



Universidad
de Alcalá

GUÍA DOCENTE

FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES DE LUCHA

**Grado en Ciencias de la Actividad
Física y del Deporte**

Universidad de Alcalá

Curso Académico 2022-2023

Primer Curso – Segundo Cuatrimestre

GUÍA DOCENTE

Nombre de la asignatura:	Fundamentos de los deportes de lucha
Código:	770007
Titulación en la que se imparte:	Grado CCAFYDE
Departamento y Área de Conocimiento:	Ciencias Biomédicas. Educación Física y Deportiva
Carácter:	Obligatoria
Créditos ECTS:	6
Curso y cuatrimestre:	Primer Curso. Segundo Cuatrimestre
Profesorado:	Pablo Antonio Armenteros Herranz
Horario de Tutoría:	Se especificará al inicio del curso
Idioma en el que se imparte:	Español

1. PRESENTACIÓN

A través de esta asignatura se pretenden sentar las bases del conocimiento y proporcionar las herramientas básicas para la enseñanza de diferentes deportes de lucha.

De forma general, se desarrollarán contenidos relacionados con la evolución histórica de los deportes de lucha (haciendo especial hincapié en el Judo y las luchas olímpicas), sus reglamentos, los distintos métodos de enseñanza y sistemas de entrenamiento. Estos aspectos se relacionan con la asignatura del primer curso “Intervención Docente en la Actividad Física el Deporte”, así como con la asignatura de segundo curso “Fisiología del ejercicio y Bases del entrenamiento deportivo”, con la asignatura de tercer curso “Sistemas de Entrenamiento Deportivo” y la de cuarto curso “Planificación y control del entrenamiento deportivo”.

De una forma específica, se favorecerá el aprendizaje conceptual y procedimental de las ejecuciones técnicas de los diferentes deportes de lucha estudiados.

La metodología a seguir será una combinación de sesiones presenciales de asistencia obligatoria con sesiones de trabajo autónomo por parte el alumno y apoyo virtual.

La formación recibida en esta asignatura permitirá al estudiante, en el caso de optar por la salida profesional docente, afrontar el bloque de contenidos de habilidades deportivas de la Enseñanza Secundaria Obligatoria y de Bachillerato. Si opta por el itinerario de entrenamiento deportivo o la recreación, los conocimientos y habilidades

adquiridas le permitirán dirigir sesiones de entrenamiento de estas disciplinas deportivas, pudiendo desarrollar las herramientas de evaluación del progreso de sus deportistas.

2. COMPETENCIAS

Competencias genéricas:

1. Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico.
2. Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
3. Dominar habilidades de comunicación verbal y no verbal necesarias en el contexto de la actividad física y el deporte.
4. Conocer, reflexionar y adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo a partir del adecuado uso de las fuentes de información y documentación científica.
5. Desarrollar habilidades de liderazgo, comunicación, relación interpersonal, negociación y trabajo en equipo, así como la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas.
6. Conocer y actuar dentro de los principios éticos y deontológicos necesarios para el correcto ejercicio profesional en cada uno de ámbitos de la actuación profesional.
7. Desarrollar hábitos de excelencia, calidad y profesionalidad en cada uno de los ámbitos de actuación profesional, aplicando los derechos fundamentales y los valores propios de una cultura democrática.
8. Desarrollar actitudes que favorezcan la igualdad de género, evitando la discriminación en los diferentes contextos sociales.

Competencias específicas:

1. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza–aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
2. Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte, entre la población que realiza entrenamiento deportivo.
3. Comprender los procesos históricos de los deportes de lucha, su evolución y adaptación a la sociedad contemporánea.
4. Identificar y comprender los requisitos psicomotores y socio motores de las habilidades deportivas, ejecutando básicamente las habilidades motrices específicas de los diferentes deportes de lucha.
5. Identificar y aplicar las peculiaridades metodológicas del proceso de enseñanza de los deportes de lucha en los diferentes ámbitos de intervención (educativo, recreativo, competitivo).
6. Aprender a fomentar la convivencia, estimulando y poniendo en valor la capacidad de constancia, esfuerzo y disciplina de los participantes en las actividades deportivas como aspectos claves del éxito deportivo y fomento de valores positivos en nuestra sociedad.
7. Planificar, desarrollar, controlar y evaluar el proceso de entrenamiento deportivo de sesiones de los deportes de lucha en sus distintos niveles y en las diferentes etapas de la vida deportiva.

3. CONTENIDOS

Bloques de contenidos Teóricos	Total de clases, créditos u horas
Bloque 1: Generalidades de los deportes de lucha. Tema 1: Historia Tema 2: Concepto, análisis y clasificación. Tema 3: Didáctica de los deportes de lucha. Tema 4: Los deportes de lucha en el currículo escolar. Tema 5: La preparación física en los deportes de lucha. Bloque 2: El Judo. Tema 6: Fundamentos técnicos Tema 7: Fundamentos tácticos Tema 8: Aspectos reglamentarios Bloque 3: Las Luchas Olímpicas. Tema 9: Fundamentos técnicos Tema 10: Fundamentos tácticos Tema 11: Aspectos reglamentarios	• 2 ECTS
Bloques de contenidos Prácticos	
El Judo	• 2,5 ECTS
• Técnicas de ashi waza • Técnicas de koshi waza	

• Técnicas de te waza • Técnicas de osae waza • Técnicas de shime waza	
• Técnicas de kansetsu waza • Giros • Combinaciones/Encadenamientos • Contraataques	
Las Luchas Olímpicas • Técnicas de pie • Técnicas de suelo	• 1,5 ECTS
Aproximación a otros deportes de lucha.	• 0,5 ECTS

* Estos bloques de contenidos se imparten en las clases presenciales, tanto en las teóricas como en las prácticas.

4. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. ACTIVIDADES FORMATIVAS

Durante el curso, el docente podrá realizar actividades interdisciplinares donde las asignaturas de primero se relacionen unas con otras. Concretamente para el desarrollo de algunas competencias genéricas, los estudiantes podrán realizar un seminario interdisciplinar impartido por las especialistas en gestión de la información de la Biblioteca, que servirá de base para el desarrollo de esas competencias mediante tareas solicitadas por el resto del profesorado.

4.1. Distribución de créditos (especificar en horas)

Número de horas presenciales:	56 horas: distribuidas entre clases en gran grupo, grupo reducido. Total: 56 horas (14 teoría + 42 prácticas)
-------------------------------	---

Número de horas del trabajo propio del estudiante:	94 horas: trabajo autónomo del alumnado que Incluye horas de estudio, elaboración de actividades, preparación exámenes, actividades <i>online</i> ...
Total horas	150 horas

4.2. Estrategias metodológicas, materiales y recursos didácticos

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS - Clases teóricas o teórico-prácticas en gran grupo. - Técnicas de aprendizaje cooperativo - Clases para el desarrollo, aplicación y profundización de conocimientos a través de diferentes estrategias: debates y concursos. - Sesiones prácticas en las que aprender a realizar las técnicas específicas de cada deporte y en las que aprender a enseñar dichas habilidades. - Ponencias de especialistas en temas específicos. - Búsqueda de artículos de investigación. - Valoraciones críticas. - Aprendizaje basado en problemas - Realización de actividades para presentar en las clases. - Presenciar actividades relacionadas con la asignatura en situaciones reales.	○ Medios impresos: apuntes Aula Virtual, fichas de trabajo, etc. ○ Plataforma virtual: Blackboard LS y entorno de publicación docente. ○ Recursos soporte: pizarra digital ○ Recursos musicales. ○ Medios audiovisuales: teléfono, cámara de video u otros instrumentos de filmación ○ Medios informáticos: Internet, software específico. ○ Recursos didácticos: materiales propios de las disciplinas deportivas.
---	---

5. EVALUACIÓN: Procedimientos, criterios de evaluación y de calificación¹

El estudiante tiene derecho a disponer de dos convocatorias en el curso académico, una ordinaria y otra extraordinaria, de acuerdo al artículo 6 de la Normativa reguladora de los procesos de evaluación de los aprendizajes, aprobada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 24 de marzo de 2011, modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 5 de mayo de 2016, modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 25 de julio de 2019, modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 31 de octubre de 2019. Última modificación en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 22 de julio de 2021.

La convocatoria ordinaria estará basada en la evaluación continua, salvo en el caso de aquellos estudiantes a los que se haya reconocido el derecho a la evaluación final en los términos del artículo 10 de la [Normativa Reguladora de los Procesos de Evaluación de los Aprendizajes](#).

La evaluación de los aprendizajes de los estudiantes se realizará mediante un proceso de evaluación continua, a lo largo de la asignatura se recogerán evidencias que muestren la adquisición de aprendizajes de los estudiantes.

De acuerdo a la normativa de evaluación, el estudiante tiene derecho a ser evaluado mediante una evaluación final, si previamente, antes de finalizar las dos primeras semanas de docencia de la asignatura (alumnos matriculados con posterioridad se les permite dos semanas desde su matriculación), rechaza el sistema de evaluación continua. El estudiante debe solicitarlo por escrito, alegando las circunstancias que le impiden ser evaluado mediante el sistema de evaluación continua. El profesor estimará si dicha alegación es causa justificada para ser evaluado mediante una prueba final.

5.1. Criterios de evaluación

5.1.1. Evaluación continua

Tanto en las tareas de clase como en el programa desarrollado en grupo, la evaluación se realizará teniendo en cuenta los siguientes criterios:

El alumno asiste al menos al 80% de las clases presenciales y participa de forma activa y positiva dentro del grupo mostrando interés y adoptando una actitud crítica demostrando la adquisición de las competencias y conocimientos de la asignatura.

- Entrega en la fecha indicada de todas las actividades formativas demandadas a lo largo de la asignatura y supera de forma adecuada las actividades formativas propuestas durante las clases, demostrando la comprensión de conceptos y las competencias.

- Resuelve de forma comprensiva los diferentes problemas y supuestos prácticos, así como demuestra la comprensión de conocimientos y adquisición de las competencias.
- Presenta de forma adecuada, tanto en la coherencia del contenido como en el rigor en la presentación, las diferentes tareas que se propongan: claridad y fundamentación; creatividad y originalidad; uso de referencias bibliográficas correcto y oportuno; adecuado estilo de redacción; apropiada ortografía y presentación aplicando las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

5.1.2. Evaluación final

- Comprende los conceptos e ideas principales de cada uno de los temas.
- Integra y aplica los contenidos a situaciones prácticas demostrando la comprensión de los conocimientos y adquisición de las competencias.
- Realiza los trabajos y proyectos de forma original, con rigor en la presentación, claridad y fundamentación.

5.2. Procedimientos de evaluación

5.2.1. Evaluación continua

Para el alumnado que escoja el sistema de evaluación continua se utilizarán los siguientes instrumentos de evaluación:

- Superación de una prueba teórico-práctica de la materia, que se ajustará a los contenidos teóricos y prácticos de la materia, en la que deberá demostrar la adquisición de las competencias y de los contenidos de la asignatura.
- Superación de unas pruebas de ejecución práctica de tareas que se ajustarán a los contenidos teóricos y prácticos de la materia, en las que el alumno deberá demostrar la adquisición de las competencias y de los contenidos de la asignatura.
- Será necesario aprobar ambas partes, de forma independiente, para aprobar la asignatura.
- Entrega de los trabajos y actividades formativas demandadas.

5.2.2. Evaluación final

Se realizará una prueba mediante un examen escrito formado por preguntas cortas y otro examen consistente en la ejecución de los contenidos prácticos aprendidos, que se ajustará a los contenidos teóricos y prácticos de la materia, y en

el que deberá demostrar la adquisición de las competencias y de los contenidos de la materia. Cada uno de los exámenes tendrá un valor del 50% de la nota total. La parte escrita y la parte práctica deberán ser aprobadas independientemente cada una por separado para poder hacer la media.

5.3. Criterios de calificación

5.3.1. Evaluación continua:

- La realización adecuada de las tareas, trabajos y actividades formativas solicitados de forma individual o grupal supondrá el 40% de la calificación final de la asignatura.
- La asistencia a las clases presenciales mostrando una implicación personal y actitud participativa supondrá el 20% de la calificación final.
- El examen teórico y el examen práctico supondrán el restante 40% de la calificación final de la asignatura.
- Las conductas ejemplares de participación y respeto hacia profesor y compañeros podrán ser motivo de incremento en la calificación final mientras que las prácticas contrarias a una correcta y respetuosa conducta serán tenidas en cuenta en la calificación del estudiante, pudiendo procederse a una reducción del 10% de la calificación por conductas irrespetuosas hacia profesor o compañeros e incluso ser motivo de suspenso si dicha conducta es reiterativa. Asimismo, la conducta ejemplar hacia compañeros, profesor e implicación en el desarrollo de la asignatura podrá ser motivo de un incremento del 10% en la calificación final. Este incremento no podrá aplicarse si la calificación numérica final es de un 10, pero será tenido en cuenta para la valoración cualitativa de Matrícula de Honor.

El sistema de calificaciones será el previsto en la legislación vigente, atendiendo al siguiente baremo:

Suspenso	No demuestra haber adquirido las competencias de la materia. No ha participado activamente en el proceso de la asignatura.
Aprobado	El alumno ha participado activamente en las sesiones de la asignatura y demuestra la adquisición básica de las competencias propuestas.
Notable	El alumno ha participado activamente en las sesiones de la asignatura y demuestra un dominio notable en las competencias propuestas. Su grado de desarrollo y elaboración es claramente mayor que el nivel anterior.

Sobresaliente.	Junto a lo anterior muestra un grado mayor de autonomía a la hora de gestionar y dirigir su aprendizaje, así como facilitar el aprendizaje de sus compañeros.
Matrícula de Honor.	Junto a lo anterior se demuestra un mayor grado de complejidad, elaboración y creatividad en el dominio, comprensión y aplicación de las competencias propuestas. Además, su papel activo en el proceso de la asignatura es crucial, en el posterior desenlace del mismo.

5.3.2. Evaluación final

En el caso de que el alumno opte por un examen final de la materia, éste consistirá en un examen teórico-práctico que tendrá dos partes: una prueba escrita y otra práctica, con una valoración del 50% cada una de ellas. La parte teórica y la parte práctica deberán ser aprobadas cada una por separado.

5.4. Evaluación convocatoria extraordinaria

Los estudiantes que no aprueben en la convocatoria ordinaria serán evaluados en la convocatoria extraordinaria con los mismos procedimientos tenidos en cuenta en la convocatoria ordinaria.

A los estudiantes que siguieron el proceso de evaluación continua y cumplieron con el criterio de asistencia y participación activa, se les guardará la calificación obtenida en las pruebas superadas; si no cumplieron con el criterio de asistencia serán evaluados con el sistema de prueba final.

La nota final se formará con la suma de dos pruebas:

- Prueba teórica (50% de la nota), con preguntas cortas y tipo test, que se ajustará a los contenidos teóricos y prácticos de la materia, en el que deberá demostrar la adquisición de las competencias y de los contenidos de la asignatura.
- Prueba práctica (50% de la nota) que se ajustará a los contenidos teóricos y prácticos de la asignatura, y en el que demostrará la adquisición de las competencias y los contenidos de la materia.
- Para poder aprobar la asignatura los dos exámenes deberán estar aprobados por separado.

Siguiendo la Normativa reguladora de los procesos de evaluación de los aprendizajes, aprobada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 24 de marzo de 2011, modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 5 de mayo de 2016, modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 25 de julio de 2019, modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 31 de octubre de 2019 y modificada en sesión ordinaria en Consejo de Gobierno de 22 de julio de 2021, es importante señalar los procedimientos de evaluación: por ejemplo, evaluación continua, final, autoevaluación, co-evaluación. Instrumentos y evidencias: trabajos, actividades. Criterios o indicadores que se van a valorar en relación a las competencias: dominio de conocimientos conceptuales, aplicación, transferencia conocimientos. Para el sistema de calificación hay que recordar la Normativa del Consejo de Gobierno del 16 de Julio de 2009.

6. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía Básica

Kano, J. (1989). Judo Kodokan. Madrid: Eyras.

Taira, S. (2009). La esencia del Judo (I) y (II). Gijón: Satori Ediciones.

García, J.M. (2012). Rendimiento en judo. Barcelona: ONXSPORT.

Hernández, R. (2018). Judo. Nuevas perspectivas sobre metodología y entrenamiento. Sevilla: Wanceulen Editorial.

Taira, S. (1992). Judo (I). Madrid: COE.

Villamón, M. (dir.) (1999). Introducción al judo. Barcelona: Editorial Hispano-Europea.

Eichelbrenner, D. (1997). Jeux de lutte. 52 jeux pour l'école élémentaire. París: Revue EPS.

Bibliografía Complementaria

Torres, G. (1993): 1000 ejercicios y juegos de actividades de lucha. Madrid: Paidotribo.

Adams, N. (1992). Los agarres. Barcelona: Paidotribo.

Amador, F.; Castro, U. y Álamo, J.M. (1997). Luchas, deportes de combate y juegos tradicionales. Madrid: Gymnos.

Burger, R. (1989). Judo. Madrid: ADELEF.

- Castarlenas, J.Ll. y Peré Molina, J. (2002). El judo en la educación física escolar. Unidades didácticas. Barcelona: Hispano Europea.
- Funakoshi, G. (1989). Karate-do. Mi camino. Madrid: Eyras.
- Huelí, J.M. (2000). Judo: la actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Inman, R. (1989). Las técnicas de los campeones de combate. Madrid: Eyras.
- Inogai, T. y Habersetzer, R. (2002). Judo pratique. Du débutant à la ceinture noire. París: Amphora.
- Inokuma, I. y Sato, N. (1980). Best Judo. Tokyo: Kodansha Internacional.
- Kimura, M. (1976). El Judo. Conocimiento práctico y normas. Barcelona: Aedos.
- Kolychkine, A. (1988). Judo, arte y ciencia. La habana: Científico -Técnica.
- Kolychkine, A. (1989). Judo. Nueva didáctica. Barcelona: Paidotribo.
- Lee, Y. (1994). Judo dinámico. Historia, fundamentos y programa técnico. Madrid: Budo Internacional Publ. Co. (Vídeo).
- Leguina, E. de (2012). Bibliografía e historia de la esgrima española. Valladolid: Ed. Maxtor.
- Levet, P. Vovinam Viet Vo Dao. Madrid: Budo Internacional Publ. Co. (Vídeo).
- Ministere de L'education Nationale de la jeunesse et des Sports (1990). L'éducation physique et sportive à l'école. Les sports de combat. Les jeux d'opposition. París: Revue EPS.
- Nobuyoshi, T. (2002). Aikido. Etiqueta y transmisión. Manual para uso de los profesores. Barcelona: Paidotribo.
- Paez, C. y Vilalta, E. (1983). Judo infantil, pedagogía y técnica. Barcelona: Generalitat de Catalunya e INEF.
- Santos Nalda, J. (1990). Artes marciales. El Aikido. Barcelona: Paidotribo.
- Stevens, J. (1995). Three Budo Masters. Jigoro Kano, Gichin Funakoshi y Morihei Ueshiba. Tokyo, Nueva York, Londres: Kodansha International.
- Taberna, P. (1988). La Lutte. Situations pedagogiques. París: Vigot.
- Turón Marco, Y. (1999). Iniciación a la esgrima. Zaragoza: Imagen y deporte.
- Uzawa, T. (1981). Defensa personal. Valladolid: Miñón.

Uzawa, T. (1982). Pedagogía del judo. Valladolid: Miñón.

Vídeo. Iniciación a la esgrima I y II. Zaragoza: Imagen y deporte.

VV.AA. (1997). El judo y las ciencias de la educación física y el deporte. Vitoria-Gasteiz: SHEE-IVEF.

Watson, N. (2001). Father of judo: a biography of Jigoro Kano. Tokyo, Nueva York, Londres: Kodansha International.

Para complementar y profundizar en los contenidos del presente programa pueden resultar de interés para el alumn@ las siguientes páginas de internet:

www.kodokan.org

www.ijf.org

www.rfej.org

www.judovision.org

www.judoinfo.com

www.felucha.com

<https://unitedworldwrestling.org>

www.feboxweo.com

www.fetaekwondo.net

www.rfek.es

“La Universidad de Alcalá garantiza a sus estudiantes que, si por exigencias sanitarias las autoridades competentes impidieran la presencialidad total o parcial de la actividad docente, los planes docentes alcanzarían sus objetivos a través de una metodología de enseñanza- aprendizaje y evaluación en formato online, que retornaría a la modalidad presencial en cuanto cesaran dichos impedimentos”.