el Judo esté presente dentro del currículum – marco escolar, en una programación de aula, podemos o debemos plantearnos las siguientes cuestiones:

1. ¿Qué nos aporta la práctica de un deporte de adversario como el judo en relación a la maduración de los mecanismos de los que depende la motricidad?
2. ¿Qué relación tiene un deporte de lucha como el judo con el desarrollo de las funciones del movimiento?
3. ¿Podemos alcanzar los objetivos generales del área de Educación Física a través de la práctica del judo?
4. ¿Qué aportaciones ofrece la práctica del judo en los planos que forman la identidad del sujeto?

Como respuesta a la primera pregunta, se puede decir que la práctica de un deporte de lucha como el judo aportará mejoras en relación a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución:

- ◆ Desarrollo perceptivo muy alto, debido a que la oposición inteligente recíproca y simultánea requiere atención perceptiva permanente.
- ◆ Desarrollo en relación a la toma de decisiones muy alto, debido a que la oposición inteligente recíproca y simultánea requiere gran velocidad a la hora de tomar las decisiones aumentando incluso más la dificultad en relación al elevado número de posibilidades técnicas a ejecutar.
- ◆ Desarrollo alto respecto al mecanismo de ejecución, puesto que una de las bases del éxito radica en la mejora de los factores de ejecución, que por otra parte suelen ser complejos por el elevado grado de precisión requerida.

En relación a la segunda pregunta, podemos decir que el Judo es una actividad educativa que contribuye a desarrollar las funciones del movimiento en diferente medida. Las funciones del movimiento a las que nos referimos son:

- ◆ Función de conocimiento, porque el movimiento es uno de los instrumentos cognoscitivos fundamentales de la persona, tanto para conocerse a sí misma como para explorar y estructurar su entorno inmediato. Por medio de la organización de sus percepciones sensomotrices toma conciencia de su propio cuerpo y del mundo que le rodea.
- ◆ Función anatómico-funcional, mejorando e incrementando, las estructuras anatómicas y la capacidad motriz de la persona.
- ◆ Función estética y expresiva, como medio de expresión y manifestación de la sensibilidad y capacidad creativa.

- ◆ Función comunicativa y de relación, en tanto que la persona utiliza su cuerpo y sus movimientos corporales para relacionarse con los otros, no sólo en el juego y en el deporte, sino, en general, en toda clase de actividades físicas.
- ◆ Función agonística, en tanto que la persona, mediante el movimiento corporal, puede mostrar su destreza, competir y superar dificultades.
- ◆ Función higiénica, ya que la actividad física favorece la conservación y mejora de la propia salud y estado físico, así como previene determinadas enfermedades y disfunciones.
- ◆ Función de compensación, en cuanto que el movimiento compensa las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual.
- ◆ Función catártica y hedonista, puesto que las personas, mediante el ejercicio físico, se liberan de tensiones, restablecen su equilibrio psíquico y disfrutan de su corporalidad.

Como respuesta a la tercera pregunta, mediante la práctica del Judo, podemos contribuir a alcanzar los siguientes objetivos generales del área de Educación Física en la Educación Primaria: 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7. Asimismo, se puede contribuir a alcanzar los objetivos generales de la Educación Primaria: e, f, g, h y k.

En relación a la cuarta pregunta planteada, y en respuesta a la misma se puede decir que para que el judo resulte ser una actividad educativa, el docente debe tener en cuenta a su vez que éste debe tener influencia en el desarrollo de todos los planos de actuación que los contenidos de la Educación Física debe tener; estos planos de actuación y los aspectos que los definen son los siguientes:

- ◆ Plano motor:
 - Trabajo de la condición física general.
 - Trabajo de las capacidades físicas básicas.
 - Habilidades y destrezas, lateralidad, orientación espacial.
 - Coordinación dinámica general y específica.
 - Desarrollo de la psicomotricidad.
- ◆ Plano socio-afectivo:
 - Educación en valores. Aceptación y respeto de normas.
 - Incremento de la superación personal.
 - Aceptación del propio cuerpo.
 - Desarrollo de la autoexigencia.
 - Desarrollo de la autoestima.
- ◆ Plano cognitivo:
 - Adquisición de conocimientos.
 - Mejora del autocontrol y de la anticipación.

- Desarrollo del perfil cognitivo, orientado a la asunción de responsabilidades por medio de la maduración de las atribuciones internas o de capacidad.
- Desarrollo de la inteligencia motriz.

Además, se pueden mencionar otra serie de ventajas significativas que la práctica del judo puede aportar dentro del marco escolar:

- ◆ Aporte al alumno de experiencias/vivencias novedosas.
- ◆ Posee numerosas aplicaciones como medio de desarrollo del alumno en el hábito recreativo y de divertimento.
- ◆ Estimula y motiva al alumno/a hacia la práctica habitual de dicha actividad deportiva.
- ◆ Permite desarrollar objetivos educativos escasamente logrados por los contenidos tradicionales, como la desmitificación del contacto corporal, la mejora de las capacidades cognitivas.
- ◆ No se precisa, por regla general, de grandes/costosas instalaciones ni equipamientos.
- ◆ Permite que el profesorado conozca, valore y vivencie estas actividades.
- ◆ Diversifica el marco temático en las programaciones de la asignatura de Educación Física.

Por todo lo que hemos visto podríamos afirmar que un deporte de combate como el Judo puede/debe estar presente en el currículum del área de Educación Física, y en sus programaciones de aula, y por otra parte, podemos considerar que la práctica de éste deporte de combate nos ayuda a alcanzar gran parte de los objetivos generales del área de educación física a través de la aplicación de diferentes contenidos, por lo que se conseguirá mejorar los aspectos de los bloques: "El cuerpo en movimiento, estructura y percepción", "Aspectos cuantitativos de la conducta motriz" y "Habilidad Motriz".

3. Vinculación de la Unidad Didáctica con el Currículo Oficial

Vinculación de la Unidad Didáctica de Judo respecto al Decreto 20/1992, de 17 de Febrero, del Gobierno Valenciano, por el que se establece el Currículo de Educación Primaria en la Comunidad Valenciana (D.O.G.V. 1728/92 de 20 de Febrero de 1992).

3. 1. En relación con los objetivos

3. 1. 1. Objetivos Generales de la Educación Primaria

Al término de la unidad creemos que se habrá aportado a los alumnos un bagaje de conceptos, procedimientos y actitudes que le situarán más cerca de conseguir las capacidades expresadas en los objetivos generales de etapa de la Educación Primaria:

e) Actuar con autonomía en las actividades habituales y en las relaciones de grupo, desarrollando las posibilidades de tomar iniciativas y de establecer relaciones afectivas.

f) Colaborar en la planificación y realización de actividades en grupo, aceptar las normas y las reglas que democráticamente se establezcan, articular los objetivos e intereses propios con los de los otros miembros del grupo, respetando puntos de vista distintos, y asumiendo las responsabilidades que correspondan.

g) Establecer relaciones equilibradas y constructivas con las personas en situaciones sociales conocidas, comportarse de manera solidaria, rechazando discriminaciones basadas en diferencias de sexo, clase social, creencias, raza y otras características individuales, sociales y culturales.

h) Apreciar la importancia de los valores básicos que rigen la vida y la convivencia humana y obrar de acuerdo con ellos.

k) Conocer y apreciar el propio cuerpo y contribuir a su desarrollo, adoptando hábitos de salud y bienestar y valorando las repercusiones de determinadas conductas sobre la salud y la calidad de vida.

3. 1. 2. Objetivos Generales de Área de Educación Física

Con respecto a los objetivos del área, la realización de la unidad permite que los alumnos estén más cerca de conseguir las capacidades que en los objetivos siguientes se expresan:

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.

2. Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, posturales y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando estos hábitos con sus efectos sobre la salud.

3. Regular y dosificar su esfuerzo llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido.

4. Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motores básicos adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa evaluación de sus posibilidades.

5. Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.

6. Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación en razón de las características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en las actividades competitivas.

7. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.

3. 1. 3. Objetivos Didácticos

Con la Unidad Didáctica se trata de que los alumnos sean capaces de:

- Motivarse y disfrutar con la práctica del judo.
- Conocer los aspectos reglamentarios básicos del judo (tatami, ropa, reglas, infracciones, etc.).
- Transmitir las características, fundamentos, valores y actitudes del judo con su acusado sentido de lo moral y de lo humano.
- Conocer y experimentar las técnicas del judo de pie y en el suelo.
- Comprender y ejecutar los aspectos fundamentales de las proyecciones en judo.
- Comprender y ejecutar los aspectos fundamentales de las inmovilizaciones en judo.
- Realizar las caídas, evitando miedos y temores que dificulten su aprendizaje y ejecución.
- Respetar el principio de ayuda mutua, tanto en la proyección como en las caídas.
- Iniciar el contacto corporal.
- Facilitar la aceptación del contacto corporal en una situación de oposición.
- Participar en juegos de lucha como medio de disfrute, de relación y empleo del tiempo libre.
- Utilizar las estrategias básicas de cooperación, oposición y colaboración-oposición en los juegos de lucha.

- Progresar en la adaptación del movimiento a las circunstancias y condiciones de la actividad de lucha.
- Ampliar las habilidades motrices básicas en situaciones de juego y de espacio conocidas.
- Desarrollar globalmente las capacidades físicas.
- Mejorar las habilidades motrices básicas.
- Experimentar variedad de posturas corporales.
- Desarrollar la percepción y el equilibrio.
- Mejorar la flexibilidad general y segmentaria.
- Mejorar las formas básicas de desplazamiento.
- Desarrollar las habilidades de giro sobre los ejes longitudinales y transversales.
- Desarrollar la lateralidad.
- Tomar conciencia de los segmentos corporales.
- Respetar los principios del juego limpio.
- Participar en la actividad de una manera activa y reflexiva, con una actitud positiva, colaborando con el compañero en la búsqueda de soluciones al problema.
- Participar en el juego, entendiendo y respetando sus normas como un medio para un mejor desarrollo del mismo.
- Relacionarse con los compañeros y compañeras compartiendo objetivos e intereses comunes.
- Cooperar en la organización, montaje y traslado de los materiales que se utilicen en las clases, responsabilizándose de su buen uso.
- Aceptar las diferencias de habilidad existentes entre unos y otros, sin que esto constituya un motivo de discriminación o merme la participación en las actividades, propia o de otros.

3. 2. En relación con los contenidos

3. 2. 1. Conceptuales

- La actitud corporal con los demás en el contacto físico.
- La lateralidad sobre uno mismo y sobre el otro.
- Orientación del cuerpo en el espacio.
- La regulación del juego: normas y reglas básicas.
- Concepto de ataque, defensa, contra, etc.
- Vocabulario específico de las actividades de lucha y del judo.

- Principios del judo: principio de máxima eficiencia (*seiryoku zenyo*) y principio de ayuda y prosperidad mutuas (*Uita kyoel*).
- Fundamentos de las inmovilizaciones y de las proyecciones.
- Aspectos normativos fundamentales del judo.
- Fundamentos del judo: Saludo (*rei*), postura (*shintai*), el agarre (*ku-mikata*), romper el equilibrio del contrario (*kuzushi*) y caídas (*ukemi*).
- Judo en el suelo: bases de las inmovilizaciones, salidas, movimientos básicos de defensa (Hon kesa gatame, Yoko shiho gatame, Kami shiho gatame, Tate shiho gatame).
- Judo de pie: O soto gari, O uchi gari, Koshi guruma, O goshi, Ashi harai, Ippon seoi nage.
- Reglamento.

3. 2. 2. Procedimentales

- Experimentación y distinción de situaciones de juego de cooperación y de oposición.
- Exploración de posibilidades de desplazamientos básicos, con distintos apoyos en todos los sentidos y direcciones.
- Coordinación de formas de desplazamiento con otro compañero.
- Utilización del juego en la lucha de suelo.
- Utilización de las reglas para la organización de situaciones colectivas de juegos de lucha cooperativos.
- Utilización de las estrategias básicas de juego: cooperación, oposición, cooperación/oposición a través de los juegos de lucha.
- Dominio motor y corporal desde un planteamiento previo a la acción en diferentes situaciones de lucha (razonamiento motor).
- Experimentación de las habilidades básicas de desplazamiento y giro en diferentes situaciones y formas de ejecución.
- Adquisición de movimientos y conductas motrices adaptadas a distintas situaciones y medios: trepar, transportar, arrastrar, rodar, etc.
- Aplicación de las habilidades básicas de lucha (equilibrio, agarres, caídas) en situaciones de juego.
- Práctica de actividades deportivas adaptadas mediante flexibilización de las normas de juego.
- Lucha contra el adversario para: sacarlo del espacio, agarrarlo por detrás, levantarlo del suelo, derribarlo, inmovilizarlo y tocarlo.
- Provocación de reacciones en el adversario mediante las acciones de tirar y empujar.
- Utilización de la fuerza del adversario para conseguir el objetivo de la lucha.

- Mantenimiento de una posición funcional durante la lucha que permita atacar y defender correctamente.
- Aplicación de agarres favorables a la intención de la lucha.
- Descubrimiento de acciones que permitan puntuar en las luchas propuestas: sacar del espacio, ponerse detrás del adversario, derribarlo, inmovilizarlo y tocarlo.
- Caídas con seguridad al ser derribado.
- Ejecución de las acciones de lucha controlando el riesgo personal y para el adversario.
- Control del cuerpo del adversario en la inmovilización manteniendo un cierto nivel de flexibilidad.
- Escaparse de los controles del adversario.
- Práctica de las técnicas de caída y de control de la caída del compañero.
- Investigación y práctica de diversas formas de vuelco, inmovilización y control.
- Investigación y práctica de diversas formas de proyección.
- Práctica de actividades de lucha en colaboración y en oposición.
- Sistemas de aprendizaje del judo: tandoku renshu, sotai renshu, uchi komi, nage komi, yaku soku geiko, kakari geiko, randori, shiai

3. 2. 3. Actitudinales

- Aceptación del contacto corporal como algo natural.
- Confianza y seguridad en uno mismo para afrontar situaciones habituales.
- Aceptación del propio cuerpo como objeto de juego.
- "Jugar sin hacer daño", respeto de las reglas y los principios del juego limpio.
- Actitud y respeto a las normas y reglas del juego.
- Sensibilidad ante los diferentes niveles de destreza (posibilidades y limitaciones), tanto propias como en las de otros en la practica de juegos de lucha.
- Desarrollar la autonomía y la confianza en las habilidades motrices en diferentes situaciones.
- Interés por aumentar la competencia y habilidades motrices de lucha sobre la base de la propia superación.
- Respeto a las normas de seguridad en las diferentes situaciones de lucha: indumentaria, material, consignas. etc.
- Respeto hacia el profesor y el adversario mediante acciones como el saludo o equivalentes.
- Aceptación de la victoria y la derrota en las situaciones de lucha.

- Colaboración con los compañeros para aprender a luchar.
- Integración del enfrentamiento de uno contra uno en la consciencia grupal.
- Desmitificación de la imagen violenta y agresivo-destructiva que ofrece la sociedad de las actividades de lucha.
- Desconexión de la relación que existe en la historia personal de cada uno entre lucha y estados de tensión, peligro y dolor sustituyéndola por la de una forma de jugar, divertirse y perfeccionarse.
- Valoración de otros aspectos de la lucha, más allá de los relacionados con la defensa personal.
- Responsabilización del cuerpo del adversario, que coopera o se opone en una situación de lucha.
- Responsabilización de la seguridad de uno mismo en las prácticas de oposición y cooperación en las situaciones de lucha.
- Contraste entre las acciones de lucha, con mayor o menor carga agresiva, y el entorno lúdico y creativo que proporciona el profesor y la actitud de los alumnos.
- Control de la agresividad para ser más efectivo en la lucha.
- Contraste entre el objetivo de la lucha y la tolerancia, el respeto, la responsabilidad y la cooperación que exige su práctica.
- Implicación activa, positiva y crítica en todas las actividades de la unidad didáctica (reflexiones, debates, ejercicios prácticos, colocación del material, etc.).
- Colaboración con el compañero en la planificación y ejecución de las respuestas a las situaciones problema que se planteen.
- Valoración positiva de los principios del judo y su contribución a la formación de la persona.
- Aceptación positiva del grado de oposición propia de las actividades de lucha, entendiendo esta oposición como una forma de autosuperación y no como una forma de rivalidad frente a los demás.
- Superación de aquellos estereotipos sociales que puedan presentar al judo como actividad violenta y propia de personas agresivas.
- Colaboración con un compañero para la consecución de un objetivo común de aprendizaje.
- Autocontrol en la utilización de la propia fuerza y de las diferentes técnicas en relación a las características del otro.
- Concienciación sobre la peligrosidad de las conductas violentas o agresivas en la lucha.
- Preferencia por el contacto corporal en la lucha como relación comunicativa en lugar de cómo relación agresiva.

3. 3. La relación de estos contenidos con contenidos de otras áreas: Interdisciplinariedad

LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES ENTRE AMBOS SEXOS: en la enseñanza la igualdad de oportunidades entre ambos sexos debe ser una preocupación constante del profesor, procurando plantear actividades que la contemplan, así, en la enseñanza deportiva se tendrán en cuenta los siguientes principios:

- Appreciar como aprovechables competiciones en las que se permitan, en alguna de las fases de la enseñanza, equipos mixtos o competiciones individuales (1 contra 1) entre chico y chica, sin discriminación en base al sexo, y que permitan un mayor conocimiento de los demás, aceptando las diferencias.
- Comportarse y expresarse con un lenguaje no sexista y que no conlleve desconsideración a cualquiera de los sexos.
- Valorar la igualdad de oportunidades a la hora de trabajar, jugar o competir.

EL DEPORTE Y VALORES RELATIVOS A LA PAZ: en relación con este contenido se tiene que fomentar la convivencia y erradicar cualquier tipo de violencia que se genera en la vida diaria y en la práctica deportiva. Por ello debemos plantearnos en esta unidad didáctica alcanzar los siguientes objetivos:

- Comportarse con juego limpio en la práctica del judo y en la vida diaria.
- Erradicar cualquier tipo de posible ventaja no legal que nos permita ganar en los combates y competiciones.
- Tomar conciencia de las situaciones que generen violencia tratando de descubrir las causas que lo generan con la finalidad de solucionar estos problemas.
- Rechazar la agresión o violencia en cualquier tipo de situación que se produzca antes, durante o después de la práctica deportiva.
- Fomentar entre el alumno los valores del espíritu olímpico y de equipo en las competiciones.

LA EDUCACIÓN SEXUAL EN EL DEPORTE: la educación sexual y la coeducación, debe presentarse en todas las áreas. El profesorado tiene que considerar que éste deporte puede ser practicado indistintamente por chicos y chicas, se tiene que aprovechar la práctica educativa para orientar y educar en aquellos contenidos acerca de la sexualidad que se puedan presentar y no tratar de eludirlos como si no fuera de nuestra competencia como educadores deportivos. De éste modo se propone:

- Respetar y aceptar las peculiaridades y diferencias entre personas de distinto sexo.
- Valorar la coeducación y realizar toda serie de actividades y agrupamientos que la práctica deportiva genere.

EL MEDIO AMBIENTE Y EL DEPORTE: porque ésta área desarrolla actitudes responsables acerca del medio ambiente. Con el deporte del judo se debe fomentar actitudes positivas hacia el respeto y consideración hacia la naturaleza y el entorno. Para ello se tiene que fomentar actitudes de respeto hacia el medio ambiente, para ello se propone:

- Respetar la limpieza de las instalaciones donde se practica este deporte.
- Tomar conciencia de hábitos sociales perjudiciales para la salud y el medio ambiente deportivo como fumar en instalaciones y locales cerrados donde se practica el deporte del judo.
- Defender y valorar el medio ambiente saludable y limpio.

DEPORTE SALUDABLE: porque ésta área desarrolla actitudes responsables acerca de la salud. Nos centraremos en la creación de hábitos de salud y calidad de vida, los efectos de una práctica deportiva mal enfocada, las drogas y el deporte, etc. El fomento de la salud y el deporte tienen que estar ligados de una manera estrecha. Así, se tiene que pretender conseguir las siguientes metas con la práctica del judo:

- Valorar y crear normas básicas para la salud como la higiene y el cuidado corporal.
- Tener una actitud negativa hacia las sustancias nocivas que pueden dañar la salud y la propia práctica del deporte.
- Cumplir las normas básicas sanitarias a la hora de realizar la práctica deportiva.
- Reforzar la autoestima respecto a los hábitos saludables antes, durante y después de la práctica.

VALORES CÍVICO – MORALES EN EL DEPORTE: porque en ésta área se trata el conocimiento de la sociedad. Tiene una importancia trascendental para la formación deportiva y la formación de la persona. El saber respetar al contrario, el comportarse de una manera cívica, es un propósito que junto con la formación técnica tiene que estar presente en los profesores a todos los niveles. Se debe educar en principios, normas y criterios morales. En el caso de la educación cívica, la entendemos como la comprensión y aceptación de normas, pautas sociales y costumbres valiosas que están vigentes en la sociedad. Cualquier comportamiento que nos pueda distinguir como personas a nivel moral y cívico.

4. Tratamiento Didáctico de la Unidad Didáctica

4.1.- Aspectos metodológicos en la aplicación de la Unidad Didáctica

Cuando se afronta el proceso de aplicación de un deporte como el Judo dentro del marco escolar, se deben tener presentes una serie de elementos básicos tanto previos como de aplicación propiamente dicha en relación al marco metodológico general que se vaya a desarrollar.

Estos elementos o responsabilidades que el docente ha de realizar, en relación a la aplicación como contenido del judo, se pueden resumir en los siguientes:

- a) Preparación del mismo en relación a uso y cantidad de materiales, supervisión de espacios necesarios y disponibles.
- b) Desarrollo de los contenidos conceptuales básicos. El objetivo es que el alumno no sólo "haga algo", sino que sepa "para qué y por qué lo hace", siendo ésta una de las bases del aprendizaje significativo.
- c) Elección de "estilos, técnicas y estrategias de enseñanza" en relación a las características del deporte y del colectivo de alumno que forman el grupo, nivel, edad, experiencias previas, presencia o ausencia de alumnos con necesidades educativas especiales, etc.
- d) favorecer distribuciones de trabajo que permitan el desarrollo coeducativo. Es necesario tener en cuenta que en relación al deporte, existen hoy en día gran cantidad de estereotipos asociados a la práctica deportiva en función del sexo.
- e) el docente dará a conocer las reglas y vigilará el cumplimiento de las mismas. Esto nos permitirá que las actividades educativas no se desvirtúen en su proceso de desarrollo.
- f) El docente evitará situaciones de franca superioridad e inferioridad. Evitará por medio de los agrupamientos desigualdades, hiperliderazgos y autoexclusiones.
- g) El docente utilizará las modificaciones de materiales, espacios, agrupamientos, y tiempos de actividad y descanso para optimizar el desarrollo de aspectos "formativo - educativos" y "lúdico - recreativos".
- h) El docente aportará feedbacks y refuerzos que resulten significativos para el alumnos durante el proceso de enseñanza.
- i) El docente deberá llevar a cabo un proceso de observación sistemática, mediante el cual recogerá los datos significativos en relación al proceso de enseñanza - aprendizaje.
- j) El docente tendrá siempre presente que la trascendencia de la actividad del judo no se basará en el resultado (ganador / perdedor), sino en las intenciones educativas.

Además, se debe seguir la siguiente normativa de control, dirigida especialmente a evitar toda posible acción que lleve algún riesgo de lesión:

- a) Prohibición de las presas sobre el cuello y los dedos.
- b) Prohibición de los impactos y cualquier acción no deportiva.
- c) Prohibición de la utilización de objetos decorativos tales como pulseras, anillos, relojes, etc., altamente peligrosos.
- d) Limitar las zonas de acción y evitar la invasión a zonas de otros alumnos.
- e) Cuidar el atuendo en la práctica en las sesiones, buscando su resistencia y evitar posibles accidente.
- f) Ensalzar la figura del compañero, no como un contrario, sino como un colaborador.

4.2.- Modelos educativos a utilizar en la enseñanza de la Unidad Didáctica

Se utilizarán dos modelos, dependiendo de la sesión, actividad o ejercicio, utilizándolos de forma combinada:

- ◆ Modelo Tradicional.
- ◆ Modelo Alternativo o Adaptativo.

El modelo tradicional se caracteriza por la preponderancia del papel del profesor sobre el alumno desde el punto de vista metodológico, que emplearía como técnica de enseñanza la instrucción directa basándose en la idea de que el judo es un deporte que es el conjunto de modelos de ejecución técnica conocidos de antemano y ampliamente decantados y depurados por la práctica y la experiencia y que el profesor-entrenador debe ofrecer una idea lo más ajustada posible del citado modelo y el alumno-aprendiz ir ajustando progresivamente su respuesta al modelo. Se decantaría por una utilización de estrategias de práctica analíticas. Destaca el trabajo de progresiones y de repetición por series, utilizando el ensayo – error como medio del aprendizaje.

Este modelo tradicional, dependiendo de la situación, puede ser modificado por el docente en alguno de sus parámetros, por ejemplo:

- ◆ Antes de comenzar el aprendizaje se presentaría el deporte de una forma global.
- ◆ Introducir el deporte con escalones previos, minideportes, juegos modificados, etc.

Al presentar este tipo de deporte diferentes alternativas a la hora de solucionar una situación, se puede trabajar de forma óptima también mediante las técnicas de enseñanza basadas en la experimentación, por lo que surge la posibilidad de aplicar otros modelos como el modelo alternativo. Este modelo está definido por la pedagogía sintética, que desecha tanto las estrategias analíticas puras como las globales puras. Las bases de este modelo presentan dificultades de aplicación a los deportes de lucha debido a la utilización de estrategias de tipo

global y lúdico, pero aún así sí queremos aplicar este tipo de modelo, y lo realizaremos basándonos en aspectos como los siguientes:

- ◆ El docente considerará que el judo es un medio de la educación, por lo que tendrá que centrarse en un ámbito eminentemente pedagógico, dejando en un segundo plano su vertiente de rendimiento deportivo.
- ◆ Será el alumno/a el que construye su propio aprendizaje desde su experiencia previa, la metodología no podrá estar centrada en el profesor, que pasará a convertirse en mediador y guía del proceso.
- ◆ Se aplicará una metodología basada en la aplicación de las técnicas de búsqueda o indagación, frente a la aplicación de las técnicas de instrucción directa con objeto de formar un jugador inteligente y adaptativo.
- ◆ Se impondrá una pedagogía de las situaciones motrices, frente a una pedagogía de las tareas motrices aisladas, siempre que esto sea posible.

Debido a la contracomunicación y la participación de forma importante de los mecanismos de percepción, decisión y ejecución en un deporte como el judo, se hace imprescindible que los métodos y medios utilizados en la iniciación y el aprendizaje del judo tengan que ser variados para ser eficaces y al mismo tiempo mantengan la motivación del alumno y respeten su desarrollo psico-físico-motriz.

4.3.- Progresión en la enseñanza de la Unidad Didáctica

F. Amador Ramírez, nos ofrece una progresión para los deportes de lucha, establece dos etapas (pre-lucha y lucha), con varias fases de iniciación a la enseñanza de los deportes de lucha dentro de cada una de ellas:

ETAPAS	FASES	EDAD	ESTRUCTURA DE LA ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS
Pre-lucha	Aproximación macrogrupal	6-8 años	Juegos de oposición Juegos de lucha	Met. Global Instructiva
Pre-lucha	Aproximación microgrupal	8-10 años	Actividad de lucha Juegos de oposición Juegos de lucha	Met. Global Instructiva Participativa
Lucha	Aproximación dual	10-12/13 años	Juegos de lucha Deportes de lucha	Met. Global Instructiva Participativa
Lucha	Dominio técnico-táctico	12/13-15 años	Deporte de lucha	Met. Mixta Participativa Emancipativa
Lucha	Perfeccionamiento	16 años y más	Deporte de lucha	Met. Mixta Emancipativa

Pero en una aproximación más específica al deporte del judo, nosotros nos basaremos fundamentalmente para la aplicación de la unidad didáctica en las pautas indicadas por **Vicente Carratalá** (1995), que dice que, en general y en relación a los deportes de lucha en general y del Judo en particular, la orientación a nivel metodológico suele llevar una línea de práctica de actividades generales a práctica de actividades específicas, es decir, las actividades serán de carácter lúdico de tipo macrogrupal y de componente cooperativo. Tras esto se pasarán a las actividades de carácter lúdico de tipo microgrupal, donde se incorporará a la cooperación el componente de oposición y, finalmente se pasará a las actividades de tipo dual, donde manteniendo el carácter lúdico, el componente será únicamente de oposición directa.

4.4.- Ejemplo de sesión

CONTENIDO: UD INICIACIÓN A LA LUCHA		Sesión 1: 1h 40min
OBJETIVO GENERAL: practicar las concepciones de empujar-tirar, practicar los agarres e inmovilizaciones.		
MATERIAL: Aros, cuerdas.		
ANTERIOR A LA SESIÓN		
DESCRIPCIÓN	OBJETIVOS	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
Los alumnos se cambian. Y se coloca el tatami.		
Introducción sesión, explicación de lo que se trabajará en las 3 sesiones de la UD.		
CALENTAMIENTO		
DESCRIPCIÓN	OBJETIVOS	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
1.- Corriendo por el tatami en todas direcciones, cuando se encuentren con alguien chocar manos (dcha, izqda, las dos), pecho, hombros, culos..., espaldas.	Calentar Perder miedo contacto físico	
2.- Corriendo, intentar tocar con la mano (y que no nos toquen) hombros, rodillas, tobillos, cabeza; pisar los pies, tocar con el pie el culo; cada golpe 1 pto.	Calentar Perder miedo contacto físico	
3.- Corriendo, a la señal del profesor abrazarse por parejas, tríos, cuartetos, mitad clase (12), clase entera... (quien se quede sin pareja: abd, flex, americanas..)	Calentar Perder miedo contacto físico	
4.- Corriendo, todo el grupo se dirigirá donde indique el profesor intentando ocupar el mínimo espacio posible abrazándose.	Calentar Perder miedo contacto físico	
5.- Movilidad articular + estirar	Calentar	

DESARROLLO DE LA SESIÓN		
<p>6.- Aros esparcidos por el tatami (o cuerdas, cinturones), todos trotando, el profesor dice un color de aro y los alumnos tienen que ocuparlo: 1º todos los que quepan dentro del aro, 2º sólo cabe uno por aro (el primero que llegue), 3º se puede sacar al primero que llegó empujándolo. Los que se queden sin aro: abd, flex, americanas...</p>	<p>Juego de invasión Perder miedo contacto físico Empujar – Tirar</p>	
<p>7.- Se divide la clase en 4 grupos. Se enfrentarán 6 contra 6, un grupo encima de una colchoneta (o dos) y el otro equipo tiene que invadirla: cada componente del equipo que aguante 5" encima de la colchoneta → 1 pto.</p>	<p>Juego de invasión Perder miedo contacto físico Empujar – Tirar</p>	
<p>8.- 4 grupos. Se enfrenta un grupo contra otro. La "piña": los 6 se cogen fuertemente unos con otros; el otro grupo tiene que separarlos.</p>	<p>Perder miedo contacto físico Agarres – Tirar</p>	
<p>9.- 4 grupos, cada grupo trabaja por separado. Se cogen todos de pie por las manos formando un círculo, menos uno, el que se queda fuera tiene que intentar entrar dentro como sea.</p>	<p>Perder miedo contacto físico Agarres–Empujar-Tirar</p>	
<p>10.- Por parejas, uno a caballo del otro, el de arriba intenta dar vueltas sobre el otro sin tocar las piernas en suelo.</p>	<p>Perder miedo contacto físico Agarres</p>	
<p>11.- Por parejas, uno en cuadrupedia, el otro encima a lo superman e intenta dar vueltas.</p>	<p>Perder miedo contacto físico Agarres</p>	
<p>12.- Por parejas, una colchoneta por pareja. Intentar sacar uno al otro de ella: sin partir de agarre, partiendo del <u>agarre fundamental</u>, de rodillas, una apoyada y la otra no, hombro contra hombro a cuatro patas.</p>	<p>Empujar – Tirar Agarres</p>	
<p>13.- Por parejas en una colchoneta, uno no deja que el otro se dé la vuelta desde varias posiciones..</p>	<p>Inmovilizar.</p>	
<p>14.- Por parejas en una colchoneta, elección de una forma de inmovilizar y luego enseñanza de <u>hon-gesa-gatame</u>, enseñar el ppio básico de control de la línea de hombros.</p>	<p>Inmovilizar. Técnica propia de judo: hon-gesa-gatame.</p>	
<p>15.- Por parejas en una colchoneta, lucha de rodillas partiendo del agarre, si se le saca de la colchoneta 1 pto, si se le tira a tierra e inmoviliza 3 ptos.</p>	<p>Agarres-Empujar-Tirar Inmovilizar</p>	
<p>16.- Dos equipos. Lucha de sumo. Sacar del círculo al otro o proyectarlo para ganar. Se hace un círculo en tierra con cuerdas o con tiza.</p>	<p>Agarres-Empujar-Tirar</p>	
<p>17.- Fin sesión: recogida colchonetas + aseo alumnos</p>		

5. Temporalización de la actividad

La Unidad Didáctica "**Conocer el Judo**" se propone realizarla entre los meses de octubre de 2006 a junio de 2007, a razón de entre dos y tres sesiones durante el curso para cada clase.

Para la temporalización de horas totales en las que se llevará a cabo la actividad, se toma como base que se realizará en 13 Colegios de la ciudad de Alcoi.

Centros con actividad extraescolar JUDO

Concertados:

- 1- José Arnauda.
- 2- La Salle.
- 3- Salesianos San Vicente Ferrer.
- 4- San Roque.

Públicos:

- 5- CP El Romeral.

Centros sin actividad de JUDO

Concertados:

- 6- Paulas
- 7- Santa Ana
- 8- Salesianos Juan XXIII
- 9- Carmelitas

Públicos:

- 10- Esclavas
- 11- CP Horta Major
- 12 - CP Miguel Hernandez
- 13- CP. Sant Vicent

Dentro de estos colegios se toma como base (datos estimativos, no reales), que disponen de 6 cursos de Educación Primaria, y que cada uno de estos cursos está dividido en 2 clases, por tanto:

JOSÉ ARNAUDA												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

LA SALLE												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SALESIANOS SAN VTE. FERRER												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SAN ROQUE																		
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA																		
Sesiones	1 ^{er} Ciclo						2 ^o Ciclo						3 ^{er} Ciclo					
Horarios	1 ^o Primaria			2 ^o Primaria			3 ^o Primaria			4 ^o Primaria			5 ^o Primaria			6 ^o Primaria		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
Fecha 1 ^o sesión																		
Hora 1 ^o sesión																		
Fecha 2 ^a sesión																		
Hora 2 ^a sesión																		
Fecha 3 ^a sesión																		
Hora 3 ^a sesión																		
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 36 horas																		

EL ROMERAL												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SAN VICENTE DE PAÚL												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SANTA ANA												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SALESIANOS JUAN XXIII

EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
Horarios	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

LA PRESENTACIÓN

EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
Horarios	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SAGRADO CORAZÓN

EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
Horarios	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

HORTA MAJOR												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

MIGUEL HERNÁNDEZ												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

SANT VICENT												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Fecha 1 ^o sesión												
Hora 1 ^o sesión												
Fecha 2 ^a sesión												
Hora 2 ^a sesión												
Fecha 3 ^a sesión												
Hora 3 ^a sesión												
Total Horas Impartidas durante el curso con dos sesiones ⇒ 24 horas												

Se estiman una totalidad de:

13 centros escolares dos sesiones durante el curso cada centro

24 horas por centro por 13 centros total 312 hora

RESUMEN TOTAL CENTROS												
EDUCACIÓN PRIMARIA: ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA: 13 CENTROS ESCOLARES												
Sesiones	1 ^{er} Ciclo				2 ^o Ciclo				3 ^{er} Ciclo			
Horarios	1 ^o Primaria		2 ^o Primaria		3 ^o Primaria		4 ^o Primaria		5 ^o Primaria		6 ^o Primaria	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
TOTAL HORAS POR CLASE	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
TOTAL HORAS	312 HORAS											

MONITOR: 312 HORAS - CONTRATO A TIEMPO PARCIAL DURANTE 8 MESES



BIBLIOGRAFIA

- Carratalá, V. y Carratalá, E. (2000). *"Judo. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos"*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura.
- Gaspar (1996). *"El libro del judoka"*. Bilbao: Víctor Manuel Gaspar Cortina.
- Marwood, D. (2000). *"Judo: Iniciación y perfeccionamiento"*. Barcelona: Paidotribo.
- Pieron, M. (1999). *"Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas"*. Barcelona: Inde.
- Sánchez Bañuelos, F. (1984) *"Bases para una didáctica de la educación física y el deporte"*. Madrid: Gymnos.
- Santos, J. (2003). *"Judo infantil. Educación integral"*. Barcelona: Alas.
- Siedentop, D (1998). *"Aprender a enseñar la educación física"*. Barcelona: Inde.
- Taira, S.; Herguedas, J.; Dabauza, P. R. y García, J. M. (1992). *"Judo"*. Madrid: Comité Olímpico Español.
- Temario Oposiciones para el ingreso al cuerpo de Profesores de Educación Física (2006). *"Tema 37 - Deportes de adversario: aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios. Ejemplificaciones sobre algunos deportes"*. Sin editar.
- Temario Oposiciones para el ingreso al cuerpo de Profesores de Educación Física (2006). *"Tema 38 - Los deportes de adversario como contenido de enseñanza en el currículum del área. Intenciones educativas y de aprendizaje, posibles adaptaciones y orientaciones para su tratamiento didáctico"*. Sin editar.
- Torres, G. (1993). *"1000 ejercicios y juegos de actividades de lucha"*. Barcelona: Paidotribo.

INFORMACIÓN 1º CUATRIMESTRE CURSO 2006/2007

UNIDAD DIDACTICA PARA CONOCER EL JUDO

JUDO EN EL COLE



Sobre 4.000 escolares de Alcoi han practicado judo desde el inicio del presente curso. Con el objetivo que la población escolar en edades comprendidas entre 6 y 12 años conociera este deporte desde sus propios centros escolares, se puso en marcha esta programación denominada Unidad Didáctica para conocer el judo, este proyecto pionero a nivel nacional cuenta con el respaldo del Centro de Deportes y del Judo Club Alcoi, principal inspirador de la idea.

El objetivo final es que los cuatro mil escolares que aproximadamente hay censados en el ciclo de primaria a nivel local hayan realizado al menos dos sesiones prácticas en su centro, al mismo tiempo se está logrando dar a conocer el judo como un deporte de alto valor formativo, con la particularidad de que cada entrenamiento se está llevando a cabo dentro del entorno cotidiano de cada escolar, todo bajo la dirección de los técnicos del Judo Club Alcoi

Desde octubre pasado, los técnicos del club Diego Gisbert y Javi Colomer han recorrido uno a uno todos los centros escolares de la ciudad.

Cabe destacar la predisposición de la dirección y el profesorado de los centros que han demostrado un interés y una implicación absoluta en esta idea, por lo que nos atrevemos a valorar de altamente positiva esta experiencia y que nos motiva a programar una cierta continuidad para años venideros.



VALORACIÓN CURSO 2006/2007

UNIDAD DIDACTICA PARA CONOCER EL JUDO



JUDO EN EL COLE

Más de 4.000 escolares de Alcoi han practicado judo durante el presente curso.

Con el objetivo de que la población escolar en edades comprendidas entre 6 y 12 años conociera este deporte desde sus propios centros escolares, se ha llevado a cabo este proyecto denominado Unidad Didáctica para conocer el judo, pionero a nivel nacional y que ha contado con el respaldo del Centre d'Esports d'Alcoi y del Judo Club Alcoi.

Se ha superado dicho objetivo, ya que los cuatro mil escolares que aproximadamente hay censados en el ciclo de primaria a nivel local han realizado dos sesiones prácticas en su centro, al mismo tiempo que se ha logrado dar a conocer el judo como un deporte de alto valor formativo, con la particularidad de que cada entrenamiento se ha llevado a cabo dentro del entorno cotidiano de cada escolar, todo bajo la dirección de los técnicos del Judo Club Alcoi.

Desde octubre a junio, los profesores del club Diego Gisbert y Javier Colomer han recorrido uno a uno todos los centros escolares de la ciudad.

Cabe destacar la predisposición de la dirección y el profesorado de los centros que han demostrado un interés y una implicación absoluta en esta idea, por lo que nos atrevemos a valorar de altamente positiva esta experiencia y que nos motiva a programar su continuidad para las próximas temporadas.



Llegará a los trece centros escolares de la ciudad

El judo formará parte de un programa pionero

El judo ha sido el deporte elegido para poner en marcha un programa piloto a nivel local para difundir su práctica entre los escolares de nuestra ciudad. Esta iniciativa llevará el nombre de Unidad Didáctica para Conocer el Judo y se calcula que llegará a un total de 4.000 niños, todos ellos de Educación Primaria, con edades comprendidas entre los 6 y los 12 años.

Para su desarrollo, un par de illicenciados que han sido contratados única y exclusivamente para este cometido, se dedicarán a recorrer los trece centros escolares de la ciudad, con la intención de que al menos un par de veces durante el curso practiquen el judo dentro del horario escolar.

La iniciativa parte del Judo Club Alcoi, a través de su Escuela Municipal, la cual este año cumple su tercera edición, y cuenta con el respaldo del Ayuntamiento, en concreto del Centre d'Esports, el máximo organismo en materia deportiva de la ciudad, así como de todos los centros escolares de la población, que bien a través de sus directores o de su consejo escolar, han conocido de pri-



mera mano la finalidad de este programa.

Además de ser una idea bastante interesante para difundir el deporte entre la población escolar de la ciudad, esta unidad didáctica también ha con-

seguido a un hecho inédito, ya que por primera vez un club, el municipio y las entidades escolares han caminado juntos de la mano, además en una práctica que no goza de la popularidad del fútbol o del baloncesto, que

son las más practicadas por los niños de nuestra ciudad.

Según significó Roberto Botella, presidente del Judo Club Alcoi, en la presentación de este programa, "la idea es que tenga una continuidad en el futu-

ro. Si este año es el primer paso en la primaria de la ciudad sería que para el próximo curso pudiera ampliarse a los alumnos de secundaria".

Deporte escolar

Arrancan los Jocs Escolars, que cumplen su 25 edición

Este fin de semana será muy especial para el deporte escolar de nuestra ciudad. Arranca la fase local de los Jocs Esportius Municipals, la actividad más importante que alrededor de este colectivo se celebra anualmente, como demuestra que más de dos mil niños de todas las edades se reúnen para tomar parte en una actividad que este año cumple su vigesimoquinta edición, una fecha significativa y arraigada de su prestigio y arraigo. La convocatoria está organizada y coordinada por el Centre

d'Esports, que a través del tiempo ha conseguido que sea una de las citas más esperadas del deporte local. Este año se podrá elegir entre veinte modalidades distintas, habiéndose incorporado como novedad la pelota valenciana. Como viene siendo costumbre, la actividad arrancará de forma escalonada. Los primeros en comenzar serán el fútbol 7, el fútbol sala y el baloncesto, justo las tres modalidades con mayor número de inscritos, que el año pasado concentró a más de 1.600 ni-



El deporte escolar en su 25ª edición

EN UN PROGRAMA PIONERO A NIVEL NACIONAL EN CENTROS ESCOLARES

El judo llega a 4.000 niños de la ciudad

DANY VILAPLANA

El judo servirá de lanzadera de un programa piloto a nivel local para difundir entre los escolares de nuestra ciudad aquellos deportes menos conocidos o que cuenta con menor número de practicantes. Esta iniciativa, que se ha puesto en marcha durante este curso académico como actividad física y deportiva dentro de los trece centros escolares de la población, se desarrollará bajo la denominación de Unidad Didáctica para Conocer el Judo, cuenta con el respaldo de los tres pilares básicos para que se pueda desarrollar con unas mínimas garantías de éxito y que se puedan cumplir los objetivos trazados cuando se planteó su puesta en marcha. Por un lado el municipio, en este caso representado por el Centre d'Esports, el máximo organismo en materia deportiva, que quiere aprovechar esta experiencia para trasladarla luego a otras prácticas con cierta tradición a nivel local y que no cuentan con la popularidad del fútbol o del baloncesto, que son las más mayoritarias entre los escolares locales.

En el otro bando aparece el Judo Club Alcoi, principal impulsor de la idea y entidad que viene volcándose de manera importante en los últimos años en la difusión de su deporte en las categorías de base a



través de la creación de la Escuela Municipal, que este curso cumple su tercera edición. Y el tercer escalafón, y posiblemente el más importante para que la cadena se cumpla, son los centros escolares, que como aseguró Roberto Botella, presidente del Judo Club Alcoi, ayer al mediodía en la presentación de esta iniciativa, "se han mostrado plenamente receptivos a la idea, tanto sus consejos escolares como sus directores, que han visto muy interesante toda la programación".

Esta unidad didáctica está enfocada a la Educación Primaria, que comprende los seis años académicos, desde los 6 a los 12 años de edad. El acto de presentación contó con la presencia de Vicente Carratalá, doctor en psicología, maestro entrenador nacional de judo, profesor de maestría y rendimiento deportivo de la Facultad de Ciencias de la Universidad de Valencia, así como decano decano de esta Facultad entre los años 99 y 2005.

También estaba previsto contar con la medallista olímpica y a la vez senadora nacional, Miriam Blasco, muy vinculada a nuestra ciudad desde hace bastantes años, pero un compromiso en Madrid de última hora le impidió estar ayer en el Ayuntamiento.

Carratalá quiso felicitar al municipio de Alcoi por respaldar esta iniciativa, que calificó de "pionera" dentro del territorio nacional, a la vez que tuvo un reconocimiento hacia el Judo Club Alcoi por sus cuarenta años de enseñanza, "en los que se ha ganado a pulso formar parte de la historia de esta población". Esta destacada personalidad de la enseñanza del judo dentro de la Comunidad quiso destacar que esta unidad didáctica sigue la línea de "convergencia europea" que se quiere implantar en toda Europa, con la que se quiere "hacer más participe al alumnado" y que "la teoría de paso a la práctica".

La finalidad final de esta iniciativa es que los niños de estos trece centros escolares de primaria dediquen al menos dos días durante el curso a

jugar practicando judo dentro de su horario escolar. En total se calcula que unos 4.000 niños entre 6 y 12 años habrá participado en este programa único. Para ello se ha contratado un licenciado que se encargará única y exclusivamente de recorrer durante los próximos meses los centros educativos de la ciudad. Según especificó Roberto Botella durante la presentación "nuestra idea es que esta iniciativa tenga una continuidad. Si este año hemos comenzado en los centros de primaria, lo ideal sería que en el próximo curso pudiera ampliarse esta oferta a secundaria, con lo que así conseguiríamos que en los próximos años todos los niños y niñas de la ciudad conozcan el judo. Para nuestro deporte supone un gran paso adelante y un gran estímulo". El concejal de deportes Santi Botella, por su parte, quiso matizar que esta experiencia "forma parte de esa programación que me marqué cuando llegué a este cargo y la intención es que de cara al futuro se pueda ampliar a más modalidades deportivas de la ciudad".