

DEPORTES DE ADVERSARIO: JUDO y ESGRIMA

Datos generales

- **Descripción:** El judo y la esgrima son deportes de lucha que favorecen la adquisición de valores y nuevas formas de movimiento dando al practicante un amplio abanico de respuestas a los problemas planteados. La asignatura trata el judo y la esgrima desde la parte práctica, para transmitir contenidos básicos (técnicos, tácticos y reglamentarios), trabajando la metodología de la enseñanza en diferentes ámbitos: educativo, recreativo y de entrenamiento.
- **Créditos ECTS:** 6 FORMACIÓN OBLIGATORIA
- **Idioma principal de las clases:** Catalán / Castellano
- **Se utiliza oralmente la lengua inglesa en la asignatura:** Nada (0%)
- **Se utilizan documentos en lengua inglesa:** Nada (0%)
- **Durada:** Semestral (1º Semestre)
- **Curso:** 1º
- **Profesorado:** [Sr. MANEL ROSO BRUNO](#) / [Sr. MARC FONT DIMAS](#)

Competencias

Competencias básicas:

CB2- Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos en su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que se suelen demostrar mediante la elaboración y defensa de argumentos y resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3- Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir y interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que tengan una reflexión sobre los temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4- que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público especializado o no.

CB5- Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Competencias transversales:

B4- Trabajar de forma autónoma con responsabilidad e iniciativa.

B5- Trabajar en equipo de forma colaborativa y con responsabilidad compartida.

B6- Comunicar información, ideas, problemas y soluciones de manera clara y efectiva en público o ámbito técnico concretos.

Competencias nucleares:

C3- Gestionar la información y el conocimiento.

C4- Expresarse correctamente de forma oral y escrita en una de las dos lenguas oficiales de la URV.

Competencias específicas:

A2- Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de la práctica de actividad física y deporte.

A6- Identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.

A9- Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.

Resultados de aprendizaje

1. Conocer los diferentes factores de progresión para desarrollar ejercicios, actividades y juegos de aprendizaje de los deportes.
2. Adquirir los conocimientos teóricos y prácticos de los elementos técnicos, tácticos, estratégicos y reglamentarios, y el dominio de aquellos que sean imprescindibles para la práctica del judo.
3. Elaborar y llevar a práctica el calentamiento adecuado para la práctica de los deportes individuales de adversario.
4. Conocer los rasgos principales del reglamento.
5. Elaborar y llevar a la práctica el calentamiento adecuado para la práctica en los deportes individuales, de adversario o acuáticos.
6. Conducir actividades lúdicas que puedan permitir el dominio de los fundamentos.
7. Diseñar propuestas metodológicas para la enseñanza y el aprendizaje de actividades de lucha, individuales y acuáticas en carácter educativo y recreativo.
8. Conocer los diferentes factores de progresión para desarrollar ejercicios, actividades y juegos de aprendizaje de los deportes.
9. Conocer los rasgos principales del reglamento de los deportes.
10. Adquirir los conocimientos teóricos y prácticos de los elementos técnicos, tácticos, estratégicos y reglamentarios, y el dominio de aquellos que sean imprescindibles para la práctica.

Contenidos Judo

1. Historia del judo: orígenes del judo, evolución del judo, el judo como deporte y valores del judo.
2. Fundamentos del judo: saludo, caídas, posturas, desplazamientos, agarres y fundamentos básicos del judo en el suelo y de pie.
3. Clasificación de las técnicas: ne waza y nagewaza
4. Realizar actividades lúdicas que posibilitan el dominio de los fundamentos del judo: proponer juegos y progresiones para el aprendizaje de las caídas y de las inmovilizaciones.
5. Conocer parte del lenguaje técnico de este deporte: conocer el significado de los principales términos utilizados durante la sesión.
6. Desarrollo de una sesión: calentamiento, trabajo individual, por parejas y por grupo, revisión técnica y estiramientos.

Contenidos ESGRIMA

1. Reglamento, material, historia.
2. Fundamentos de la esgrima.
3. Grandes escuelas internacionales.
 - Escuela Húngara.
 - Escuela Italiana.
 - Escuela Francesa: principios fundamentales. Desarrollo en Tierras del Ebro.
4. Didáctica en la iniciación de la esgrima.
5. Fundamentos del arbitraje.
6. La esgrima del futuro.

Actividades

Tipos de actividades	Horas con profesor	Horas sin profesor	Total
Sesiones magistrales	10	20	30
Seminarios	4	22	26
Laboratorio	43	30	73
Prueba de evaluación	3	18	21
Total	60	90	150

Metodologías docentes

Análisis/estudio de casos
Aprendizaje basado en la resolución de problemas. PBL
Clases expositivas
Clases participativas
Clases prácticas
Lectura i comentario de textos
Prueba de evaluación
Seminario
Presentación de trabajos

Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad del alumnado.

Avaluación i calificación

Actividades de evaluación Judo

Actividad de evaluación	Competencias	Descripción de la actividad	%
Prueba práctica	CB2, CB4 B5, B6 C3, C4 A6, A9	Examen práctico final	40
Prueba mixta (teórica)	CB3, CB5 B5, B6 A2, A6	Prueba oral. Dos parciales, uno de Ne waza (5%) y otro de Nage waza (5%)	10
Trabajos (teórico)	CB2, CB4, CB5 B4, B5 C3, C4	El alumno deberá presentar un trabajo de prácticas que incluirá todos los movimientos del programa	20

	A9	y además un calentamiento específico para el judo y una unidad didáctica de 10 sesiones dedicada a alumnos de segundo ciclo de ESO	
Trabajo (teórico + TIC)		Sesión vídeo para parejas donde se mostrarán todos los movimientos y sus combinaciones. Uno hará de Tori y el otro de Uke	20
Trabajo de Randori	CB5, B4, B5, B6	Movimientos de judo en combate (pactado)	10

Calificación Judo

El sistema de evaluación será continuo, evaluando las calificaciones obtenidas en las distintas pruebas objetivas (pruebas prácticas y prueba teórica) y en los trabajos específicos de la asignatura.

La calificación final de la asignatura se formará a partir de la nota obtenida en las pruebas prácticas, en la prueba teórica y en los trabajos que sean indicados por el profesor. El peso específico de cada uno de estos elementos de evaluación sobre la calificación final, está determinado en el cuadro anterior de este apartado.

Para que el alumno pueda ser calificado deberá cumplir los requisitos mínimos de asistencia que se especifican en las siguientes aclaraciones.

Aclaraciones respecto a la calificación final:

- 1- Los trabajos con nota inferior a 4 podrán ser mejorados y presentarse nuevamente, pero su nota no podrá ser superior a un 6.
- 2- Durante la evaluación continua, los exámenes teóricos (prueba mixta) en los que la calificación no supere el 4, el alumno podrá volverse a presentar otra vez en la evaluación final optando a nota máxima 10.
- 3- En caso de que la nota media entre los apartados 1 y 2 (prueba mixta y trabajos) sea superior a 5, el alumno no está obligado a volver a hacer el trabajo, ni a presentarse a los exámenes. Siempre que las notas de los apartados 1 y 2 no sean inferior a un 4.
- 4- La puntuación irá de 0 a 10.
- 5- En la evaluación continua debe aprobarse la parte teórica (media de la prueba mixta y trabajos) y la parte práctica por separado (un 4 mínimo).
- 6- Los alumnos que suspendan la evaluación continua o no han ido a un 80% de las clases prácticas, pueden optar por aprobar la asignatura en el examen final. En el examen final es obligatorio presentar todos los trabajos teóricos (diario de prácticas, sesión práctica en video y el calentamiento), aparte de realizar el examen final teórico. Además, durante este examen, el alumno será evaluado de todo el contenido práctico impartido durante el temario.
- 7- Los alumnos que no aprueben el examen final no tienen otra oportunidad.

Actividades de evaluación Esgrima

Actividades de evaluación	Competencias	Descripción de la actividad	%
Prueba práctica	CB2, CB4 B5, B6 C3, C4	Examen práctico final	40

	A6, A9		
Trabajos (teórica)	CB2, CB4, CB5 B4, B5 C3, C4 A9	En alumno tendrá que presentar una unidad didáctica de 5 sesiones dirigida a alumnos de 1º de ESO	20
Prueba mixta (teórica)	CB3, CB5 B5, B6 A2, A6	Prueba oral, analizar un combate en directo o a través del vídeo y definir de forma exitosa al menos tres acciones de entre cinco, seleccionadas por el profesor	30
Práctica	CB3, CB4, CB5 B4, C3 A2, A6, A9	Asistencia y análisis de un entrenamiento de club	10

Calificación Esgrima

El sistema de evaluación será continuo, evaluando las calificaciones obtenidas en las distintas pruebas objetivas (prácticas y teóricas) y en los trabajos específicos de la asignatura.

La puntuación final de la asignatura se formará a partir de la nota obtenida en las pruebas prácticas, en la prueba teórica y en los trabajos que sean indicados por el profesor. El peso específico de cada elemento de evaluación sobre la puntuación final, está determinado en el cuadro anterior de este apartado.

Para que el alumno pueda ser evaluado, deberá cumplir los requisitos mínimos de asistencia que se especifican en las aclaraciones siguientes:

Aclaraciones respecto a la puntuación final:

- 1- Durante la evaluación continua, los trabajos con nota inferior a 4 podrán ser mejorados y presentarse nuevamente, pero su nota máxima será un 6.
- 2- Durante la evaluación continua, los exámenes teóricos (prueba mixta) cuya puntuación no supere el 4, el alumno podrá volver a presentar otra vez, pero su nota no podrá ser superior a 6.
- 3- En caso de que la nota media entre los apartados 1 y 2 (prueba mixta y trabajos) sea igual a 5, el alumno no está obligado a volver a hacer el trabajo, ni a presentarse a los exámenes. Siempre que las notas de los apartados 1 y 2 no sean inferior a un 4.
- 4- La puntuación irá de 0 a 10.
- 5- En la evaluación continua debe aprobarse la parte teórica (media de la prueba mixta y trabajos) y la parte práctica por separado (un 4 mínimo).
- 6- Los alumnos que suspendan la evaluación continua o no hayan asistido a un 80% de las clases prácticas, pueden optar a aprobar la asignatura en la evaluación final con los siguientes requisitos:
 - a. Entregar la unidad didáctica de 5 sesiones.
 - b. Prueba escrita que consta de un examen tipo test de 20 preguntas, cada pregunta tiene 4 posibles respuestas de las que solo una es correcta. Cada respuesta correcta vale 0,5 puntos. Se aprueba con una nota de 5 sobre 10.
 - c. Prueba oral consistente en analizar un combate en directo o a través del vídeo y definir con éxito por lo menos tres acciones. Se aprueba con una nota de 5 sobre 10.
- 7- Los alumnos que no aprueben la evaluación final no tienen otra oportunidad.

Criterios específicos de la nota No Presentado:

Se considerará un alumno no presentado aquel que no se presente a la evaluación final no habiendo superado la evaluación continua.

Bibliografia

- Álamo, J.M. (2008). La iniciación al judo en la educación física escolar. Sevilla: Wanceulen.
- Amador, F. (1997). El judo y las ciencias de la educación física y el deporte. Vitoria – Gasteiz: Instituto Vasco de Educación Física.
- Carratalá, V. y Carratalá, E. (2000) judo: la actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Castarlenas, J.L., Pere, J. y Villamón, M. (2002). El judo en la educación física escolar: unidades didácticas. Barcelona: Hispano Europea.
- Gracia-García, J.M. (2006). Judo, juegos para la mejora del aprendizaje de las técnicas. Barcelona: Paidotribo.
- Kano, J. (1989). Judo kodokan. Madrid: Eyras.
- Kudo, K. (1979). Judo en acción: Tomos 1 y 2. Bilbao: FHER.
- Páez, C. y Villalta, E. (1983). Judo infantil, pedagogía y técnicas. Barcelona: INEFC, Generalitat de Catalunya.
- Adams, N. (1992). Agarres. Barcelona: Paidotribo.
- González, A. (1998). Teoría y práctica del judo (con especial referencia a la ESO). Madrid: CEES Ediciones.
- Kimura, Masahiko (1976). El judo: Conocimiento práctico y normas. Barcelona: Editorial AEDOS
- Taira, Shu (2009). La esencia del judo. Gijón: Satori Ediciones.

- Arkayev, VA. La Esgrima. Editorial Pueblo y Educación, 1990
- AAVV (1993): Esgrima. Madrid. COE, RFEE.
- Alarcia L, Alonso CJ, Saucedo, F (2000): Esgrima con sables de espuma. Madrid: Esteban Sanz.
- Alonso CJ, Saucedo F, Alarcia L (1998): La esgrima como contenido educativo en la E.F. Revista de Educación Física, 72.
- Alonso Temiño CJ (1989): Esgrima básica. Madrid: Alhambra.
- Iglesias X (1991): Esgrima. Col·lecció "Seréis campeones" núm.7: Barcelona, La Vanguardia.
- Iglesias X, Anguera B, González C (2007): Valors en guàrdia. Apunts. Educació Física i Esport, núm. 87, pàg. 35-53.
- Iglesias X, Tarragó R (2008). Material didàctic, curs de tècnic/a d'esport en Esgrima. Nivell I. PT-2008. Consell Català de l'Esport, Escola Catalana de l'Esport. www.esgrima.cat
- Kronlund M (1984): Enseñanza de la esgrima de florete. Madrid: Gymnos.
- Popelin D (2002): Escrime. Enseignement et entraînement. París: Amphora.
- Thirioux P (1970): Escrime moderne. París: Amphora

Asignaturas recomendadas

- Deportes de adversario: Tenis
- Teoría del entrenamiento 1
- Teoría del entrenamiento 2
- Teoría del entrenamiento 3