DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

Materia:	DEPORTES INDIVIDUALES DE ENFRENTAMIENTO		
Identificador:	30657		
Titulación:	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. 2012 (14/05/13)		
Módulo:	FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES		
Tipo:	OBLIGATORIA		
Curso:	2	**Periodo lectivo:**	Segundo Cuatrimestre
Créditos:	6	**Horas totales:**	150
Actividades Presenciales:	64	**Trabajo Autónomo:**	86
Idioma Principal:	Castellano	**Idioma Secundario:**	Inglés
Profesor:		**Correo electrónico:**	

PRESENTACIÓN:

Junto a superar los prejuicios iniciales que pudieran tenerse sobre estos deportes, mejorar la capacidad de los estudiantes para asumir nuevos conocimientos y ampliar la motivación por este campo, la asignatura permite adquirir las habilidades profesionales necesarias para la docencia y el entrenamiento de las artes marciales, mejorando la empleabilidad de los estudiantes de este Grado en este sector.

Los deportes individuales de enfrentamiento, que en su mayoría son de origen asiático, están actualmente extendidos por todo el mundo. En España cuentan con una gran cantidad de practicantes, superando las 250.000 licencias en 2019 segun datos del Consejo Superior de Deportes. Estos deportes son enormemente completos desde el punto de vista físico, tanto por su necesidad de capacidades condicionales como coordinativas. Además, aportan una serie de valores que desde el punto de vista de la educación integral de la persona son muy valiosos. Por lo tanto, junto a la riqueza que en sí mismo aporta su práctica, podrían ser utilizados como medio de entrenamiento en otras modalidades deportivas, o como herramienta educativa en un contexto deportivo de base.

En esta asignatura abordamos principalmente dos especialidades: Judo y Jiu-Jitsu Brasileño (BJJ). El gran número de personas que practican estas disciplinas, la incorporación como actividades extraescolares en el contexto educativo y la naturaleza olímpica del Judo así como el auge del jiu jitsu brasileño hacen imprescindible que el egresado conozca bien estos deportes de enfrentamiento. El conocimiento de las técnicas y tácticas básicas, de las variables físicas y psicológicas implicadas en el entrenamiento, y la familiarización con el contexto en el que tienen lugar estos deportes son necesarios para que los profesionales de la Actividad Física y el Deporte desarrollen funciones técnicas de distinta índole en estas disciplinas.

COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

Competencias Generales de la titulación	G01	Capacidad para el análisis y la síntesis
	G02	Capacidad de organización y planificación
	G03	Capacidad para la comunicación oral y escrita
	G05	Capacidad para aplicar conocimientos informáticos a las Ciencias de la actividad física y el deporte
	G13	Capacidad para el compromiso ético en su vida personal y profesional
	G14	Capacidad de aprendizaje autónomo y de mantener una actitud de aprendizaje a lo largo de la vida
	G15	Capacidad de adaptación a las nuevas situaciones
	G17	Capacidad de creatividad y motivación por la calidad
Competencias Específicas de la titulación	E01	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
	E02	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y el deporte
	E03	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
	E04	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos y biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte
Resultados de Aprendizaje	R01	Comprender la dinámica general de estos dos deportes
	R02	Analizar diferentes aspecto técnico-tácticos de estos dos deportes

	R03	Conocer y transmitir conceptos de iniciación deportiva para estos dos deportes
	R04	Diseñar programas de trabajo de iniciación deportiva para de diferentes edades y etapas evolutivas
	R05	Resolver situación conflicto ante problemas de aprendizaje deportivo
	R06	Planificar y organizar actividades y eventos relacionados con estos dos deportes
	R07	Proponer y aplicar un amplio repertorio de ejercicios de entrenamiento técnico

REQUISITOS PREVIOS:

Para la realización de las prácticas es necesario que el alumno se provea de un judogi o en su defecto de un traje de Jiu jitsu brasileño, ligeramente más liviano y de menor grosor. En caso de duda, en la presentación de la asignatura se propondran algunos modelos concretos para facilitar al alumno la búsqueda de la prenda adecuada.

SE SEGUIRÁN LAS DIRECTRICES INDICADAS EN EL DOCUMENTO "*INFORMES SOBRE LA METODOLOGÍA MÁS ADECUADA A LA HORA DE IMPARTIR DOCENCIA EN LAS DISTINTAS MATERIAS DEL GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE MEDIATIZADO POR LA PANDEMIA DEL COVID-19*" REALIZADO POR LOS GRUPOS DE ENCUENTRO DE LA CONFERENCIA DE DECANOS EN NOVIEMBRE DE 2020 PÁGINAS 6 Y 7 EN LAS QUE ABORDA LAS RECOMENDACIONES PARA LAS PRECTICAS DE DEPORTES DE LUCHA / JUDO

NO OBSTANTE SE REQUIERE QUE LOS ALUMNOS TENGAN UNA CONDICIÓN FÍSICA QUE LES PERMITA DESARROLLAR, SIN PROBLEMAS, UNA SESIÓN DE 75 MINUTOS APROXIMADA DE DURACIÓN, EJECUTADA A UNA INTENSIDAD MEDIA ALTA, EN EL MARCO DEL RESTO DE ASIGNATURAS DIARIAS DE LA TITULACIÓN.

AL SER DEPORTES DE CONTACTO, LOS ALUMNOS ASUMEN LAS CONSECUENCIAS NORMALES QUE PUEDAN DERIVAR DE SU ENSEÑANZA Y PRÁCTICAS. AQUELLOS ALUMNOS QUE PADEZCAN, HAYAN PADECIDO O TENGAN EN ESTUDIO ALGÚN TIPO DE AFECCIÓN QUE LIMITE, AFECTE, PUEDA LIMITAR O PUEDA AFECTAR A SU CAPACIDAD FÍSICA (LESIONES, PROBLEMAS CARDIACOS O RESPIRATORIOS, ETC.) ESTÁN OBLIGADOS A COMUNICARLO A LOS PROFESORES ANTES DEL INICIO DE LA PRIMERA CLASE PRÁCTICA A LA QUE ACUDAN. SI ELLO ACONTECIERA DE MANERA SOBREVENIDA, DEBERÁN HACERLO DE MANERA INMEDIATA EN LA SIGUIENTE CLASE.

AQUELLOS ALUMNOS QUE SOLO PUEDAN PARTICIPAR DE MANERA PARCIAL EN LAS PRÁCTICAS POR CAUSAS JUSTIFICADAS DEBERÁN COMUNICARLO AL PROFESOR AL INICIO DEL CURSO / SESIÓN, A FIN DE INTENTAR ADAPTAR SU PARTICIPACIÓN A SU ESTADO, LIMITACIONES Y POSIBILIDADES PARA SALVAGUARDAR SU SALUD. PODRÁ EXIGIRSE JUSTIFICACIÓN DOCUMENTAL.

Es imprescindible tener fácil acceso a internet para poder asistir a las sesiones vía teams, descargarse y consultar la documentación necesaria del campus virtual (Plataforma Docente Universitaria PDU), realizar actividades formativas, revisar el correo electrónico y mantener un contacto directo y regular con la asignatura.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Observaciones:

Las clases teóricas de la asignatura se realizarán los jueves, mediante la aplicación Microsoft Teams.

Las sesiones prácticas se realizarán los viernes en el tatami con especial atención a las recomendaciones que para nuestro deporte se establecieron en los grupos de encuentro de la conferencia de decanos.

La asignatura la imparten los profesores Sergio Domenech García (sdomenech@usj.es) y Alberto Puertas Bescós (apuertas@usj.es)

El profesor Alberto Puertas Bescós expondrá los contenidos de Judo suelo y los temas 2.1, 2.2, 2.3, 2.4, 2.5.1 y 2.6. Entre el 4 de febrero y el 26 de marzo

El profesor Sergio Domenech García expondrá los contenidos de Judo pie y los temas 1, 2.5.2, 2.5.3, 2.5.4, 2.5.5 y la totalidad del tema 3. Entre el 8 de abril y el 28 de mayo

Contenidos de la materia:

1 - Introducción y características de los deportes de enfrentamiento
2 - Judo
2.1 - Los Deportes de Enfrentamiento y el Judo
2.1.1 - Clasificación de los Deportes de Enfrentamiento
2.1.2 - Evolución del Judo
2.2 - Fundamentos del Judo
2.2.1 - Fundamentos Generales y Etiqueta
2.3 - Las Técnicas de Judo
2.3.1 - Katame Waza
2.3.2 - Nage Waza
2.4 - La Enseñanza del Judo
2.4.1 - Metodología de la Enseñanza del Judo
2.4.2 - Organización de la Enseñanza del Judo
2.5 - La Competición de Judo
2.5.1 - Reglamento
2.5.2 - Rendimiento
2.5.3 - Formas de entrenamiento de Nage Waza
2.5.4 - El Nage Waza y los factores de rendimiento en Judo
2.5.5 - Organización
2.6 - Las Katas
2.6.1 - Kodokan
2.6.2 - Otras Katas
3 - Jiu jitsu
3.1 - Historia y fundamentos del Jiu Jitsu Brasileño (BJJ)
3.2 - Entrenamiento técnico del Jiu jitsu Brasileño (BJJ)
3.3 - Reglas del Jiu Jitsu Brasileño (BJJ). Puntuaciones
3.4 - Aplicaciones didácticas del Jiu Jitsu Brasileño (BJJ)

La planificación de la asignatura podrá verse modificada por motivos imprevistos (rendimiento del grupo, disponibilidad de recursos, modificaciones en el calendario académico, etc.) y por tanto no deberá considerarse como definitiva y cerrada.

METODOLOGÍAS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:

Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:

Se realizarán de forma combinada clases magistrales y la participación activa de los alumnos en clase. También se realizarán seminarios combinados con la utilización de vídeos en la explicación de algunos temas. De forma más específica, las metodologías que se utilizarán serán:

ACTIVIDADES PRESENCIALES:

- Clase magistral. Explicación de la teoría y los conceptos fundamentales de la materia.
- Resolución de problemas y ejercicios prácticos con profesor.
- Análisis de casos reales (ABP Aprendizaje Basado en Problemas).
- Puesta en común del casos trabajados en clase y de forma autónoma y propuesta de soluciones.
- Prácticas y pruebas de realidad simulada.
- Desarrollo de ejercicios prácticos y otras actividades en grupos.
- Búsqueda de información guiada por el profesor.
- Tutorías individuales con el profesor.

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES:

- Lectura de libros, capítulos, revistas, prensa especializada, artículos etc.
- Estudio independiente e individual de la materia para ordenar contenidos y consolidar conceptos.
- Preparación de trabajos, resúmenes, ensayos, presentaciones, ejercicios, proyectos etc.
- Investigación y búsqueda de información sobre aspectos de la materia.

- Resolución de problemas y ejercicios prácticos de forma autónoma o en grupo.

NOTAS:

- Los medios informáticos o electrónicos durante las clases se utilizarán únicamente a indicaciones del profesor/ a, y exclusivamente con fines docentes.
- Nadie podrá entrar en el aula una vez que el profesor/ a haya comenzado la clase. Se prohíbe abandonar la misma sin la autorización del profesor/ a antes del término de la clase, así como comer, beber y fumar en su interior, incluso antes, en el descanso entre clases y al término de la misma.
- Cada alumno/ a situará en su perfil en la PDU una fotografía, acorde a su finalidad académica que permita identificarlo.
- Los e-mails que se envíen al profesor/ a deberán permitir la identificación de su origen (renombrando el remitente con nombre y dos apellidos, curso y grupo), e indicarán en el asunto el motivo de la consulta.
- Se responderán únicamente los emails o mensajes que contengan preguntas concretas acerca de la asignatura.
- No se atenderán e-mails las 72 horas anteriores al examen, ni 72 horas tras la revisión de examen teórico.
- Es responsabilidad de los alumnos/ as obtener las explicaciones ofrecidas por el profesor/ a en clase; al tratarse de un grado presencial, la asistencia es obligatoria y no puede exigirse que la materia evaluada se corresponda exactamente con alguno de los materiales incorporados a la PDU para facilitar el estudio al alumno. En este sentido, no se atenderán tutorías que pretendan reproducir la clase a la que no se asistió. En el caso de los alumnos/ as que por trabajo (exclusivamente los incluidos en el listado de Secretaría General) o solape con asignaturas (en los términos establecidos en la normativa académica) sean objeto de la exoneración de cumplir el 80% de asistencia, el plan personalizado al que deben someterse preverá dicha circunstancia.

Volumen de trabajo del alumno:

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
Actividades Presenciales	Clase magistral	20
	Resolución de prácticas, problemas, ejercicios etc.	29
	Exposiciones de trabajos de los alumnos	5
	Proyección de películas, documentales etc.	2
	Otras actividades prácticas	4
	Actividades de evaluación	3
	Asistencia a tutorías	1
Trabajo Autónomo	Estudio individual	22
	Preparación de trabajos individuales	20
	Preparación de trabajos en equipo	20
	Tareas de investigación y búsqueda de información	4
	Portafolios	20
	Horas totales:	150

SISTEMA DE EVALUACIÓN:

Obtención de la nota final:

Pruebas escritas:	30	%
Trabajos individuales:	15	%
Trabajos en equipo:	15	%
Prueba final:	40	%
TOTAL	100	%

*Las observaciones específicas sobre el sistema de evaluación serán comunicadas por escrito a los alumnos al inicio de la materia.

BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

Bibliografía básica:

ERICE, Pablo, LÓPEZ, Isaac. Optimización del rendimiento deportivo. Bases científicas del taper en Judo. Sevilla: Wanceulen, 2019

GARCÍA, José Manuel. Rendimiento en Judo. Barcelona: OnXsport, 2012

HERNANDEZ, Raquel(coordinadora)y col. Nuevas perspectivas sobre Metodología y Entrenamiento en Judo. Sevilla: Wanceulen Editorial S.L.2018
TAIRA, Shu. La Esencia del Judo. Gijón: Satori, 2009
VILLAMÓN, Miguel y Col. Introducción al Judo. Barcelona: Hispano Europea, 1999

Bibliografía recomendada:

BROUSSAL-DERVAL, Aurélien. La preparación física para el Judo. Madrid: Editorial Tutor, 2019.
CARRATALÁ, Vicente, GALÁN, Eduardo. Judo, Del Descubrimiento a la Formación. Vigo:FGJUDO 2012
DETANICO, Daniele; DELLAGRANA, Rodolfo Andre; ATHAYDE, Marina Saldanha; KONS, Rafael Lima; GOES, Angel. Effect of a Brazilian Jiu-jitsu-simulated tournament on strength parameters and perceptual responses. Sports biomechanics, 16 (1), 115-126, 2017.
GUEDEA, Jose Ángel. ¡Vivir el Judo II! Zaragoza: José Angel Guedea Adiego, 2005
GUEDEA, Jose Ángel. ¡Vivir el Judo! Zaragoza: Combra, 2003
IGLESIAS-SOLER, Eliseo MAYO, Xian; DOPICO, Xurxo; FERNANDEZ-DEL-OLMO, Miguel; CARBALLEIRA, Eduardo; FARINAS, Juan; FERNANDEZ-URIBE, Sergio. Effects of bilateral and non-dominant practices on the lateral preference in judo matches. Journal of sports sciences, 36 (1), 111-115, 2018.
KANO, Gigoro. Judo Kodokan. Madrid: Eyras 1989
LABBATE, M. Attention, sit, meditate, bow, ready position: Ritualized dojo pattern or character training? Journal of Asian Martial Arts, 20(1), 82-93., 2011
WITTE, K., EMMERMACHER, P. Software package for assessment of visual perception and anticipation ability in combat sport. International Journal of Computer Science in Sport, 10(1), 51-62, 2011.

Páginas web recomendadas:

Federación Aragonesa de Judo	http://www.fajyda.es
Federación Española de Judo	http://www.rfejudo.com
Federación Internacional de Judo	http://www.ijf.org
Hajime Judo	http://hajimejudo.blogspot.com.es
Kodokan	http://www.kodokan.org

* Guía Docente sujeta a modificaciones