

Enseñanza-aprendizaje del judo en la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Teaching learning of judo in the running Pedagogy of the Physical Activity and Sports

Rodrigo Valdivia-Quintero¹

Manuel Gutiérrez-Cruz²

Manuel de Jesús Rondan-Elizalde³

¹ Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador. rvaldiviaq@unemi.edu.ec

² Universidad de Guayaquil. Ecuador. manuel.gutierrezc@ug.edu.ec

³ Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador. mrondane@unemi.edu.ec

Resumen

La carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte asume retos y desafíos cada vez más complejos en el mundo de hoy, por ello se requiere de una preparación para el desarrollo de nuevas competencias técnico-profesionales, que coadyuven a una formación integral de los estudiantes para un desempeño profesional relacionado con la docencia, administración y dirección, entrenamiento deportivo, actividad física y recreación según las exigencias sociales. En este contexto, la influencia educativa del deporte en general y en particular del judo hace trascendente el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de este deporte para la formación integral de dichos estudiantes universitarios; es por ello que el presente trabajo tiene como objetivo reflexionar sobre los fundamentos de enseñanza-aprendizaje del judo

en la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Palabras clave: arte marcial, deporte de combate, judo, actividad física y deporte, pregrado

Abstract

The Major Degree of Pedagogy of Physical Activity and Sports assumes increasingly complex challenges in today's world, therefore, it requires preparation for the development of new technical-professional skills, which contribute to a comprehensive training of the students for professional performance related to teaching, administration and direction, sports training, physical activity and recreation according to social demands. In this context, the educational influence of sports in general, and judo in particular, makes the improvement of the teaching-learning process of this sport

transcendent for the integral training of these university students, which is why this work aims to reflect on the fundamentals of the process teaching-learning of judo in the pedagogy of physical activity and sport.

Keywords: art of warfare, sports of combat, judo, physical activity and sports, pre-grade

Introducción

El acelerado incremento de afecciones de salud relacionadas con la escasa práctica de actividad física, deporte y uso adecuado del tiempo libre genera la necesidad de aportar al sistema educativo profesionales competentes e innovadores en el dominio de estrategias metodológicas para el desarrollo de capacidades físicas y deportivas con el propósito de mejorar la calidad de vida de la comunidad (UNEMI, 2018).

En este sentido, el objetivo de la carrera se enmarca en formar profesionales en Pedagogía de la Actividad Física, Deporte y Recreación con excelencia académica, basados en un amplio conocimiento de carácter científico-metodológico y humanista, capaces de liderar y accionar procesos formativos y educativos de manera proactiva, así como promover proyectos relacionados con la educación física inicial, básica y de bachillerato; además, la actividad física, deporte y la recreación, con un pensamiento crítico y reflexivo, según la

demanda social, cultural y económica; igualmente, el respeto, la equidad de género, la interculturalidad y conservación del medio ambiente, todo lo cual permita generar estilos de vida saludables, hábitos sociales y valores, que garanticen el respeto a los derechos humanos en cumplimiento con el Plan Nacional Toda una Vida (UNEMI, 2018).

De igual manera, demostrar habilidades pedagógicas, didácticas y metodológicas para la enseñanza de la gimnasia, los juegos y los deportes en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física (Comisión Académica de la Red Nacional en Ciencias de la Actividad Física y Deporte, 2015; citado por UNEMI, 2018).

En el entorno local, nacional e internacional el desempeño de los profesionales de la carrera, requiere de una preparación para el desarrollo de nuevas competencias técnico-profesionales, que coadyuven a su desempeño laboral relacionado con la docencia, administración y dirección, entrenamiento de la actividad física, deportes y recreación.

El judo es un arte marcial, su práctica se realiza en un ambiente de respeto, disciplina y exigencia, para el cual constituye de gran importancia desarrollar todas las capacidades físicas; variados y disímiles son los métodos que utiliza para el desarrollo de dichas capacidades.

Este deporte se ha expandido por todo el mundo, ya no es patrimonio exclusivo del Japón, pues se practica en la totalidad de los continentes, por lo que se ha adaptado a la idiosincrasia, capacidades físicas y talentos de cada sociedad. Se hace necesario, entonces, optimizar su enseñanza-aprendizaje; estandarizar su teoría; fomentar su difusión; formar instructores eficaces; establecer reglas de competencia funcionales y simples; formar árbitros idóneos; identificar dirigentes capacitados en gerencia deportiva; y también, trabajar a nivel de sistema de deporte en cada nación.

A partir de estos criterios se consideró como objetivo del presente trabajo reflexionar sobre los fundamentos del proceso de enseñanza-aprendizaje del judo en la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Desarrollo

. Particularidades y potencialidades del judo

Son muy elevados los cambios operados en esta época de la tecnología digital en relación con el campo de la preparación del deportista y el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Con respecto a la formación de los profesionales de la Cultura Física, este hecho no escapa a la práctica del judo internacional, lo que se convierte en un reto a enfrentar desde los planos filosófico, psicológico, pedagógico y sociológico en la actividad deportiva del judo.

Existen diversas conceptualizaciones del judo como arte marcial devenido deporte olímpico desde 1964; otros, desde una perspectiva histórica, lo describen como una extraordinaria actividad cultural japonesa de carácter ancestral, un sistema de defensa personal o una forma de combate.

Villamón y Brousse (1999), realizan una proposición que se adecua perfectamente al carácter íntimo y esencial de nuestra investigación “el judo, sobre la base de técnicas de combate, desarrolla un método educativo de formación física, intelectual y moral” (p.24).

Otros autores que abogan por este deporte expresan que “Lo contrario a un sistema violento de técnicas de combate cuerpo a cuerpo que en todos los casos y sin excepción, se fundamenta en principios como el respeto al prójimo, la disuasión de la agresión, e impedir que se hiera sin herir” (Tejero, Ibáñez y Pérez, 2008, p. 201). Navarro, *et al.* (2014) destacan el judo como una actividad corporal que desarrolla posibilidades socializadoras y aporta desde su propia lógica valores éticos para la formación de sujetos de diferentes niveles etarios. Y esto, a juicio de los autores de la presente investigación es de gran valor por la influencia en la formación integral del ser humano desde las primeras edades de su vida, y evidenciado en múltiples investigaciones que lo han utilizado como herramienta para corregir determinadas conductas inadecuadas.

No obstante los criterios anteriormente expresados y en los que se sustenta el presente trabajo, no se puede obviar que el judo es un deporte en extremo exigente; el practicante se enfrenta constantemente a elevados riesgos, lo que no limita a su gran popularidad, ni al papel formativo que el mismo posee; constituye una actividad elevadamente exigente, de altos riesgos, que impone a sus practicantes, dedicación al entrenamiento y competencia, un sistemático y riguroso proceso de preparación deportiva, donde cada día, se presentan nuevos retos desde el punto de vista físico, psíquico, técnico, táctico e intelectual.

Estos elementos deben ser afianzados por los docentes universitarios, entrenadores y especialistas de este deporte, los cuales deben prepararse constantemente desde los fundamentos teóricos, metodológicos y prácticos necesarios para alcanzar los resultados a los que se aspira.

Wilfried Lemke (2009), citado por Navarro, *et al.* (2014) señaló: “Además de ser más que un deporte, una fuente de actividad o un simple medio de combatir las enfermedades, el judo es un arte de vida basado en valores fundamentales: el respeto, la disciplina y la ayuda mutua. Y son estas cualidades volitivas de la personalidad y valores asumidos por los practicantes, los que deben fomentarse e inculcarse en los futuros profesionales en su proceso de enseñanza-

aprendizaje para que una vez graduados puedan contribuir a su práctica formativa.

Según Villamón (1999) los beneficios son un aporte para la canalización de la agresividad y frustración, que se exteriorizan en forma de conducta deportiva, así como un medio para el desarrollo del carácter y la motivación de respeto hacia las normas y hacia los demás; el judo enseña a controlar y canalizar las emociones y su afectividad, las que libera bajo una forma de conducta deportiva que sigue siempre un código moral heredado de la cultura oriental de la que proviene este deporte, para ayudar a moldear aspectos del carácter de una forma óptima, como son el control, la atención y la concentración.

Estos articulistas coinciden con los criterios de los autores referenciados, en cuanto al criterio de que el judo contribuye a la formación integral del ser humano y que aporta cualidades volitivas de la personalidad del futuro profesional, disciplina, sacrificio, respeto cortesía, modestia, rapidez y valentía; de ahí su influencia en la preparación para enfrentar los retos de la vida y la formación pedagógica del docente y sus estudiantes, a partir del continuo accionar del enfrentamiento en el combate.

La enseñanza-aprendizaje de la técnica deportiva

Para Grosser y Neumaier (1986), la técnica se entiende como:

1. El modelo ideal de un movimiento relativo a la disciplina deportiva. Este “movimiento ideal” se puede describir, sobre la base de los conocimientos científicos actuales y en las experiencias prácticas, verbalmente de forma gráfica, de forma matemático-biomecánica, anatómico-funcional y de otras formas.
2. La realización del “movimiento ideal” al que se aspira, es decir, el método para realizar la acción motriz por parte del deportista’.

Se entiende por técnica deportiva al conjunto de acciones y procedimientos que garantizan la mayor eficacia de los objetivos motores, condicionados por las especificidades del deporte en cuestión, así como las características de competencia y la disciplina del mismo. Constituye una parte fundamental de la teoría y metodología del deporte.

Es por ello que resulta tan importante conocer la técnica de los deportes de combate y, sobre todo, los errores técnicos que no se deben cometer, ya que esto constituye una vía importante para la superación y el afianzamiento de la técnica. Por consiguiente, este conocimiento posibilita explicar, predecir o incluso controlar los factores que condicionan el éxito en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica deportiva, según estudios de los autores referenciados en este trabajo.

Es en la etapa de aprendizaje donde se solucionan los problemas del dominio de la técnica correcta, la forma adecuada de ejecutar los movimientos, la apropiada distribución de las fuerzas.

Por otro lado, es en la etapa del perfeccionamiento donde se le da solución al desarrollo de la variabilidad de los hábitos deportivos, es decir, crear la posibilidad de ejecutar la técnica en las diferentes situaciones de juego o de combate.

Para Ozolin (1989), “el perfeccionamiento de una técnica se obtiene a cuenta de modificar las formas de movimiento y elevar el nivel de desarrollo de las cualidades motoras volitivas. Sobre la base del análisis de la técnica del deportista y la consideración del nivel de desarrollo de sus cualidades, no es difícil detectar los puntos débiles y determinar a cuenta de que pueda lograrse un nuevo perfeccionamiento de la técnica” (p.145).

La práctica deportiva requiere el aprendizaje de una técnica deportiva basada en conocimientos científicos, reflexiones teóricas y experiencias prácticas a las que el deportista pretende llegar cuando armoniza las fuerzas internas y externas. La preparación técnica y la táctica se presentan como una unidad de preparación, desde la estrecha unidad dialéctica que existe entre ambas, si se tiene en cuenta que la técnica ofrece los medios para el aprendizaje, mientras que la

preparación táctica asegura el buen empleo de los mismos.

En todos los procesos de enseñanza-aprendizaje se deben observar reglas metodológicas que aconsejan ir de “lo conocido a lo desconocido”, “de lo fácil a lo difícil”, mientras otros autores, sostienen que como consecuencia de ello, un deportista dispondrá de buena habilidad técnica cuanto mejor ajuste su movimiento al modelo ideal, así como tanto lo pueda controlar para sacar de él su máximo rendimiento en la práctica real y su capacidad de trabajo, elementos que se complementan, de acuerdo con el criterio de los autores de este artículo

. La preparación técnica en el judo

Diversos autores han abordado el tema de la preparación técnica, entre ellos Grosser y Neumaier (1990, p.17), quienes consideran que “la preparación técnica se reconoce como la imagen ideal de un movimiento basada en conocimientos científicos, reflexiones teóricas y experiencias prácticas a las que el deportista pretende llegar, armonizando las fuerzas internas y externas”.

Se puede señalar que esta preparación es un componente específico de enorme importancia en el entrenamiento deportivo.

Según Platonov (2001), la preparación técnica está caracterizada por tres niveles:

- 1- Existencia de imágenes motrices sobre los procedimientos y acciones y los

intentos de su ejecución. Factor importante que condiciona tanto la eficacia del perfeccionamiento técnico, así como la realización de las habilidades y hábitos asimilados.

- 2- Aparición de la habilidad motriz. La habilidad motriz destaca por los medios inestables y no siempre adecuados de la consecución del objetivo motor, la considerable concentración de la atención durante la ejecución de algunos movimientos y la ausencia de una dirección automatizada de estos.
- 3- Formación del hábito motor. Sus particularidades características son la estabilidad de los movimientos, su seguridad y su automatización. La eficacia de la técnica va a estar determinada por su validez, estabilidad, variabilidad, economía y mínima información táctica para el rival.

Una técnica de judo es el dominio de un determinado movimiento, encaminado a proyectar, inmovilizar, luxar o estrangular al oponente, en función de la relación cambiante. El judo se desarrolla en un entorno variable, los judocas deben ajustar sus patrones motores a las exigencias y a las condiciones de cada momento; es por ello que el proceso de entrenamiento deportivo en este deporte debe garantizar la formación de cada atleta como un ser apto para

vivir activo, fuerte; un ser capaz, consciente y de una mente sana, saludable y preparado para la vida.

El nivel técnico es uno de los factores que influye con mayor fuerza para alcanzar la victoria; en el judo, al igual que en el resto de los deportes, la preparación, el desempeño, las competencias profesionales del entrenador o el docente del área deportiva, ocupa un papel trascendente, de ello dependen los resultados que puedan obtener sus atletas. De modo similar, es muy importante la relación entrenador-deportista o la relación profesor-alumno, lo que es particularmente relevante, pues esta relación no solo transmite conocimientos sino fomenta sentimientos, principios, comportamientos adecuados y valores que los hacen ser una mejor persona.

El deporte está compuesto por una variada cantidad de técnicas, las cuales están determinadas por una secuencia especial de movimientos, posiciones y actitudes basadas en la biomecánica; por lo que el rendimiento del deportista va a estar cimentado sobre la coordinación de los movimientos y la intensidad. En lo que se refiere al entrenamiento corporal del judo existen 4 tipos de técnicas básicas a dominar para proseguir con el dominio de movimientos en combate, una vez que se han asimilado estas nociones básicas.

Algunas de dichas técnicas son las siguientes:

- . *Tachi-waza* o técnicas de proyección. Se basan en desequilibrar al adversario, para encontrar la forma de desestabilizar el centro de gravedad sobre el cual se encuentra posicionado.
- . *Shime-waza* o técnicas de estrangulación. Se caracterizan por atacar al oponente mediante la sujeción firme de su cuello, lo cual puede llevarse a cabo mediante el uso de las extremidades corporales, como las piernas y los brazos, además de valerse también de las solapas.
- . *Osaekomi-waza* o técnicas de inmovilización. A través de su ejecución, se busca apoyarse en la fuerza del contrincante para mantenerlo inmóvil, por medio de dos movimientos elementales: el *shiho gatame*, se realiza cuando se dominan cuatro direcciones distintas, y, el *kesa gatame*, en el que se usan tres.
- . *Kansetsu-waza* o técnicas de luxación. Centradas en los codos del oponente, se pretende siempre torcerlos o extenderlos para lo cual es necesario valerse de las manos, los brazos, las axilas y la parte superior del cuerpo.
- . La enseñanza-aprendizaje del judo en la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Addine *et al.* (1999) define junto con un colectivo de autores cubanos el proceso de enseñanza-aprendizaje como una unidad que tiene el propósito esencial de contribuir a la formación integral de la personalidad del estudiante. Esta tarea es una responsabilidad social en cualquier país.

El proceso de enseñanza-aprendizaje es la integración de lo instructivo y lo educativo. Lo primero es el proceso y el resultado de formar hombres capaces e inteligentes. Aquí es necesario identificar la unidad dialéctica entre ser capaz y ser inteligente. El hombre es capaz cuando se puede enfrentar y resolver los problemas que se le presentan; para llegar a ser capaz tiene que desarrollar su inteligencia y esto se alcanza, si se le ha formado mediante la utilización reiterada de la lógica de la actividad científica.

Estos autores enfatizan acerca de cómo el proceso de enseñanza-aprendizaje comprende lo educativo. Esta faceta se logra con la formación de valores, sentimientos que identifican al hombre como ser social; además, lo educativo comprende el desarrollo de convicciones, la voluntad y otros elementos de la esfera volitiva y afectiva que, junto con la cognitiva, permiten hablar de un proceso de enseñanza-aprendizaje que tiene por fin la formación multilateral de la personalidad del hombre, pues no se puede

deslindar la instrucción de la educación si se quiere lograr profesionales de excelencia.

Es importante destacar que este proceso está condicionado históricamente; toda época y sociedad determinan y hace específico los objetivos del proceso de enseñanza-aprendizaje, pero siempre comprende la unidad de la instrucción y la educación. De esta ley no escapa proceso pedagógico alguno, en tanto es determinante tener en cuenta la misma para poder hacer los análisis que correspondan, en un proceso formativo adecuado.

Dorantes y Campos (2011) refirieron cómo los sistemas educativos que reconocen el proceso de enseñanza-aprendizaje, su estructura y sistema categorial identifican principalmente tres posturas:

- 1.º Como proceso de enseñanza que le otorga al profesor el papel central como transmisor de conocimientos
- 2.º Como proceso de enseñanza-aprendizaje que promueve el protagonismo del estudiante y la dirección del profesor, cuya característica principal es la integración de lo cognitivo-afectivo.
- 3.º Como proceso de aprendizaje-enseñanza que enfatiza en la independencia cognitiva del estudiante y la forma en que organiza sus ideas; integra además de lo afectivo-cognitivo, lo instructivo-educativo como premisas psico-pedagógicas.

La tercera postura es la asumida por estos articulistas para la enseñanza-aprendizaje del judo.

Este proceso tiene por esencia contribuir a la formación de los planos de la personalidad del estudiante; se expresa cuando logra dos aspectos: satisfacer las necesidades básicas de aprendizaje del estudiante y dar cumplimiento a los propósitos de la educación en general y a los objetivos de la enseñanza en particular ya que, solo así logra su encargo social.

Se requiere, entonces, de un proceso de aprendizaje participativo, donde el estudiante adquiera cada vez más un papel protagónico en su propio aprendizaje como sujeto activo, mientras que el docente mediante el empleo de métodos de enseñanza-aprendizaje problémicos, participativos y científicos logre una docencia formadora (instructiva, educativa y desarrolladora).

La base para alcanzar tales propósitos se encuentra en la comunicación, mediante la actividad cognoscitiva, valorativa y práctica en la relación sujeto-objeto, sujeto-sujeto.

La enseñanza-aprendizaje del judo ha sido objeto de estudio de diversos autores, entre ellos Navarro, Montesino, Celis, Jaimes y Palomino (2014); Terry (2000); y Villamón y Brousse (1999), quienes tuvieron en sus análisis la finalidad de promover aprendizajes creativos, reflexivos, que condujeran al saber hacer, al ser.

Es por ello que se debe garantizar experiencias enriquecedoras a los estudiantes, que dejen atrás la transmisión, que se basen en el aprendizaje transformacional, crítico y permanente, cada vez más centrado en el estudiante.

Esto se logra en un contexto donde la percepción del futuro profesional, como agente del cambio, aprendiz transformacional, se alcance mediante un pensamiento reflexivo, crítico y creador de sus propios espacios en un aprendizaje colectivo. Desde esta posición asumida, la enseñanza-aprendizaje conduce a la adquisición e individualización de la experiencia histórico-social, en tanto el estudiante se aproxima gradualmente, como proceso, al conocimiento desde una posición transformadora, con especial atención a las acciones colectivas, que promueven la solidaridad y aprender a vivir en sociedad, tal y como enfatizan Tejero, Ibañez y Pérez (2008), quienes plantean que el profesor ha de conducir la enseñanza, y al mismo tiempo, velar para que el aprendizaje llegue a producirse con la calidad requerida y en relación directa con los objetivos trazados.

Conclusiones

La influencia educativa del deporte en general, y en particular del judo, con vistas a favorecer cualidades volitivas de la personalidad hace trascendente el lugar que debe ocupar la disciplina del judo de la carrera de Pedagogía de

la Actividad Física y Deporte para la formación integral de estos estudiantes universitarios.

El proceso de enseñanza-aprendizaje del judo, el cual posee un elevado nivel de complejidad, exige de los docentes universitarios preparación y competencias profesionales para instruir y educar a los estudiantes en la técnica, brindarles las herramientas metodológicas sobre los beneficios y potencialidades para sus participantes, todo lo cual concede mayor significación al proceso formativo de los educandos de esta carrera.

Para que el proceso de enseñanza- aprendizaje del judo sea efectivo, el estudiante debe ocupar el papel esencial; como sujeto activo en su formación, el profesor debe constituir un modelo de pensamiento, sentimiento, actuación y debe existir una interrelación efectiva entre el profesor-estudiante, estudiante-estudiante, estudiante-grupo, profesor-grupo, basada en el respeto mutuo, la colaboración, la seguridad y la independencia.

Referencias bibliográficas

- Addine, F. *et al.* (1999). *Didáctica y optimización del proceso de enseñanza-aprendizaje. La Habana, Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño (IPLAC)*. [Material en soporte electrónico]
- Dorantes, J. S. y Campos, G. (2011). *El proceso enseñanza-aprendizaje en Educación Física. Una aproximación a la*

competencia situada. Recuperado de http://www.portalfitness.com/7797_el-proceso-ensenanza-aprendizaje-en-educacion-fisica.aspx

- Grosser, M. y Neumaier, A. (1986). *Técnicas de entrenamiento: teoría y práctica de los deportes*. Barcelona: Martínez Roca.
- Grosser, M. y Neumaier, A. (1990). *Técnicas del entrenamiento. Teoría y práctica de los deportes*. Barcelona, Ediciones Roca, S.A.
- Navarro, M., Montesino, S., Celis, D., Jaimes M. y Palomino (2014). *El judo como estrategia terapéutica en el desarrollo de las relaciones sociales de los niños y adolescentes del programa de explotación laboral de la corporación*. *Revista Actividad Física y Desarrollo Humano*, Vol. 6. Recuperado de <https://docplayer.es/67820049-Revista-actividad-fisica-y-desarrollo-humano-volumen-6.html>
- Tejero, C. M., Ibáñez, A. y Pérez, A. (2008). Cultura de paz y no violencia. La defensa personal como propuesta educativa. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y el deporte*, 8(31), 199-211. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista31/artcultura80.htm>
- Terry, J. (2000). Propuesta metodológica para la enseñanza de la actividad técnico-táctica en los combates de judo. Lecturas: Educación Física y Deportes. *Revista Digital*, 5(28).
- UNEMI (2018). *Carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deporte*. Recuperado de

<http://www.unemi.edu.ec/index.php/pregrado/pedagogia-de-la-actividad-fisica-y-deporte/>

Villamón, M. (1999). *Introducción al judo* (3.^a ed.).
Barcelona: Hispano Europea.

Villamón, J. y Brousse, M. (1999): Evolución del
judo. En M. Villamón (Dir.). *Introducción al
judo*, pp.103-144. Barcelona: Hispano
Europea.