



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

2023/24 - Segundo semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Conocimientos previos recomendados.....	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.....	11
9. Otra información.....	14

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	2023-24

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

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

3.1. Asignaturas previas que se recomienda haber cursado

- Aplicación Deportiva I: Judo
- Técnica en Deporte: Judo

3.2. Otros conocimientos previos recomendados para cursar la asignatura

El plan de estudios Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte no tiene definidos otros conocimientos previos 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

RA459 - Dominio de habilidades y técnicas para la organización y gestión de eventos relacionados con el Judo

RA458 - Identificar, de cara a su enseñanza y al entrenamiento, los aspectos más relevantes en la ejecución de las técnicas de control en el suelo y de proyección incluidas en el programa de la asignatura

RA9 - Capacidad de trabajar en equipo

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

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

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

RA457 - Conocer en profundidad el reglamento de arbitraje y competición en Judo

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 estudiante 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 los contenidos evaluables para el examen de Cinturón Negro Primer Dan, al que los estudiantes podrán optar, si lo desean, al finalizar el curso.

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 en aula	Actividad en laboratorio	Tele-enseñanza	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		
7		Repaso de todos los contenidos prácticos desarrollados hasta la fecha Duración: 04:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		Actividad 1 de Evaluación Progresiva: 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 No presencial Duración: 10:00 Actividad 2 de Evaluación Progresiva: Cuestionario 1 de repaso de contenidos ET: Técnica del tipo Prueba Telemática

				Evaluación continua No presencial Duración: 00:30
8		Repaso de técnicas de proyección de cursos anteriores (Tema 5). Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		Actividad 3 de Evaluación Progresiva: evaluación de todos los contenidos prácticos de Judo suelo EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
9		Repaso de técnicas de proyección de cursos anteriores (Tema 5). Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas		
10		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		
11		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		
12		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		
13		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		
14		Judo y desarrollo competencial (Tema 7) Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral Nuevas técnicas de proyección (Tema 5). El movimiento especial (Tokui-waza) en Judo pie (Tema 6) Duración: 03:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		Actividad 4 de Evaluación Progresiva: 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 No presencial Duración: 10:00 Actividad 5 de Evaluación Progresiva: Cuestionario 2 de repaso de contenidos ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua No presencial Duración: 00:30
15		Repaso de todos los contenidos prácticos desarrollados hasta la fecha Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		Actividad 6 de Evaluación Progresiva: evaluación de todos los contenidos prácticos de Judo pie EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 02:00

16				
17				<p>Prueba Global (parte teórica) de evaluación de la asignatura EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 01:00</p> <p>Prueba Global (parte práctica) de evaluación de la asignatura EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 02:00</p>

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 derivadas de la situación creada por la COVID-19.

7. Actividades y criterios de evaluación

7.1. Actividades de evaluación de la asignatura

7.1.1. Evaluación (progresiva)

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
7	Actividad 1 de Evaluación Progresiva: elaboración de video/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	10%	0 / 10	CG13 CG14 CE08 CE02
7	Actividad 2 de Evaluación Progresiva: Cuestionario 1 de repaso de contenidos	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	00:30	12.5%	5 / 10	CG14 CE11 CE06
8	Actividad 3 de Evaluación Progresiva: evaluación de todos los contenidos prácticos de Judo suelo	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	27.5%	5 / 10	CE08 CE11 CE02 CE06
14	Actividad 4 de Evaluación Progresiva: elaboración de video/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	10%	0 / 10	
14	Actividad 5 de Evaluación Progresiva: Cuestionario 2 de repaso de contenidos	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	00:30	12.5%	5 / 10	
15	Actividad 6 de Evaluación Progresiva: evaluación de todos los contenidos prácticos de Judo pie	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	27.5%	5 / 10	CE08 CE11 CE02 CE06

7.1.2. Prueba evaluación global

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	Prueba Global (parte teórica) de evaluación de la asignatura	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	01:00	25%	5 / 10	CG13 CE08 CE11 CE02 CE06

17	Prueba Global (parte práctica) de evaluación de la asignatura	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	75%	5 / 10	CG14 CE08 CE11 CE02 CE06
----	---	--	------------	-------	-----	--------	--------------------------------------

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

No se ha definido la evaluación extraordinaria.

7.2. Criterios de evaluación

El sistema de evaluación de la asignatura es progresivo, con seis actividades de evaluación progresiva (AEP) que se distribuyen a lo largo del curso. Dos de ellas son de carácter teórico (AEP 2 y 5), con un peso del 25% sobre la calificación final de la asignatura y cuatro de carácter práctico (AEP 1, 3, 4 y 6)), con un peso del 75% sobre la calificación final de la asignatura. En todas las AEP se requiere obtener una calificación mínima de 5 para aplicar el porcentaje correspondiente sobre la calificación final de la asignatura, a excepción de las AEP 1 y 4, en las que no se requiere una calificación mínima.

Los estudiantes que habiendo aprobado las AEP de carácter práctico (3 y 6), no realicen alguna de las AEP de carácter teórico (2 y/o 5) o no obtengan una calificación mínima de 5 en las mismas, deberán realizar la parte teórica de la Prueba Global (PG) de evaluación de la asignatura (25% de la nota final) y superarla con una calificación mínima de 5 en convocatoria ordinaria y/o extraordinaria, conservándose la calificación correspondiente a las AEP de carácter práctico realizadas a lo largo del curso (75% de la nota final).

Los estudiantes que habiendo aprobado las AEP de carácter teórico (2 y 5), no realicen las AEP de carácter práctico (3 y/o 6) o no obtengan una calificación mínima de 5 en las mismas, deberán volver a realizar las AEP 3 y/o 6 en la parte práctica de la PG de evaluación de la asignatura y superarla/s con una calificación mínima de 5 en convocatoria ordinaria y/o extraordinaria. El peso de las AEP 3 y/o 6 realizadas en la parte práctica de la PG sobre la calificación final de la asignatura, será el mismo que el establecido a lo largo del curso, es decir, un 27,5% en ambos casos, que se sumará al de las calificaciones correspondientes a las AEP de carácter teórico (25%) y al de las AEP 1 y 4 (20%) realizadas durante el curso.

Los estudiantes que no realicen alguna de las AEP de carácter teórico (2 y/o 5) y práctico (3 y/o 6), o que no obtengan una calificación mínima de 5 en las mismas, deberán realizar la parte teórica y práctica de la PG de

evaluación de la asignatura (100% de la nota final, 75% parte práctica y 25% parte teórica) y superar ambas partes con una calificación mínima de 5 en convocatoria ordinaria y/o extraordinaria.

Una vez superada la asignatura, la calificación final de la misma podrá incrementarse hasta en un 20% en función de aspectos como la implicación personal del estudiante, la asistencia regular a clase, la participación en las actividades complementarias ofrecidas a lo largo del curso, etc.

Se informa a todo el alumnado que la asignatura de Aplicación Deportiva II - Judo es presencial y tiene un carácter eminentemente práctico. En consecuencia, la adquisición de las competencias y de los resultados de aprendizaje vinculados a la asignatura, depende, en gran medida, del "saber hacer". Por ello, se recomienda encarecidamente la asistencia regular a las clases y la participación activa en las mismas.

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.

NORMAS A TENER EN CUENTA DURANTE EL DESARROLLO DE LAS SESIONES DE CLASE:

Los estudiantes deberán asistir a clase provistos de un judogi blanco y del cinturón correspondiente a su Grado

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.

No está permitido comer en el interior de la Sala de Judo. El alumnado sí podrá llevar bebida, debiendo salir del tatami, previa autorización del profesor, para beber.

Los teléfonos móviles deberán permanecer en silencio y guardados en las bolsas/mochilas durante toda la sesión de clase, salvo indicación en contra por parte del profesor.

No se permitirán faltas de respeto hacia otros compañeros ni el uso de lenguaje inapropiado.