



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

PROCESO DE
COORDINACIÓN DE LAS
ENSEÑANZAS PR/CL/001



Facultad de Ciencias de la
Actividad Física y del Deporte -
Inef

ANX-PR/CL/001-01

GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

115100143 - Aplicación Deportiva II: Judo

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2019/20 - Segundo semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Requisitos previos obligatorios.....	2
4. Competencias y resultados de aprendizaje.....	2
5. Descripción de la asignatura y temario.....	3
6. Cronograma.....	6
7. Actividades y criterios de evaluación.....	9
8. Recursos didácticos.....	10
9. Otra información.....	13

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100143 - Aplicación Deportiva II: Judo
No de créditos	6 ECTS
Carácter	Optativa
Curso	Cuarto curso
Semestre	Octavo semestre
Período de impartición	Febrero-Junio
Idioma de impartición	Castellano
Titulación	11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte
Centro responsable de la titulación	11 - Facultad de Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte - Inef
Curso académico	2019-20

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Gabriel Rodriguez Romo (Coordinador/a)	102-100	gabriel.rodriguez@upm.es	Sin horario. Cita previa por email
Cecilia Blanco Garcia	102	cecilia.blanco@upm.es	Sin horario. Cita previa por email

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

3. Requisitos previos obligatorios

3.1. Asignaturas previas requeridas para cursar la asignatura

- Aplicación Deportiva I: Judo

3.2. Otros requisitos previos para cursar la asignatura

El plan de estudios Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte no tiene definidos requisitos para esta asignatura.

4. Competencias y resultados de aprendizaje

4.1. Competencias

CE02 - Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en el diseño y puesta en práctica de propuestas y programas de Educación Física en el contexto educativo. Nivel 3.

CE06 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte entre la población escolar. Nivel 3.

CE08 - Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo. Nivel 3.

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.

CG13 - Desarrollar habilidades adecuadas de comunicación oral y escrita en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico y específico de conocimiento, que permitan la adecuada comunicación y transferencia de conocimientos.

CG14 - Utilizar y aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, usando las principales fuentes de información científica disponibles.

4.2. Resultados del aprendizaje

RA9 - Capacidad de trabajar en equipo

RA8 - Actuar con conciencia y respeto ante todas las personas sin distinción de género, cultura o religión

RA7 - Desarrollo eficiente en un contexto profesional real según el itinerario elegido

RA5 - 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

RA101 - Aplicación de habilidades, técnicas y metodologías adquiridas en los módulos básicos para el correcto desempeño de la profesión según el itinerario elegido

RA100 - Aplicación de tecnologías avanzadas en el ejercicio profesional

RA10 - Actitudes flexibles y capacidad de adaptación en una sociedad en constante evolución

RA99 - Poner en práctica habilidades de expresión y comunicación oral y escrita en el contexto profesional

5. Descripción de la asignatura y temario

5.1. 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.

5.2. Temario de la asignatura

1. Las inmovilizaciones (OSAEKOMI-WAZA).
 - 1.1. Perfeccionamiento de la técnica de ejecución
 - 1.2. Detección de errores
 - 1.3. Combinaciones con otras técnicas de Judo suelo
 - 1.4. Movimientos de ataque en suelo para finalizar inmovilizando
 - 1.5. Defensas y salidas
 - 1.6. Ejercicios, juegos y progresiones de enseñanza y entrenamiento
 - 1.7. Aspectos reglamentarios
2. Las estrangulaciones (SHIME-WAZA)
 - 2.1. Perfeccionamiento de la técnica de ejecución de algunas estrangulaciones y selección de nuevas técnicas para el paso de 2º a 1º Kyu y, posteriormente, a 1er DAN
 - 2.2. Detección de errores
 - 2.3. Combinaciones con otras técnicas de Judo suelo
 - 2.4. Defensas y salidas
 - 2.5. Movimientos de ataque en suelo para finalizar estrangulando
 - 2.6. Ejercicios, juegos y progresiones de enseñanza y entrenamiento
 - 2.7. Aspectos reglamentarios
3. Las luxaciones (KANSETSU-WAZA)
 - 3.1. Perfeccionamiento de la técnica de ejecución de algunas luxaciones y selección de nuevas técnicas para el paso de 2º a 1º Kyu y, posteriormente, a 1er DAN
 - 3.2. Detección de errores
 - 3.3. Combinaciones con otras técnicas de Judo suelo
 - 3.4. Movimientos de ataque en suelo para finalizar estrangulando
 - 3.5. Defensas y salidas
 - 3.6. Ejercicios, juegos y progresiones de enseñanza y entrenamiento
 - 3.7. Aspectos reglamentarios
4. El movimiento especial (TOKUI-WAZA) en Judo suelo.

- 4.1. Definición y fundamento
- 4.2. Desarrollo: combinaciones, defensas/salidas, movimientos de ataque, etc.
- 4.3. El Tokui-waza de suelo en competición
5. Técnicas de proyección (NAGE-WAZA)
 - 5.1. Perfeccionamiento de la técnica de ejecución de algunas proyecciones y selección de nuevas técnicas para el paso de 2º a 1º Kyu y, posteriormente, a 1er DAN
 - 5.2. Detección de errores
 - 5.3. Combinaciones y encadenamientos
 - 5.4. Defensas y contraataques
 - 5.5. Ejercicios, juegos y progresiones de enseñanza y entrenamiento
 - 5.6. Aspectos reglamentarios Judo pie (I)
 - 5.7. Fundamentos avanzados Judo pie (I)
6. El movimiento especial (TOKUI-WAZA) en Judo pie
 - 6.1. Definición y fundamento
 - 6.2. Desarrollo: combinaciones, encadenamientos, defensas, contraataques, etc
 - 6.3. El Tokui-waza de pie en competición
7. Judo y desarrollo competencial
 - 7.1. Introducción. Principios del Judo
 - 7.2. El Judo como herramienta de desarrollo competencial
 - 7.3. El ejemplo del maestro/entrenador como reflejo poderoso para el desarrollo del judoka
 - 7.4. La gestión del talento en equipos y situaciones de alto rendimiento. El papel del líder/coach
8. Organización y gestión de actividades y eventos de Judo
 - 8.1. Gestión documental relacionada con actividades y eventos de Judo
 - 8.2. Normativa de competición y reglamento de arbitraje
 - 8.3. Protocolo y ceremonial deportivo
 - 8.4. Seguridad en instalaciones para la práctica y la competición en Judo
 - 8.5. Estructura organizativa de un club de Judo
 - 8.6. Gestión de espacios, recursos humanos y materiales en actividades y eventos de Judo
 - 8.7. Patrocinio y publicidad en actividades y eventos de Judo

6. Cronograma

6.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad presencial en aula	Actividad presencial en laboratorio	Otra actividad presencial	Actividades de evaluación
1			Inmovilizaciones, estrangulaciones y luxaciones. Repaso de técnicas de cursos anteriores (Temas 1 a 3). Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
2			Inmovilizaciones, estrangulaciones y luxaciones. Repaso de técnicas de cursos anteriores (Temas 1 a 3). Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
3			Nuevas técnicas de luxación y estrangulación (Temas 1 a 3). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo suelo (Tema 4) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
4			Nuevas técnicas de luxación y estrangulación (Temas 1 a 3). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo suelo (Tema 4) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
5			Nuevas técnicas de luxación y estrangulación (Temas 1 a 3). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo suelo (Tema 4) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	
6			El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo suelo (Tema 4) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo suelo (Tema 4) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	

7			<p>El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo suelo (Tema 4) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	<p>Elaboración de vídeo/tutorial sobre Tokui-waza de Judo suelo y sesiones de clase sobre contenidos específicos TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua Duración: 10:00</p> <p>Participación en actividades complementarias OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Duración: 10:00</p>
8			<p>Repaso de todos los contenidos prácticos desarrollados hasta la fecha Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	<p>Primera prueba de evaluación sobre contenidos prácticos de Judo suelo EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Duración: 02:00</p>
9			<p>Repaso de técnicas de proyección de cursos anteriores (Tema 5). Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
10			<p>Repaso de técnicas de proyección de cursos anteriores (Tema 5). Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
11			<p>Nuevas técnicas de proyección (Tema 5). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo pie (Tema 6) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
12			<p>Nuevas técnicas de proyección (Tema 5). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo pie (Tema 6) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
13			<p>Nuevas técnicas de proyección (Tema 5). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo pie (Tema 6) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	
14			<p>Nuevas técnicas de proyección (Tema 5). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo pie (Tema 6) Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>	<p>Participación en actividades complementarias OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Duración: 10:00</p>
15			<p>Judo y desarrollo competencial (Tema 7) Duración: 04:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Elaboración de vídeo/tutorial sobre Tokui-waza de Judo pie y sesiones de clase sobre contenidos específicos TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua Duración: 10:00</p>

16			Repaso de todos los contenidos prácticos desarrollados hasta la fecha Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas	Primera prueba de evaluación sobre contenidos prácticos de Judo pie EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Duración: 02:00
17				Elaboración de vídeo/tutorial sobre Tokui-waza de Judo pie, Tokui-waza de Judo suelo y sesiones de clase sobre contenidos específicos TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación sólo prueba final Duración: 20:00 Prueba final de evaluación sobre contenidos teóricos EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Duración: 01:00 Prueba final de evaluación sobre contenidos prácticos EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final Duración: 02:00

Las horas de actividades formativas no presenciales son aquellas que el estudiante debe dedicar al estudio o al trabajo personal.

Para el cálculo de los valores totales, se estima que por cada crédito ECTS el alumno dedicará dependiendo del plan de estudios, entre 26 y 27 horas de trabajo presencial y no presencial.

* El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura y puede sufrir modificaciones durante el curso.

7. Actividades y criterios de evaluación

7.1. Actividades de evaluación de la asignatura

7.1.1. Evaluación continua

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
7	Elaboración de vídeo/tutorial sobre Tokui-waza de Judo suelo y sesiones de clase sobre contenidos específicos	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	10:00	12.5%	5 / 10	CE08 CG14 CE02 CG13
7	Participación en actividades complementarias	OT: Otras técnicas evaluativas	No Presencial	10:00	12.5%	/ 10	CE06 CE11
8	Primera prueba de evaluación sobre contenidos prácticos de Judo suelo	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	25%	5 / 10	CE08 CE02 CE06 CE11
14	Participación en actividades complementarias	OT: Otras técnicas evaluativas	No Presencial	10:00	12.5%	/ 10	CE06 CE11
15	Elaboración de vídeo/tutorial sobre Tokui-waza de Judo pie y sesiones de clase sobre contenidos específicos	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	10:00	12.5%	5 / 10	
16	Primera prueba de evaluación sobre contenidos prácticos de Judo pie	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	25%	5 / 10	CE08 CE02 CE06 CE11

7.1.2. Evaluación sólo prueba final

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	Elaboración de vídeo/tutorial sobre Tokui-waza de Judo pie, Tokui-waza de Judo suelo y sesiones de clase sobre contenidos específicos	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	20:00	25%	5 / 10	CE08 CG14 CE02 CG13
17	Prueba final de evaluación sobre contenidos teóricos	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No Presencial	01:00	25%	5 / 10	CE08 CE02 CE06 CE11

17	Prueba final de evaluación sobre contenidos prácticos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	50%	5 / 10	CE08 CE02 CE06 CE11
----	---	--	------------	-------	-----	--------	------------------------------

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

No se ha definido la evaluación extraordinaria.

7.2. 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. Aquellos alumnos que no asistan como mínimo al 85% de las horas presenciales de clase, es decir, que superen las cuatro faltas de asistencia a lo largo del curso, sólo podrán optar al sistema de evaluación sumativa o final.

8. Recursos didácticos

8.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	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: Eyras	Bibliografía	
Kolychkine, 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	
-----------------------------------	--------------	--

9. Otra información

9.1. Otra información sobre la asignatura

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.