

ANX-PR/CL/001-01
GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

Aplicacion deportiva II judo

CURSO ACADÉMICO - SEMESTRE

2016-17 - Segundo semestre

Datos Descriptivos

Nombre de la Asignatura	Aplicacion deportiva II judo
Titulación	11CD - Grado en Ciencias del Deporte
Centro responsable de la titulación	Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef
Semestre/s de impartición	Octavo semestre
Módulos	Modulo 10 itinerario de orientacion profesional
Carácter	Optativa
Código UPM	115000143
Nombre en inglés	Sport applications II judo

Datos Generales

Créditos	6	Curso	4
Curso Académico	2016-17	Período de impartición	Febrero-Junio
Idioma de impartición	Castellano	Otros idiomas de impartición	

Requisitos Previos Obligatorios

Asignaturas Previas Requeridas

Aplicacion deportiva I judo

Otros Requisitos

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidos otros requisitos para esta asignatura.

Conocimientos Previos

Asignaturas Previas Recomendadas

El coordinador de la asignatura no ha definido asignaturas previas recomendadas.

Otros Conocimientos Previos Recomendados

El coordinador de la asignatura no ha definido otros conocimientos previos recomendados.

Competencias

CE1 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas

CE11 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte, entre la población que realiza entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CE7 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. Nivel 3.

CE8 - Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CG3 - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG8 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

CG9 - Resolver con eficacia, creatividad y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y, si procede, innovadoras.

Resultados de Aprendizaje

RA8 - Dominio de habilidades y técnicas para dirigir y organizar grupos en contextos de salud, recreación, gestión, ocio, rendimiento y educación en función del itinerario elegido.

RA5 - Actuar con conciencia y respeto ante todas las personas sin distinción de género, cultura o religión.

RA441 - 1.- Realizar correctamente y con efectividad la secuencias motriz de las técnicas desarrolladas durante el curso.

Profesorado

Profesorado

Nombre	Despacho	e-mail	Tutorías
Lopez Diaz De Durana, Alfonso (Coordinador/a)	102	alfonso.lopez@upm.es	M - 12:00 - 16:00 J - 12:00 - 14:00

Nota.- Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

Descripción de la Asignatura

Se trata de una asignatura vinculada a los itinerarios profesionales de Entrenamiento Deportivo y de Docencia en Educación Física. En consecuencia, está enfocada a profundizar en el conocimiento y en la práctica del Judo y a dotar al alumno de las herramientas y recursos necesarios para poder desenvolverse en el ámbito del entrenamiento en este deporte y, de manera especial, en el de la docencia. Se pretende que, en un futuro, el estudiante pueda utilizar el Judo como un medio o recurso didáctico en la enseñanza de la Educación Física, o bien, que sea capaz de iniciar a otras personas en su práctica. Además, la asignatura también se enfoca a preparar parte de los contenidos evaluables para el examen de Cinturón Negro Primer Dan.

Esta asignatura de carácter optativo, aumenta y mejora todos los conocimientos adquiridos durante el curso anterior. Profundiza y asienta la formación íntegra del alumno. Profundiza en la práctica de los fundamentos, en el conocimiento, en la progresión y análisis de las técnicas, orientando al alumno hacia el ámbito pedagógico y deportivo. Proporciona una herramienta para observar las capacidades perceptivo-motrices, y físicas de los sujetos, sobre las que se planificarán y diseñarán los diferentes niveles de intervención en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Temario

1. NAGE NO KATA

- 1.1. Grupo Te Waza: Aprendizaje y Perfeccionamiento de la técnicas de ejecución
- 1.2. Detección de errores
- 1.3. Grupo Koshi Waza: Aprendizaje y Perfeccionamiento de la técnicas de ejecución
- 1.4. Detección de errores
- 1.5. Grupo Ashi Waza: Aprendizaje y Perfeccionamiento de la técnicas de ejecución
- 1.6. Grupo Ma Sutemi Waza: Aprendizaje y Perfeccionamiento de la técnicas de ejecución
- 1.7. Detección de errores
- 1.8. Grupo Yoko Sutemi Waza: Aprendizaje y Perfeccionamiento de la técnicas de ejecución
- 1.9. Detección de errores

2. APRENDIZAJE DE TÉCNICAS NUEVAS: GO KYO

- 2.1. Aprendizaje y perfeccionamiento de las nuevas técnicas del Gokyo para el paso a 1er DAN y a siguientes grados
- 2.2. Detección de errores
- 2.3. Defensa
- 2.4. Ejercicios, juegos y progresiones de enseñanza y entrenamiento
- 2.5. Aspectos reglamentarios

3. APRENDIZAJE DE TÉCNICAS NUEVAS: NE WAZA

- 3.1. Aprendizaje y perfeccionamiento de las nuevas técnicas del Ne Waza para el paso a 1er DAN y a siguientes grados
- 3.2. Detección de errores
- 3.3. Combinaciones con otras técnicas de Judo suelo
- 3.4. Movimientos de ataque en suelo para llegar a controlar a uke
- 3.5. Defensas y salidas
- 3.6. Ejercicios, juegos y progresiones de enseñanza y entrenamiento
- 3.7. Aspectos reglamentarios

4. Repaso y perfeccionamiento de los movimientos especiales (TOKUI-WAZA) Nage Waza y Ne Waza.

- 4.1. Definición y fundamento
- 4.2. Desarrollo: combinaciones, defensas/salidas, movimientos de ataque, etc.
- 4.3. El Tokui-waza en competición

5. KAESHI WAZA NE WAZA

6. RENRAKU y RENZOKU WAZA

7. ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

- 7.1. Valoración de la condición física en Judo. Sistemas específicos.
- 7.2. Condiciones físicas específicas del Judo.
- 7.3. Planificación del entrenamiento deportivo en Judo. Periodización.

8. USO DE HERRAMIENTAS PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO.

Cronograma

Horas totales: 98 horas

Horas presenciales: 68 horas (43.6%)

Peso total de actividades de evaluación continua:
62.5%

Peso total de actividades de evaluación sólo prueba final:
100%

Semana	Actividad Presencial en Aula	Actividad Presencial en Laboratorio	Otra Actividad Presencial	Actividades Evaluación
Semana 1			NAGE NO KATA Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 2			NAGE NO KATA Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 3			NAGE NO KATA Tema 1 Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 4			NAGE NO KATA Tema 1 Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 5			Aprendizaje del GOKYO Tema 2 Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 6			Aprendizaje del GOKYO Tema 2 Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 7			Aprendizaje del NE WAZA Tema 3 Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	Elaboración de vídeo/tutorial sobre NAGE NO KATA Duración: 10:00 TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua Actividad no presencial Elaboración de vídeo/tutorial sobre técnicas nuevas aprendidas del GOKYO y de NE WAZA Duración: 10:00 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Actividad no presencial
Semana 8			Aprendizaje del NE WAZA Tema 3 Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
Semana 9			Repaso de los TOKUI WAZA (Tema 4). Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	

Semana 10			<p>Repaso de los TOKUI WAZA (Tema 4).</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
Semana 11			<p>KAESHI WAZA(Tema 5).</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
Semana 12			<p>KAESHI WAZA(Tema 5).</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
Semana 13			<p>RENRAKU WAZA y RENZOKU WAZA (Tema 6)</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
Semana 14			<p>RENRAKU WAZA y RENZOKU WAZA (Tema 6)</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	<p>Participación en actividades complementarias</p> <p>Duración: 10:00</p> <p>OT: Otras técnicas evaluativas</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad no presencial</p>
Semana 15			<p>ENTRENAMIENTO DEPORTIVO (Tema 7)</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	
Semana 16			<p>ENTRENAMIENTO DEPORTIVO (Tema 7)</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>USO DE HERRAMIENTAS PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	<p>Primera prueba de evaluación sobre contenidos prácticos del examen para paso de grado</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad presencial</p>
Semana 17				<p>Elaboración de PRESENTACIÓN PP, sobre un plan de entrenamiento específico de Judo</p> <p>Duración: 20:00</p> <p>TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo</p> <p>Evaluación sólo prueba final</p> <p>Actividad no presencial</p> <p>Prueba final de evaluación sobre contenidos teóricos</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>EX: Técnica del tipo Examen Escrito</p> <p>Evaluación sólo prueba final</p> <p>Actividad no presencial</p> <p>Prueba final de evaluación sobre contenidos prácticos</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas</p> <p>Evaluación sólo prueba final</p> <p>Actividad presencial</p>

Nota.- El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura que puede sufrir modificaciones durante el curso.

Nota 2.- Para poder calcular correctamente la dedicación de un alumno, la duración de las actividades que se repiten en el tiempo (por ejemplo, subgrupos de prácticas") únicamente se indican la primera vez que se definen.

Actividades de Evaluación

Semana	Descripción	Duración	Tipo evaluación	Técnica evaluativa	Presencial	Peso	Nota mínima	Competencias evaluadas
7	Elaboración de vídeo/tutorial sobre NAGE NO KATA	10:00	Evaluación continua	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No	12.5%	5 / 10	CG9, CG3, CE1
7	Elaboración de vídeo/tutorial sobre técnicas nuevas aprendidas del GOKYO y de NE WAZA	10:00	Evaluación continua	OT: Otras técnicas evaluativas	No	12.5%	5 / 10	CG3, CE1, CG9, CE8
14	Participación en actividades complementarias	10:00	Evaluación continua	OT: Otras técnicas evaluativas	No	12.5%	5 / 10	CE11, CE7
16	Primera prueba de evaluación sobre contenidos prácticos del examen para paso de grado	02:00	Evaluación continua	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Sí	25%	5 / 10	CG8
17	Elaboración de PRESENTACIÓN PP, sobre un plan de entrenamiento específico de Judo	20:00	Evaluación sólo prueba final	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No	25%	5 / 10	CE7, CE1, CG8, CG9, CG3, CE8, CE11
17	Prueba final de evaluación sobre contenidos teóricos	01:00	Evaluación sólo prueba final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No	25%	5 / 10	
17	Prueba final de evaluación sobre contenidos prácticos	02:00	Evaluación sólo prueba final	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Sí	50%	5 / 10	

Criterios de Evaluación

Sólo podrán optar al **sistema de evaluación continua** aquellos alumnos que asistan al 85% o más de las horas presenciales de clase, es decir, aquellos que no acumulen más de cuatro faltas de asistencia a lo largo del curso. Además, cada falta de asistencia (hasta un máximo de cuatro) podrá reducir hasta en 0,3 puntos la calificación final de la asignatura. La asistencia a clase sin realizar la práctica será considerada como falta, salvo que exista justificación para ello (lesión o enfermedad). Los retrasos injustificados también serán considerados como una falta de asistencia. Los alumnos lesionados o enfermos (salvo que la lesión o enfermedad se lo impida expresamente) deberán asistir a clase aunque no puedan practicar. En cualquiera de los casos, aquellos alumnos que estén más de seis sesiones de clase sin poder practicar por causa de una lesión o enfermedad, no podrán optar al sistema de evaluación continua. Todas las enfermedades o lesiones deberán ser convenientemente justificadas al profesor de la asignatura. Los exámenes y trabajos deberán estar aprobados con un mínimo de 5 para poder realizar la valoración de la nota final tanto en el sistema de evaluación continua como en el sistema de sumativa o final

Recursos Didácticos

Descripción	Tipo	Observaciones
Álamo, J.M. (2008). La iniciación al judo en la educación física escolar. Sevilla: Wanceulen	Bibliografía	
Amador, F. (1997). El judo y las ciencias de la educación física y el deporte. Vitoria, Gasteiz: Instituto Vasco de Educación Física.	Bibliografía	
Burger, R. (1989). Judo. Madrid: ADELEF.	Bibliografía	
Carratalá, V. y Carratalá, E. (2000). Judo: la actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Madrid: Consejo Superior de Deportes	Bibliografía	
Carratalá, V. y Galán, E. (2011), Judo. Del descubrimiento a la formación. A Coruña: Federación Gallega de Judo.	Bibliografía	
Castarlenas, J.L., Pere, J. y Villamón, M. (2002). El judo en la educación física escolar: unidades didácticas. Barcelona: Hispano Europea	Bibliografía	
Dopico, J. (1998). Judo: habilidades específicas. Santiago de Compostela: Lea, D.L.	Bibliografía	
García-García, J.M. (2006). Judo, juegos para la mejora del aprendizaje de las técnicas. Barcelona: Paidotribo.	Bibliografía	
Gutiérrez, C. (2004). Introducción y desarrollo del Judo en España (de principios del siglo XX a 1965): el proceso de implantación de un método educativo y de combate importado de Japón. Tesis Doctoral. León: Universidad de León	Bibliografía	
Kano, J. (1989). Judo Kodokan. Madrid: Eyra	Bibliografía	
Kolychkin, A. (1989). Judo: nueva didáctica. Barcelona: Paidotribo	Bibliografía	
Kudo, K. (1979). Judo en Acción: Tomos 1 y 2. Bilbao: FHER.	Bibliografía	
Nalda, J.S. (2003). Judo infantil: educación integral. Barcelona: Alas.	Bibliografía	
Páez, C. y Villalta, E. (1983). Judo infantil, pedagogía y técnica. Barcelona: INEFC, Generalitat de Catalunya.	Bibliografía	
Pedro, J. y Durbin, W. (2001). Judo techniques & tactics. Champaign, Illinois: Human Kinetics.	Bibliografía	
Pöhler, R. (1998). Iniciación al judo. Del cinturón blanco al verde: las primeras competiciones. Barcelona: Hispano Europea.	Bibliografía	
Taira, S. (2009). La Esencia del Judo. Tomo I. Gijón: Satori Ediciones.	Bibliografía	
Tamayo, J.A. (2003). Iniciación al Judo. Sevilla: Wanceulen.	Bibliografía	
Varios Autores (2010). Judo. Una visión diversa. Madrid: Visión Libros	Bibliografía	
Varios Autores (2011). Judo. Una visión diversa (II). Madrid: Visión Libros	Bibliografía	
Villamón, M. (Dir.) (1999). Introducción al Judo. Barcelona: Hispano-Europea.	Bibliografía	
Página de la asignatura en Moodle	Recursos web	

Otra Información

Todas las clases, salvo que se indique lo contrario, se impartirán en la Sala de Judo del Pabellón Exterior. Los estudiantes deberán asistir a clase provistos de un judogi blanco y del cinturón correspondiente. Durante las clases, queda terminantemente prohibido llevar en el cuerpo cualquier objeto extraño al mismo: relojes, pendientes, cadenas, pulseras en muñecas o tobillos, anillos, piercing, etc., siendo responsabilidad directa del estudiante cualquier accidente que se pudiese producir por el incumplimiento de esta norma. Todos los estudiantes asistirán a clase convenientemente aseados, con el judogi limpio y con las uñas de pies y manos cortadas. Asimismo, los alumnos que tengan el pelo largo deberán llevarlo recogido.