

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE

“MANUEL FAJARDO”

FACULTAD DE VILLA CLARA



Título

Ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne waza en los judokas de la categoría 9-10 años.

Autor: Julián Silverio Artiles

Tutores: MSc. Jorge Abundio González Pascual

Lic. Erik Hernández Solís

Santa Clara, 2013 - 2014

“Año 56 de la Revolución”

Dedicatoria

- ❖ A la memoria de Miguel Batule Casola y Carlos Pacheco por siempre confiar en mí.
- ❖ A mi hija y a los niños por demostrar la eficacia de este proyecto.
- ❖ Al ju jitsu por guiar mis pasos al judo y descubrir el hermoso y difícil arte de enseñar.
- ❖ A mis padres y toda mi familia.

Agradecimientos

- ❖ A mis tutores por sus experiencias transmitidas, por su alta profesionalidad, paciencia, colaboración y guía permanente en todos los detalles de la investigación.
- ❖ A mi familia, en particular a mi esposa e hijos por su apoyo y paciencia.
- ❖ A mis compañeros de trabajo con los que día a día ponemos en práctica este proyecto.

Pensamiento

"...mi propósito no es el enseñar aquí el método que cada cual debe seguir para guiar acertadamente su razón, sino solamente el de demostrar de qué manera he tratado de guiar la mía."

Descartes

RESUMEN:

La presente investigación titulada “Ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades técnicas del Ne-waza en los judokas de la categoría 9-10 años”, se desarrolla en el Combinado Deportivo “Mártires de Barbados”, y surge debido a las carencias existentes en la planificación y concepción del entrenamiento deportivo de los judokas para el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de habilidades técnicas en el Ne-waza, persiguiendo el objetivo de proponer un conjunto de ejercicios que permitan solucionar esta problemática, en el proceso de investigación se utilizan los métodos en el orden teórico en torno a los métodos de análisis y síntesis, inducción y deducción, así como el enfoque sistémico-estructural en el diseño de la sistematización en la enseñanza de la técnica deportiva y su perfeccionamiento en el Ne-waza, mientras que en el orden práctico se centra el estudio en la observación a unidades de clase y competencias, además se aplican encuestas a profesores deportivos y atletas de Judo.

Summary

The research titled "Exercises directed to the use of the opportunities to the application of the Ne-waza abilities in the athletes of 9 -10 years categories of C/D Martires de Barbados" emerged as a result of the limited planning and the conception of work in the application of Ne-waza skills in the athletes. For our research we used different practical methods, the observation of classes and competitions, inquiry to trainers and judo athletes, and in the theoretical order we used the analysis and synthesis, induction and deduction. Methods and also the systematic – structural approach in the design of the systematization in the teaching of sports technique and its perfection in the Ne-waza skills.

TABLA DE CONTENIDO:

<u>Introducción</u>	1
<u>Desarrollo</u>	6
<u>1.- Capítulo I: Marco teórico referencial</u>	6
<u>1.1.- El proceder pedagógico del judo en Cuba</u>	6
<u>1.2.-Características del contexto donde se desenvuelve el judoka</u>	9
<u>1.3.- Manifestaciones pedagógicas del accionar técnico en el Ne-waza</u>	12
<u>1.4.-Bases teóricas para la contextualización de las habilidades del judo</u>	18
<u>2.- Capítulo II: Marco Metodológico</u>	26
<u>2.1.-Estructura de la tesis</u>	26
<u>2.2.-Metodología</u>	26
<u>2.3.- Primera etapa: diagnóstico</u>	29
<u>2.4.- Segunda etapa: diseño y aplicación</u>	31
<u>2.5.- Tercera etapa: evaluación</u>	32
<u>3.- Capítulo III:Análisis de los resultados</u>	33
<u>3.1.- Análisis de los resultados</u>	33
<u>3.2.-</u> Presentación de la propuesta del conjunto de ejercicios para el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de las habilidades para el trabajo en el Ne-waza.	42
3.3. - Ejercicios para el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de las habilidades para el trabajo en el Ne waza.....	46
<u>3.4.- Valoración de la propuesta</u>	51
<u>4.- Conclusiones</u>	53
<u>5.- Recomendaciones</u>	54
<u>6.- Bibliografía</u>	
<u>7.- ANEXOS</u>	

INTRODUCCIÓN

El Judo, al igual que todos los deportes, se rige por un reglamento que lo establece su Federación Internacional, el cual para estar a tono con las exigencias del mercado y el carácter cada vez más sostenible del deporte moderno, ha venido aplicando de forma paulatina numerosas restricciones en el comportamiento competitivo de los judokas, en aras de rescatar la espectacularidad e integralidad física de sus practicantes.

Estas regulaciones se han materializado a partir de la celebración de los Juegos Olímpicos de Londres (2012), donde se encarga de prohibir las ejecuciones de acciones técnicas que impliquen agarres de las piernas o acciones con apoyos de las rodillas en el suelo, sin provocar evidencias de proyección al contrario, estas y otras regulaciones han provocado cambios en el accionar técnico-táctico de muchos judokas y con ello la modificación de los sistemas de entrenamientos y la transformación de determinadas habilidades específicas según las situaciones imperantes en los combates.

En los judokas del eslabón de base del territorio villaclareño, la enseñanza de la ejecución técnica en el Ne-waza, se lleva a cabo sin fortalecer el establecimiento de relaciones entre las habilidades generales y las especiales, este ha sido el resultado aportado durante la realización y presentación de los trabajos de diplomas comprendidos en la etapa del 2009 al 2012, los cuales se enmarcan en estudios dirigidos a facilitar el proceso de enseñanza de los elementos básicos del Judo, con el propósito de desarrollar las habilidades motrices básica para el posterior desenvolvimiento deportivo.

Los estudios citados se han encaminado a la búsqueda de solucionar las problemáticas del desarrollo técnico-táctico de los judokas a sabiendas que desde el punto de vista cualitativo, se aprecia falta de estabilidad y coordinación, y una forma mecánica de conducir el combate al aplicar acciones que conocen, y no en las propias situaciones que impone el ritmo de la contienda.

Los programas de preparación del deportista en sus primeras ediciones, reflejan en su contenido, tareas para la preparación técnico-táctica con énfasis en las técnicas, describiendo de forma paulatina el trabajo táctico, sin embargo no orientan con precisión las habilidades a realizar para este tipo de preparación.

El programa de preparación del deportista vigente editado en el 2009, recoge dentro de sus componentes la preparación técnico-táctica de forma unida en su definición y concepción, los objetivos se presentan de forma gráfica y sus direcciones de trabajo con los medios que se utilizan. Esta misma descripción en igual forma se propone en todas las categorías, sin demostrar un incremento o transformación paulatina de las habilidades o nivel técnico-táctico a desarrollar en los judokas.

En la presente investigación no se cuestionan las concepciones relacionadas con los elementos básicos, aspectos muy estudiados históricamente como fundamentos didácticos del proceso de enseñanza–aprendizaje en el Judo y no es que se pretenda establecer nuevos pilares del proceso metodológico, sino profundizar en el perfeccionamiento del modelo actuante tal como la definición de las habilidades específicas en el Ne-waza.

Los estudios o investigaciones realizadas por especialistas del Judo han ofrecido metodologías y materiales bibliográficos que han contribuido a la atención especial de la enseñanza de los elementos básicos para el Judo; los cuales se han descuidado de la aplicación de las habilidades específicas en el Ne-waza para contribuir a la mejora del trabajo individual en aras de los movimientos que intervienen en las viradas con palanca , envolturas, controles, defensas y salidas, así como luxaciones y estrangulaciones en las categorías precedentes.

Es insuficiente el desarrollo del trabajo en el Ne-waza, ya que los profesores trabajan con mayor énfasis en el Tashi waza donde el principal factor es alcanzar la victoria mediante una proyección espectacular, sin pensar que para esta esfera de actuación (Tashi Waza) solo se brinda una posibilidad de obtención de la victoria, mientras el Ne-waza brinda tres posibilidades enmarcadas en las acciones de control, luxación y estrangulamiento, por otra parte se conoce que aproximadamente de cada 10 combates que se realizan 7 definen sus victorias por el Ne-waza, sin embargo es ineficiente el aprovechamiento de las oportunidades que se brindan en esta esferas de actuación para el logro de mejores resultados competitivo.

Estos programas de preparación del deportista, al igual que los editoriales La nueva didáctica, Arte y ciencia y Judo en acción, no reflejan de forma clara los ejercicios o tareas a desarrollar que conlleven o favorezcan las habilidades especiales de los judokas.

En los planes y unidades de entrenamiento se reflejan como componente de la preparación la técnico-táctica plasmándose su dosificación y descripción de los ejercicios, los cuales por su forma de ejecución presentan características técnicas y solo por el carácter individualizado de algunas acciones se pudieran considerar tácticos y en ninguno de los casos se contemplan tareas que implique el desarrollo de habilidades que resuelvan situaciones problemáticas en el entrenamiento y competencia.

La valoración de estas deficiencias nos permite definir qué: Existe insuficiente aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne Waza en los judokas de la categoría 9 y 10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados.

Es decir, no se tiene en cuenta la formación y desarrollo de las habilidades, así como la forma de manifestarse en los combates, tampoco se utiliza la preparación en los entrenamientos con el propósito de fundamentar lo ocurrido en ellos, lo cual le impide a los judokas orientarse y ordenar las acciones individuales, reduciendo así las posibilidades de identificar y corregir las habilidad afectadas para determinar lo esencial, comparar y generalizar las acciones que interfieren en el tránsito al buen desempeño motor en las condiciones competitiva.

Partiendo de estos criterios consideramos enfocar el **problema científico** en función de: ¿Cómo contribuir al mejor aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne-waza en los judokas de la categoría 9 y 10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados?

Objeto de estudio: el aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades de los judokas en la categoría 9 y 10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados

Campo de acción: el aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne waza en los judokas de la categoría 9 y 10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados.

Objetivo general: proponer un conjunto de ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne-waza en los judokas de la categoría 9-10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados.

Para guiar la solución al problema planteado se formulan las siguientes

Preguntas científicas:

1. ¿Qué fundamentos teóricos permiten el empleo de ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades que se utilizan en el Ne-waza?
2. ¿Qué insuficiencias presentan los judokas de la categoría 9-10 años en el aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades en el Ne-waza?
3. ¿Qué características deben tener los ejercicios para la categoría 9-10 años en correspondencia con las oportunidades y habilidades aplicadas en el Ne-waza?
4. ¿Qué resultados se obtienen en la aplicación de los ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades en el empleo de las habilidades del Ne-waza?

Tareas científicas:

1. Determinación de los fundamentos teóricos que permiten el empleo de ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades que se utilizan en el Ne-waza.
2. Selección de las insuficiencias que presentan los judokas de la categoría 9-10 años que impiden el aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades en el Ne-waza?
3. Elaboración de los ejercicios en correspondencia con las oportunidades y habilidades aplicadas en el Ne-waza.
4. Valoración de los resultados de la aplicación de los ejercicios dirigidos al aprovechamiento de las oportunidades en el empleo de las habilidades en el Ne-waza.

MÉTODOS PRINCIPALES EMPLEADOS

Los métodos del nivel teórico que han estado presente en todo el proceso de investigación son: análisis, síntesis, inducción, deducción, enfoque de sistema.

Del nivel empírico, se emplean la observación a las clases de entrenamiento y de competencia, la encuesta a los entrenadores y el experimento.

Las técnicas del nivel matemático-estadístico que permiten recopilar y procesar la información aparecen en el orden de los estadígrafos descriptivos y la distribución empírica de frecuencia.

LA POBLACIÓN Y MUESTRAS UTILIZADAS

La población objeto de estudio está compuesta por 19 judokas del sexo masculino y 10 del sexo femenino para un total de 29 judokas escolares de ambos sexos, que son matrícula del equipo o categoría 9-10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados del Municipio de Santa Clara.

Se toma para corroborar las informaciones 28 clases de entrenamiento impartidas en los periodos de septiembre a noviembre y enero a marzo de los años citados con anterioridad y los eventos competitivos provinciales y municipales celebradas en este periodo.

La **novedad científica** de la presente investigación radica en la organización y contenidos que abordan los ejercicios elaborados, de manera tal que contribuyan al mejor aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne-waza en los judokas de la categoría 9 y 10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados.

El **aporte práctico** consiste en el conjunto de ejercicios dirigidos a la eficacia de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne-waza en los judokas citados con anterioridad.

El presente trabajo de diploma consta de la introducción, el desarrollo, dividido en tres capítulos, las conclusiones que brindan respuesta a los objetivos específicos y se ofrecen recomendaciones que apuntan al perfeccionamiento de los ejercicios propuestos. Además se asienta la bibliografía y se muestran anexos que favorecen la comprensión de la tesis.

CAPITULO I: Marco Teórico Referencial

El presente Capítulo trata

1.1- El proceder pedagógico del Judo en Cuba.

El maestro Kawaishí, influyó notablemente en el modo de enseñanza del Judo durante los primeros momentos en Cuba. Sin embargo con la llegada del profesor Han Chang Jin, en 1966 y los estudios divulgados de las técnicas por separados, como la efectuada por Torres Mayarí, I. y H. Chang Hi. (1973) crearon expectativas para los amantes del Judo.

Con la obra publicada del “Manual técnico-metodológico para instructores y entrenadores de Judo” elaborado por Torres Mayarí, I y M. Reyes Díaz. (1984) y la participación de Cuba en eventos internacionales se va creando una nueva

versión, no tan solo del Judo como objeto en sí, sino también del proceso docente- educativo de este deporte.

En Cuba se adopta una generalidad en el proceso de enseñanza y aprendizaje por la introducción del Kudo, K. (1987). Judo en Acción. t. I y II, donde se plasman las técnicas según sus grupos tanto en el Tashi Waza (técnicas arribas) y Ne-Waza (Técnicas abajo), con una ilustración y explicación metodológica asequible a cualquier público.

El maestro Kolychkin T. A. (1988) hace mención en su obra “Arte y Ciencia” sobre la clasificación de los elementos técnicos, puntualizando especialmente en las técnicas rectoras y afines, así como la definición y selección de los elementos básicos con una óptica más didáctica y hace referencia a las habilidades como una forma de manifestación de los elementos básicos del Judo.

La primera guía metodológica oficial para la enseñanza del judo fue el “Programa para áreas deportivas masivas y especiales”, cuyos autores fueron Santiago Chinea y Juan M. Mesa (1977) donde se plasman las indicaciones metodológicas para el trabajo en el nivel de base, se plantean los conceptos fundamentales sobre la materia y se ofrecen las orientaciones pertinentes para la dosificación de las tareas de los practicantes.

En 1984, surge el Subsistema del deporte de alto rendimiento, elaborado por un colectivo más amplio de especialistas miembros de la comisión nacional. El cual constituye un marcado perfeccionamiento del antiguo programa y expresa, de forma más detallada, las acciones metodológicas de los profesores frente a sus alumnos en las áreas de iniciación y perfeccionamiento.

- Verjoshanki (1985). Hace referencia al proceso pedagógico que provoca el aumento de las posibilidades condicionales y técnico-tácticas como una disponibilidad para el comportamiento deportivo dentro de la competición y por otra parte Harre, D. (1982) Teoría y metodología del entrenamiento deportivo, y Ozolin N. G. (1986) La preparación técnica: En sistema contemporáneo entrenamiento deportivo. Hacen referencia a la importancia de la preparación técnico-táctica dentro de los componentes de la preparación como uno de los eslabones que identifican el desempeño deportivo.

Ya Kolychkin (1987) consolidaba su teoría de la enseñanza del Judo que denominó en su libro “Nueva didáctica”. Aquí fundamenta la selección de los

elementos básicos, la definición de los objetivos y el ordenamiento del contenido a partir de las diferentes etapas de la vida del judoka, así como la definición del campo técnico y táctico, las habilidades se ven como formas de acciones que se manifiestan a través de los elementos básicos.

En 1991, se edita el “Programa de preparación del deportista” elaborado por Jiménez A. J. (1991). Este documento retoma las concepciones planteadas en el subsistema del deporte de alto rendimiento y aporta nuevas pautas relacionadas con las formas de planificación y dosificación de las cargas en el entrenamiento de los judokas, las orientaciones metodológicas del proceso de preparación técnica, los controles a aplicar según los componentes del proceso de preparación de los judokas, así como que se enuncian las habilidades motrices especiales del judoka, mezcladas con los métodos especiales del entrenamiento del judo y relacionadas con los elementos básicos de forma general.

Kolychkine (1990), Jiménez (1991) y Terry (1996) nos ofrecen una serie de orientaciones en torno a la enseñanza-aprendizaje del judo basadas en plantear al alumno situaciones técnico tácticas. Terry (2000) indica la necesidad de plantear en la enseñanza del judo gran variedad de situaciones que obliguen al alumno a un continuo reordenamiento de los movimientos. Este método nos habla además del empleo de habilidades ya adquiridas en situaciones variadas. Es el planteamiento del proceso enseñanza - aprendizaje del judo a partir de esquemas técnico-tácticos.

Navelo Cabello, R. M. (1999) Un modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista, (Parte I y II) hace referencia a la formación de las habilidades que dan solución a las acciones competitivas, cuando estas son trabajadas de forma intencional desde el propio entrenamiento, mediante las secciones de juego o acciones grupales.

Según Carratalá (1996) el judo, como juego reglado y competitivo entre dos seres inteligentes y cuya finalidad es el dominio del adversario, viene dado por una oferta ilimitada de posibilidades de práctica. El judo como juego deportivo se debe aprender jugando. Es necesario que la persona participe activamente en el aprendizaje sintiendo sus movimientos como propios, la experiencia práctica y la exploración del propio cuerpo en interrelación con el del adversario, es esencial para el aprendizaje.

El contenido completo y la reorganización de la información nueva en un entrenamiento a largo plazo, debe enfocarse hacia la creación de condiciones razonables para el desarrollo de las habilidades, para este pensamiento emergente y el cumplimiento de la constante básica del entrenamiento deportivo, dependen sobre todo, de dos factores:

1- Aumento del potencial motriz básico (objeto de la preparación física general y especial)

2- Perfeccionamiento de la habilidad para aprovechar de forma plena y eficaz ese potencial en el ejercicio de competición Y. Verkoshansky, (2002).

Y. Verkoshansky hace referencia a que el potencial de entrenamiento de los ejercicios utilizados se reduce con el crecimiento de la capacidad de rendimiento.

Por lo tanto, es importante insertar constantemente en el entrenamiento ejercicios nuevos más eficaces. Sugiere cierta metodología a la hora de modificar la condición del atleta, yendo de los menos, a los más eficaces; en otras palabras, de los más simples a los más complejos.

El análisis de los elementos teóricos acerca del proceder pedagógico del judo en Cuba favorece la necesidad de buscar nuevas alternativas que conduzcan al estímulo por el aprendizaje de forma creadora y consciente.

1.2- Características del contexto donde se desenvuelve el judoka.

(Aprovechamiento y oportunidades según el contexto)

Se considera que un individuo se está iniciado en un deporte cuando, tras un proceso de aprendizaje, alcanza los patrones básicos requeridos por la situación motriz específica y la especialidad del deporte elegido. Además de conocer sus reglas, saber ejecutar sus técnicas, moverse en el espacio deportivo disponible y utilizar adecuadamente el sentido del tiempo.

Dicha iniciación con el deporte, es un proceso temporalizado, en el cual un sujeto tiene vivencias y experiencias sobre una especialidad deportiva llegando a adquirir conocimientos teóricos y habilidades prácticas, constituyendo por tanto, un proceso de carácter cognitivo y motriz.

Esta idea, adquiere una notable relevancia en la presente investigación y en consecuencia, a nuestro juicio, se forma en el eslabón de base un judoka con una adecuada preparación, tanto desde el punto de vista de su nivel técnico como de su condición física, todo ello de acuerdo con los objetivos pedagógicos que conforman el programa de enseñanza, hasta llegar al grado

cuarto kyu en judo, con cierta capacidad coordinativa especial de integrar conocimientos, habilidades y hábitos, dicha capacidad es posible de mejorar con la aplicación de tareas didácticas, desarrolladoras de carácter especial en función del desarrollo de las habilidades.

El judoka se desenvuelve en un escenario competitivo que está regido por un reglamento, un área de competencia, un tiempo determinado y un contrario donde se establece un enfrentamiento cuerpo a cuerpo.

El área de competición, tendrá las dimensiones mínimas de 14 m x 14 m y máximas de 16 m x 16 m y deberá estar cubierta por *tatamis* o de material similar aceptable, generalmente de color verde, fijado sobre plataforma o suelo amortiguante; generalmente medirán 1m x 2m, hechos de paja prensada o, más frecuentemente, de espuma prensada, no debe ser resbaladizo ni demasiado áspero. Estos elementos que constituyen la superficie para la competición deben ser alineados sin espacios entre sí, de superficie lisa y fijados de forma que no puedan desplazarse.

El uniforme de judo (*judogi*) estará compuesto por una chaqueta que será lo suficientemente larga para cubrir los muslos y alcanzará como mínimo a los puños estando los brazos completamente extendidos hacia abajo en ambos lados del cuerpo. La chaqueta del *judogi* se cerrará con el lado izquierdo cruzado por encima del lado derecho siendo lo suficientemente ancha, las mangas de la chaqueta deberán alcanzar como máximo la articulación de la muñeca y como mínimo 5 cm por encima de la articulación de esta. La solapa y el cuello del *judogi* deben tener un máximo de 1cm de grosor y 5 cm de ancho. Los pantalones, serán lo suficientemente largos para cubrir las piernas, alcanzarán como máximo la articulación del tobillo y como mínimo 5 cm por encima de estos.

Un cinturón resistente, de 4 a 5cm de ancho, cuyo color corresponde al grado, se llevará sobre la chaqueta con dos vueltas alrededor de la cintura con ambas capas superpuestas y atado con un nudo cuadrado, lo suficientemente apretado para impedir que se salga la chaqueta y lo suficientemente largo para colgar de 20 a 30 cm a cada lado del nudo una vez atado.

Generalmente, el combate será dirigido por un árbitro y dos (2) jueces, bajo la supervisión de la comisión de arbitraje.

Habrán un mínimo de dos cronometradores; uno para registrar el tiempo real de combate y uno especializado en *osaekomi*. El cronometrador principal (tiempo

real de combate) pone en marcha su crono al oír las voces de *hajime* o *yoshi*, y lo para al oír las voces de *matte* o *sono-mama*. El cronometrador de *osaekomi* pone en marcha su crono al oír *osaekomi*, lo para en *sono-mama*, volviendo a ponerlo en marcha al oír *yoshi*. Tanto al oír *toketa* como *matte* parará su crono e indicará el número de segundos transcurridos al ÁRBITRO o al expirar el tiempo de *Osaekomi* (20 segundos se declara vencedor por *ippón*, cuando el control dure 15 a 19 segundos será puntaje de *wazari*, y cuando es de 10 a 14 segundos será *yuko*).

Duración del combate

Para los campeonatos mundiales y juegos olímpicos, la duración de los combates es la siguiente: Para los, **Senior** masculino 5 minutos y femenino 4 minutos, tiempo real de combate. **Junior** masculino y femenino: 4 minutos tiempo real de combate y cuando este es producido por un *osaekomi waza* equivalente a 20 segundos (*Ippon*). Cualquier competidor tiene derecho a un descanso entre combate y combate por un período de 5 minutos. En la categoría 9-10 años los combates tendrán una duración de 2 minutos, y no se podrán aplicar las técnicas de estrangulación y luxación, solo son permitidas las inmovilizaciones.

El tiempo transcurrido entre el anuncio de *matte* y *hajime* y entre *sono-mama* y *yoshi* por el árbitro no contará como parte de la duración del combate.

El final del tiempo asignado para el combate se le indicará al árbitro por el repique de una campana u otra señal audible similar. El combate de la “Técnica de Oro” no tendrá duración de tiempo determinado. Cuando el tiempo asignado al combate finalice el árbitro anuncia “*Sore-made*” para terminar temporalmente el combate y los competidores vuelven a sus posiciones de inicio de combate. Entonces el árbitro anunciará “*Hajime*” reiniciando de nuevo el combate de forma normal. No hay periodo de descanso entre el final del combate inicial y el comienzo del combate en “**Técnica de Oro**”.

El combate se termina al obtener un competidor una puntuación de diferencia sobre su oponente. El combate finaliza al instante de producirse un valor de ventaja.

Oportunidades para el paso al *Ne-waza*

Los competidores podrán cambiar desde la posición de pie a *Ne-waza* en los casos donde la circunstancia ideal lo permita siendo estas según el reglamento las siguientes:

- a) Cuando un competidor, después de obtener algún resultado con una técnica de proyección cambia sin interrupción a *Ne-waza* y toma la ofensiva.
- b) Cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el otro puede aprovecharse de la posición desequilibrada de su oponente para llevarlo al suelo.
- c) Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente a *Ne-waza* mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento, aunque no esté calificado como una técnica de proyección.
- d) En cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, no previsto en los párrafos precedentes de este artículo, el otro competidor puede aprovecharse de la posición de su oponente para seguir en *Ne-waza*.

El combate de la “Técnica de Oro” tendrá de duración hasta que alguno de los dos atletas alcance cualquier puntuación en el combate.

El combate se termina al obtener un competidor una puntuación de diferencia sobre su oponente. El combate finaliza al instante de producirse un valor de ventaja.

El entrenador debe dominar que la competición no solo es un medio para alcanzar medallas, resultados, sino también nos permite conocer y desarrollar el espíritu de superación, de saber sacarle provecho a las condiciones que permite el reglamento para incrementar el rendimiento deportivo, de ella en sí deviene valores de igualdad, justicia, responsabilidad, ayuda mutua, que expresa en fin, el colectivismo en su máxima creación. De ahí la importancia de la competencia como agente socializador por ser vehículo más dinámico con la comunidad, donde la relación individuo-colectivo social se pone de manifiesto y el judoka se siente partícipe y protagonista del cumplimiento del objetivo final. Si no se agotan todas las posibilidades que brinda la competición, desde el punto de vista axiológico sería necesaria pero no suficiente para la preparación integral del judoka. Debe asumirse como una de las direcciones de trabajo en la estrategia educativa del centro deportivo.

1.3-Manifestaciones pedagógicas del accionar técnico en el Ne-waza.

El maestro Andrés Kolychkine plantea que las habilidades no han sido definidas en su totalidad, denominándolas y agrupándolas en **formas**, que se proyectan de un modo independiente donde es admitido su aporte competitivo, evitando subestimar el aspecto organizativo para facilitar su integración más

definida en el carácter sistémico, y que se ve reflejado cuando son llevadas a un nivel competitivo y son auxiliadas por elementos básicos los cuales adquieren la condición de táctica en el combate.

Andrés Kolychkine. En su libro Arte y ciencia. Solo hace mención a tres formas y las contextualiza como: Forma de entrar. “Posición de pie, atacar al uke quien esta acostado” Formas de recibir. “Afrontar y aprovechar el referido ataque. Formas de virar. “Posibilidades que dispone tori para pasar a uke a una posición más vulnerable”

En el programa de preparación del deportista del 2009 se hace referencia de una forma general a las habilidades manifiestas en el Judo pero no las define como específicas, planteándolas de la siguiente forma:

Habilidades generales:

Apretar: estrechar con fuerza.

Atacar: acometer desmedidamente, embestir.

Agrupar: acercar los segmentos corporales al centro de gravedad del cuerpo.

Defender: resistir un ataque.

Empujar: remover una persona de su puesto.

Girar: moverse circularmente.

Halar: tirar, atraer.

Virar: voltear.

Cundo se habla de las acciones técnicas que se manifiestan en el Ne-waza, es necesario conocer su campo técnico-táctico y las particularidades donde se desarrollan estas acciones.

Dentro de sus manifestaciones técnicas encontramos las estrangulaciones que son técnicas de control, que consisten en presionar o apretar el cuello del adversario tanto en la zona sanguínea, como en la garganta, por medio de la solapa del traje, las manos, los brazos o las piernas, haciendo que este tenga que abandonar. Es necesario tener en cuenta que a la hora de proceder a realizar una estrangulación tenemos que tener presente la naturaleza de estas técnicas. El objetivo de toda estrangulación es interrumpir el suministro de sangre y oxígeno al cerebro y sus bases se centran en controlar la movilidad del uke, llevándolo a una posición que tenga dificultad para defenderse y adecuada para la estrangulación que queremos hacer.

Existen dos tipos de Estrangulaciones:

Las respiratorias. Son aquellas que al ejercer presión sobre la tráquea, se dificulta el flujo de oxígeno a los pulmones. No se trata tan solo de que al bloquear la entrada de aire a los pulmones sea menos efectivo, sino que además es más peligroso, ya que el riesgo de producir colapso en la tráquea puede resultar asfixia permanente y de hecho la muerte, si no se toman las medidas inmediatas es mucho más peligrosa que cualquier efecto que pueda producir una estrangulación sanguínea.

Las sanguíneas. Son aquellas que al presionar la arteria carótida provocamos que se corte el flujo sanguíneo al cerebro. Las verdaderas estrangulaciones son de naturaleza vascular, por lo que se pretende es detener el flujo de sangre oxigenada que va al cerebro, ejerciendo presión sobre las arterias que discurren por el cuello, de hecho son más eficaces y no perjudiciales para la salud. Los efectos provocados por una estrangulación ejecutada de forma correcta son el resultado de la aplicación de mecanismos a una respuesta totalmente automática, ni un duro entrenamiento, ni una enorme fortaleza física, ni la capacidad de aguante por grande que sea pueden alterar la respuesta involuntaria del organismo, al existir ausencia de sangre oxigenada en el cerebro no hay forma de aumentar la resistencia, por término medio una estrangulación bien aplicada hace que la persona pierda la conciencia en un tiempo máximo de 10 segundos.

Otro de los grupos de técnicas que se manifiestan en el Ne-waza son las denominadas Luxaciones, que se aplican en las articulaciones (unión de las partes rígidas del esqueleto humano las que pueden ser móviles semi-móviles e inmóviles (huesos o cartílagos).

Una luxación es todo control o presión que ejercemos sobre una articulación de nuestro adversario (codo), obligándole a abandonar el combate. Este control se puede ejercer con el brazo, la axila, las manos, las piernas e incluso el vientre de tori y cuando el oponente presenta el brazo extendido o flexionado.

Para que una luxación sea efectiva deben concurrir los siguientes factores:

- Que haya un buen control sobre el brazo a luxar, y que nuestra posición sea estable para poder movernos con libertad.
- Que haya un desplazamiento o desequilibrio de uke para que así la luxación tenga mayor efectividad.

- Que Tori ejerza un agarre adecuado sobre la muñeca de Uke con sus manos y que lleve el codo a la posición en que la luxación sea más precisa.
- La ejecución técnica ha de ser sobre el punto más débil, el codo, y la dirección y el ángulo en que se luxa han de tener la medida adecuada.
- Otro de los grupos son las Inmovilizaciones. Se definen como la inmovilidad de las acciones producida al uke observadas principalmente sobre el control de los hombros. Estas se manifiestan en posiciones de tres y cuatro puntos.

Principio de salida de las inmovilizaciones.

1. Fundamentalmente tener en cuenta la separación, desequilibrio y giro.
 2. Buscar el punto débil del contrario y concentrarnos en él.
 3. Hacer movimientos rápidos para evitar que fije sus agarres o debilitarlos.
 4. Movernos y girar en un sentido y cuando se nos contrarreste, girar en sentido contrario.
 5. Hacer puente.
- Intentar separarnos empujando con las manos y giramos cuando lo hayamos conseguido.

Formas de entrenamiento del NE-WAZA.

TANDOKU-RENSHU (estudio solo): Entrenamiento que consiste en hacer repeticiones de una técnica sin compañero, para adquirir coordinación, velocidad y automatismo.

SOTAI-RENSHU (estudio con el compañero): Estudio de técnicas con el compañero, estático o en desplazamiento, con el fin de perfeccionar las técnicas aprendidas y corregir fallos y errores, uke no ofrece resistencia.

UCHI-KOMI (repeticiones de los movimientos y técnicas): Consiste en repetir determinadas técnicas a un compañero, ya sea estático o en movimiento para coger habilidad, velocidad, potencia y resistencia.

YAKU-SOKU-KEYKO (Estudio en desplazamiento proyectando): Es una forma de entrenamiento en la que ambos practicantes conocen de antemano las técnicas que se realizarán, y los sistemas de ejecución y salidas de dichas técnicas, se trata de buscar la oportunidad en la ejecución de la técnica, así como de que el contrario trate de salir de la misma teniendo en cuenta (separación, desequilibrio y giro), no confundir con randori (combate)

En el trabajo del Ne-waza deben conocerse las dos posiciones que adoptan ambos contendientes.

Posición superior.

Desde la posición superior tori debe controlar el cuerpo del uke, en tres o cuatro direcciones, de forma relativamente relajada, quiere decir que tori no controlará con una rigidez excesiva las acciones de uke para escapar, ya que con su movilidad y anticipación dará la impresión a uke de trabajar con un cuerpo inerte, difícil de coger y virar. La utilización de los miembros superiores e inferiores de tori dará la sensación de estar aprisionado por una masa más ágil y hermética. Es importante que deba controlarse por la acción de las caderas-brazos y piernas.

Posición inferior.

El que está debajo debe de agrupar el cuerpo como una esfera lo que le asegurara una gran movilidad y menos posibilidad de ser controlado, debe ser frente al contrario cerrando los puntos de entrada de frente, de lado o por detrás, de forma que el adversario que quiera entrar por cualquier lado no conseguirá nunca envolvernos con su cuerpo, la guardia se puede realizar, sea sobre la espalda recogida o de rodillas y siempre preparado para la respuesta al ataque del contrario.

Las piernas juegan un papel importante, tratando de enganchar al cuerpo de uke entre ellas (Ne-Kamae), a fin de anular sus acciones, virarlo o controlar su movilidad.

Para hacer una buena inmovilización hay que tener en cuenta el control, utilizar el peso de nuestro cuerpo, y anticiparnos a los movimientos del contrario, así como realizar una buena movilidad para poder contrarrestar los intentos de escape de este.

Movimientos básicos de defensa en el suelo.

- Es fundamental utilizar las piernas y los brazos.
- Encogernos sobre sí mismos para no dejar entradas posibles, ofreciendo la menor superficie de contacto.
- Intentar trabajar la pierna de uke para derribarlo.
- Encogernos boca arriba y defendernos con los pies.
- Desplazarnos en el momento que el contrario intente atacar.
- Girar sobre sí mismo.

Movimientos Básicos de Ataque en el Suelo:

- 1 - En caso de atacar por arriba controlando la pierna de uke.
 - Entrar controlando las rodillas del adversario.
 - Montar sobre uke controlando sus rodillas.
 - Entrar por un lado controlando una de las piernas.
 - Entrando por un lado cargando y controlando las dos piernas.
- 2- En el caso de efectuar el ataque desde abajo.
 - Voltear hacia un lado, voltear hacia delante o voltear hacia atrás.
- 3-Cuando el contrario esta en cuatro puntos.
 - Inmovilizar por un lado controlando los codos.
 - Levantar el cuerpo de Uke por su costado agarrando.
 - Manga y pantalón para voltearlo.
 - Atacando por la cabeza volteándolo hacia un lado.
 - Controlando uno de sus brazos.
 - Estrangulando a uke por su espalda ó luxándole un brazo.

Se parte de dos premisas que se concretan en el curso del proceso de investigación, la primera es el hecho de que la finalidad de la enseñanza de la ejecución técnica en el Ne-waza, no es más que el aprendizaje de las habilidades que intervienen en la ejecución técnica de los diferentes controles por inmovilización, luxación y estrangulación; esto a partir del dominio de viradas que pueden ser con palancas y envolturas como movimientos básicos de ataque que encierran un vital arreglo didáctico de ideas tácticas esenciales en la etapa de iniciación deportiva en esta esfera de actuación del judo.

La segunda premisa, se relaciona con el perfeccionamiento y transformación, consiste en adecuar las tareas al contexto de cada situación de aprendizaje en continuidad a las variantes que puedan aparecer en el Ne-waza, teniéndose en cuenta que el eslabón más importante y complejo para el entrenador es la determinación de la complicación gradual ulterior de las habilidades que intervengan en la preparación técnica para los judokas en correspondencia con sus posibilidades reales en determinadas etapas.

Esto solo es posible al considerar el marco teórico que da origen a las tareas didácticas como situaciones de aprendizaje en función de un objetivo (Andreu, 2005), por lo cual se parte de la necesidad de determinar las condiciones a las cuales hay que atenerse para alcanzar la meta propuesta, mediante la construcción de este tipo

de tareas, y la articulación coherente entre las tareas y sus procedimientos para garantizar una **enseñanza individualizada**; a tono con la asequibilidad de cada tarea, como clave eficaz en la solución de problemas en función de la zona de desarrollo próximo del alumno, el cual debe buscar nuevas y diferentes opciones de solución prácticas y transferibles a otras situaciones.

1. 4-Bases teóricas para la contextualización de las habilidades del Judo

La actividad cognoscitiva del hombre tiene lugar durante el transcurso de toda su vida, y se hace precisamente en ella. La gnoseología marxista toma por base del conocimiento, la realidad objetiva del mundo exterior que existe independientemente de la conciencia del hombre, y se considera su conocimiento como reflejo de ese mundo objetivo. La teoría materialista dialéctica del reflejo considera a la interacción del hombre con el mundo que le rodea como el punto de partida del conocimiento. Las concepciones sobre el reflejo, así como los aspectos relacionados con la interiorización han sido estudiados profundamente en la psicología marxista por un grupo de destacados psicólogos como L. S. Vigotski (182), S. L. Rubinstein (141), A. N. Leontiev ((93), P. Y. Galperin (61), N. F. Talízina (162), y otros.

La necesidad de la interacción activa del sujeto-objeto, para lograr la imagen subjetiva del mundo es muy importante en el plano pedagógico, y constituye el punto de partida para nuestra concepción de que durante el proceso de asimilación de conocimientos y desarrollo de habilidades, el judoka debe realizar un conjunto de acciones planificadas por el profesor y dirigidas hacia un determinado objetivo y no permanecer como un receptor pasivo de lo que se expone.

De igual manera ocurre con la asimilación de los modos de actuación, con el aprender a hacer, para lo cual el judoka debe hacer, es decir, realizar un conjunto de acciones, que si se desglosan en operaciones y se conforma un algoritmo de trabajo, resulta más efectivo el proceso de asimilación. La realización de acciones sirve de base del conocimiento y, a la vez, es su resultado.

Es importante como base de nuestro trabajo, además de la teoría marxista del reflejo, la teoría marxista de la actividad, toda vez que la ejecución de ésta por parte del sujeto constituye un elemento básico para la apropiación del conocimiento y para la formación de los modos de actuación.

La estructura de la actividad ha sido estudiada por muchos psicólogos, entre los que encontramos a, L. S. Vigotski (181), S. L. Rubinstein (141), Jorge Thenon (168). Héctor Brito (35), y A. N. Leontiev (93), (94), que la conforma según el objetivo, el objeto, el sujeto y el motivo. El modelo anticipado de lo que se quiere lograr constituye el objetivo, que es consciente, y el proceso que se desarrolla encaminado a alcanzarlo se denomina acción, por lo tanto las acciones son procesos subordinados a objetivos que posibilitan la existencia de la actividad. A su vez, las acciones existen a través de las operaciones.

Una base psicológica importante para nuestro trabajo la encontramos en los planteamientos del Dr. Héctor Brito quien considera que la actividad humana en su determinación reguladora presenta en unidad las dos formas funcionales de regulación: inductora y ejecutora. Cada unidad estructural se caracteriza por la unidad de lo inductor y lo ejecutor en su regulación.

La existencia de cada unidad estructural está condicionada al funcionamiento inevitable de ambas formas funcionales de la determinación reguladora.

Las unidades estructurales de la actividad no son inamovibles, así lo que en determinadas condiciones constituye una acción, en otras, es una operación y viceversa, de esta forma, lo que en una etapa del proceso de enseñanza es una acción, en otra se hace operación.

La acción también está conformada por elementos funcionales, que a criterios de P. Y. Galperin, N. F. Talízina, los constituyen la parte orientadora, la ejecutora y la de control.

La orientadora de la acción, plantea N. F. Talízina, está relacionada con la utilización por el hombre del conjunto de condiciones concretas, necesarias para el exitoso cumplimiento de la acción y que entraron en el contenido de la base orientadora de la acción. La parte ejecutora asegura las transformaciones dadas en el objeto de la acción, y la de control está dirigida a seguir la marcha de la acción, y a conformar los resultados obtenidos con los modelos dados.

El análisis estructural psicológico hecho hasta aquí nos sirve de base para algunas consideraciones pedagógicas relacionadas con la formación de habilidades para los judokas.

Es importante para nosotros definir el concepto de habilidad al cual nos suscribimos. Muchos pedagogos y psicólogos han

estudiado e investigado diferentes aspectos relacionados con esta temática, y en muchos casos han llegado a definiciones concretas.

Por ejemplo, K. Tomachewski (169, 93) las considera como las particularidades psíquicas que son condiciones esenciales para las ejecuciones felices de varias actividades.

L. Klimberg, define las habilidades como los componentes automatizados de la actividad del hombre surgidos mediante la práctica.

En relación con esta concepción planteamos que los componentes automatizados de la actividad son los hábitos y no las habilidades. Además, son formas diferentes de asimilar la actividad; en el caso de las habilidades se asimilan las acciones y en el de los hábitos las operaciones. También es necesario añadir que como las acciones son procesos subordinados a un objetivo o fin consciente, no pueden automatizarse, ya que su regulación es consciente.

Para N. V. Savin (148, 71) habilidad es la capacidad del hombre para realizar cualquier operación (actividad) sobre la base de la experiencia anteriormente concebida.

En esta definición valoramos que se identifica el término operación con actividad, cuando la operación constituye una unidad estructural de la actividad, y no un término equivalente. Además, lo referido a la experiencia anterior lo interpretamos como un término muy general que no precisa si son conocimientos, habilidades, hábitos, costumbres, etc.

Otra definición es la brindada por N. A. Danilov y M. N Skatkin cuando plantean: "...la habilidad es un concepto pedagógico extraordinariamente complejo y amplio, es la capacidad adquirida por el hombre de utilizar creadoramente sus conocimientos y hábitos, tanto durante el proceso de actividades teóricas como prácticas". (44, 127)

Según el Dr. L.B. Miguel del Carmen; la habilidad no es un concepto puramente pedagógico, sino una categoría psicológica y pedagógica, toda vez que ambas ciencias la conciben en su sistema categorial, la psicología la estudia como fenómeno psicológico, sus características, regularidades, formación y desarrollo, y la pedagogía la utiliza como elemento a considerar para la formación integral de personalidades, así como busca las vías, métodos y procedimientos para hacer más efectivo el proceso de su formación en el individuo.

Tanto N. V. Savin como M. N. Skatkin identifican los conceptos de habilidad y capacidad, sin embargo, nosotros compartimos en este caso los criterios del Dr. Héctor Brito quien concibe la capacidad como la formación psicológica ejecutora generalizadora constituida por el sistema de acciones y operaciones dominadas como habilidades y hábitos respectivamente que garantizan la ejecución del sujeto; y la habilidad como la formación psicológica ejecutora particular constituida por el sistema de operaciones dominadas que garantizan la ejecución del sujeto bajo control consciente.

De estas definiciones valoramos que tanto las capacidades como las habilidades constituyen formaciones psicológicas ejecutoras, pero la capacidad tiene carácter generalizador, mientras la habilidad es particular, y por tanto es parte integradora de la capacidad.

Considerando las definiciones anteriores y la planteada por el Dr. L.B. Miguel del Carmen al cual nos suscribimos definiendo la habilidad como una formación ejecutora particular que permite al hombre utilizar creadoramente los conocimientos y los hábitos adquiridos para brindar una solución exitosa a determinadas tareas teóricas o prácticas, con un fin conscientemente determinado.

En la actividad deportiva el concepto de iniciación está asociado a la enseñanza de los rudimentos esenciales que garantizan un rendimiento, e implica la ubicación en un nivel del proceso de aprendizaje, que tiene por límite el comienzo de la práctica en el deporte escogido y la participación en las primeras competencias en las que deba cumplir tareas de rendimiento.

Un individuo está iniciado en un deporte cuando, tras un proceso de aprendizaje, alcanza los patrones básicos requeridos por la situación motriz específica y la especialidad de un deporte. Además de conocer sus reglas, y a la vez los comportamientos estratégicos motores fundamentales, sabe ejecutar sus técnicas, moverse en el espacio deportivo en sentido del tiempo; teniendo en cuenta las acciones y situaciones, y sabiendo leer e interpretar las comunicaciones motrices expuestas por el resto de los participantes en el momento en que se desarrollan las acciones motrices.

Además le asignan como límite inicial del conocimiento, el contacto inicial con el deporte y como final de la iniciación, cuando es capaz de jugarlo (practicarlo) con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.

Dicha iniciación con el deporte, es un proceso temporalizado, en el cual un sujeto tiene vivencias y experiencias sobre una especialidad deportiva llegando a adquirir conocimientos teóricos y habilidades prácticas, constituyendo por tanto, un proceso de carácter cognitivo y motriz.

Sobre la base de la definición anterior de la iniciación deportiva y las habilidades, podemos plantear que las habilidades específicas, según nuestro criterio, es una formación ejecutora particular que permite al judoka utilizar creadoramente los conocimientos y los hábitos adquiridos para brindar una solución exitosa a tareas prácticas del Judo con un fin conscientemente determinado.

Las habilidades se forman en el individuo a medida que va asimilando las acciones, lo que sucede durante el proceso de entrenamiento deportivo, es decir, este proceso, especializado, organizado, consciente y dirigido por el profesor, donde las acciones y operaciones se producen con un nivel de sistematización que permite su formación y perfeccionamiento continuo, mediante la ejecución del conjunto de ejercicios destinados al aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades. Por lo expuesto anteriormente, consideramos necesario que el profesor organice, oriente y dirija el proceso entrenamiento de manera que posibilite a cada judoka ejecutar y repetir el sistema de operaciones componentes de las acciones, hasta que se reproduzcan plenamente, se perfeccionen, se corrijan los errores que se cometen y se consoliden lo suficiente como para desplegar dichas acciones con total independencia.

Como criterio general para conocer el grado de dominio de las habilidades específicas, puede delimitarse la calidad y composición de las operaciones que componen la acción, la sucesión racional y concientización de la acción en general, el grado de generalización de la habilidad y la complejidad de las operaciones del pensamiento.

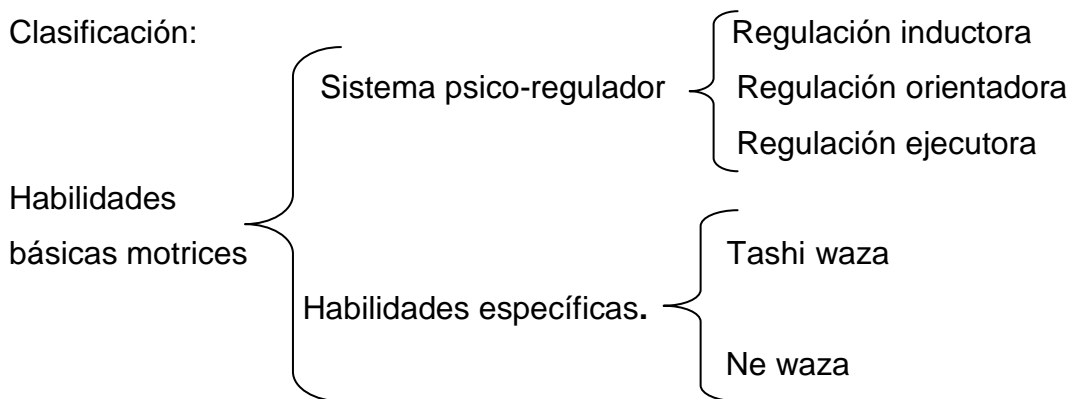
Nosotros para evaluar el nivel de desarrollo de las habilidades específicas en los judokas asumimos la concepción planteada por el Dr. Héctor Brito, quien considera que la que la evaluación debe abarcar un doble aspecto: el resultado como rendimiento terminal de la ejecución y el resultado como rendimiento procesal de ella. Para lograr esto se basa en las invariantes funcionales de la acción, las cuales constituyen los aspectos ejecutores

necesarios, esenciales e imprescindibles, que posibilitan que ocurra la ejecución e identificarla como la misma en todos los sujetos.

De acuerdo con el comportamiento integral de estas invariantes funcionales de la acción en su movimiento del nivel de dominio bajo al alto, así será el nivel de desarrollo de la habilidad alcanzado por el judoka.

Consideramos importante abordar la clasificación de las habilidades, donde asumimos la propuesta por A. Usova que parte de las fuentes de obtención de los conocimientos para considerar habilidades cognoscitivas y habilidades de carácter práctico. Las primeras comprenden el trabajo con los libros de textos como fuente principal de conocimientos para los judokas, la habilidad de observar para ver el comportamiento del contrario, y otras. Las de carácter práctico son las habilidades para someter a control al contrario o neutralizar sus acciones.

Pensamos que las habilidades de carácter práctico de esta clasificación podemos utilizarla como punto de partida para particularizar la clasificación de las habilidades del judo las que consideramos necesario para facilitar su manejo por partes del profesor.



Las habilidades específicas son las que le permiten al judoka utilizar creadoramente los conocimientos y hábitos adquiridos en el entrenamiento, para resolver determinadas tareas competitivas de carácter práctico.

Como ejemplo de estas habilidades están las recogidas en el programa de preparación del deportista del 2009:

Agarrar, desestabilizar, desequilibrar, empujar, amagar, halar, desplazarse, girar, transportar, adoptar posturas, obstaculizar y sujetar en el Ne-waza.

Este documento no contempla las habilidades que se desarrollan en el Ne-waza y no desglosa el tratamiento metodológico para su aplicación en el resto de las categorías, se tratan en todas las categorías con el mismo nivel de complejidad, lo que implica un desarrollo espontáneo en correspondencia a la longevidad deportiva o participación en los eventos competitivos.

La propuesta elaborada en el proceso investigativo, pone a su disposición diversos ejercicios que permiten el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de las habilidades del Ne-waza con un carácter generalizador y práctico que le facilita al entrenador transitar mediante el proceso de enseñanza y aprendizaje de las habilidades básicas y especiales del judoka a un estadio superior que incentiva en ellos la optimización de sus recursos, el despliegue y actualización de sus potencialidades creativas y su expresión en forma de realizaciones de alto nivel de calidad y originalidad.

El carácter operacional dado en el ***cómo debe proceder el entrenador*** a base de la unidad del sistema inductor y ejecutor, inherente a las orientaciones que aportan los requisitos para la sistematización en la aplicación de las habilidades en el Ne-waza, se brinda por la claridad de presentación y explicación de cada uno de los procedimientos metodológicos, en apoyo a la modificación del papel del entrenador en la enseñanza de las habilidades, en función de la técnica y su perfeccionamiento.

Esto, dado de forma interactiva al margen de la creatividad del entrenador, que puede insertar sus puntos de vista y experiencia en el contexto de la preparación deportiva de su equipo de judo en la categoría 9-10 años en ambos sexos.

En su totalidad los ejercicios que permiten el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de las habilidades en el Ne-waza, implica nuevos retos y oportunidades para que el entrenador pueda hallar nuevas soluciones y salidas hacia los problemas, teniéndolos como referente para la concepción de sus clases o sesiones de entrenamiento, en función, tanto del ejercicio general, como de los ejercicios especiales y competitivos (o randoris).

El análisis de los fundamentos teóricos que sustentan el presente estudio inducen a la necesidad de buscar una solución al problema científico que se declara en el presente informe acerca de cómo contribuir al mejor aprovechamiento de las oportunidades para la aplicación de las habilidades del Ne-waza en los judokas de la categoría 9 y 10 años de Santa Clara.

- CAPÍTULO II: FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS

2.1.- Estructura de la tesis

La presente investigación está compuesta por una introducción y tres capítulos, sus conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos. En la introducción se hace alusión al devenir histórico de la temática, mientras que en los capítulos se abordan los fundamentos teóricos del tratamiento de las habilidades para su aplicación oportuna en el Ne-waza, luego se exponen los fundamentos metodológicos, así como los ejercicios y el análisis de los resultados que posibilitaron la valoración de la implementación práctica de estos.

Población:

La investigación se realizó en el Combinado Deportivo Mártires de Barbados, del Municipio de Santa Clara.

La población objeto de estudio está compuesta por 19 judokas del sexo masculino y 10 del sexo femenino para un total de 29 judokas escolares que son matrícula del equipo 9-10 años del Combinado Deportivo Mártires de Barbados, del municipio de Santa Clara.

Se tomaron como apoyo 28 clases o unidades de entrenamiento divididas en los dos años, impartidas en los periodos de septiembre a noviembre y enero a marzo.

2.2.- Metodología:

Los métodos y/o técnicas de investigación que se utilizaron en el trabajo fueron: análisis, síntesis, inducción y deducción, enfoque sistémico estructural, la revisión documental, la observación la encuesta el experimento y el matemático estadístico.

Análisis y Síntesis

El análisis: Distingue los elementos de un fenómeno y se procede a revisar ordenadamente cada uno de ellos por separado.

La síntesis: Es un proceso mediante el cual se relacionan hechos aparentemente aislados y se formula una valoración que unifica los diversos elementos.

Inducción y deducción

Se empleó en el tratamiento de los datos y toda la información obtenida.

La inducción: Se infiere una conclusión observando que un mismo carácter se repite en una serie de elementos homogéneos, pertenecientes al objeto de investigación.

La deducción: Permite arribar a conclusiones particulares a partir de elementos conocidos y sobre la base de supuestos teóricos establecidos.

Enfoque sistémico estructural

Se utilizó en la comprensión de la organización interna que tienen los elementos del objeto de estudio, así como, proponer un conjunto de ejercicios en interacción, destinados a mejorar en la ejecución oportuna de las habilidades en el Ne-waza y su funcionamiento; éste enfoque supone determinar los elementos implicados, diferenciados y relacionados en el proceso.

La revisión documental

Se realizó una exploración acerca del tratamiento de los contenidos principales y complementarios en los documentos oficiales en la esfera del deporte.

La observación

Este método se aplicó en diferentes escenarios de forma encubierta tanto en las clases como en las competencias para determinar las irregularidades en la impartición de los contenidos relacionados con la formación y perfeccionamiento de las habilidades en el Ne-waza, y el aprovechamiento de las oportunidades que se presentan en los combates.

La encuesta

Está orientada a recolectar datos que tengan que ver con las oportunidades, las habilidades y su aprovechamiento en la aplicación en el Ne-waza, las opiniones, las experiencias en la práctica sistemática en Judo, y los conocimientos sobre el problema propuesto.

El experimento.

Consiste en la aplicación de los ejercicios creados en correspondencia con las situaciones competitivas que se presentan y las habilidades que en ellas aparecen.

El matemático estadístico.

La distribución empírica de frecuencia, para la determinación porcentual del comportamiento de las variables estudiadas.

Definición de los principales conceptos manejados.

Aprovechamiento: Acción de aprovechar cosas útiles que se sacan de los productos.

Aprovechar: Hacer progresos una persona en el aprendizaje de alguna cosa de forma satisfactoria.

Oportunidad: Circunstancia ideal o conveniente para una cosa.

Eficacia: Es el grado de éxito en la consecución de los objetivos pedagógicos y prácticos de dicha habilidad en relación con el resultado final.

Habilidad específica: Es una formación ejecutora particular, que permite al judoka utilizar creadoramente los conocimientos y los hábitos adquiridos para brindar una solución exitosa a tareas prácticas del judo, con un fin conscientemente determinado.

- Descripción de las etapas por las que transita la investigación.

El desarrollo de la investigación está enmarcado en tres etapas relacionadas con las tareas e interrogantes científicas, reflejadas en los procesos de diagnóstico, diseño y evaluación de la propuesta de ejercicios.

La primera etapa de la investigación está destinada a conocer las características generales y particularidades concretas del estado de la preparación de los judokas escolares objeto de estudio. Esto en relación con la necesidad de determinar en qué medida se trabaja y desarrollan las habilidades especiales del judoka y como aprovechan las oportunidades que se les brindan en los combates.

En un primer momento de la segunda etapa, se realiza una constatación de las características esenciales que emergen de la relación que se establece entre las habilidades que se manifiestan en las acciones de aprovechamiento de las oportunidades, para cada una de las mini situaciones competitivas.

Luego, en un segundo momento, tiene lugar la construcción de los ejercicios en correspondencia con las mini situaciones competitivas y su aplicación en cada unidad de clase planificada.

La tercera etapa se desarrolla en torno a la valoración de la calidad formal de la propuesta, y su utilidad social de acuerdo con las exigencias y desafíos actuales que impone el deporte escolar, al que hacer de los entrenadores en la

práctica sistemática de las técnicas de proyección, y control en la base, de la pirámide del alto rendimiento en la provincia de Villa Clara.

2.3.- Primera etapa: diagnóstico

Métodos de análisis y síntesis

El *análisis* es una operación intelectual, que posibilita descomponer mentalmente un todo complejo en sus partes y cualidades. Distingue los elementos, características y particularidades del objeto de estudio. Además mediante el análisis, él investigador procede a revisar ordenadamente cada una de las fuentes de argumentación por cada uno de los elementos que han entrado a justificar por separado la investigación. La *síntesis* es una operación inversa, que establece mentalmente la unión de las partes, previamente analizadas, lo que posibilita descubrir relaciones y características generales.

Métodos de inducción y deducción:

Estos métodos teóricos y los anteriores, estuvieron presentes en todo el proceso investigativo desde sus inicios, cuando se buscaba el problema a investigar hasta el tratamiento de los datos y toda la información obtenida. En la *inducción* se infiere una conclusión, observando que un mismo carácter se repite en una serie de elementos homogéneos pertenecientes al objeto de estudio. La *deducción* permite arribar a conclusiones particulares y generales a partir de los elementos conocidos, y sobre la base de referentes teóricos establecidos que dan origen al objetivo general e interrogantes científicas, buscadas en la investigación.

Método de análisis documental:

El *análisis documental* se empleó para realizar una exploración para conocer cómo se procede en las clases de judo, en lo relacionado con el desarrollo de las habilidades que se manifiestan en las situaciones. Para ello, se parte del análisis de los siguientes documentos:

- Programas para áreas deportivas masivas y especiales (1977)
- Subsistema del programa del deporte para el alto rendimiento (1972)
- Las versiones del programa de preparación del deportista (1991, 1997 y 2006)
- Otros documentos con los cuales opera el entrenador como son: programas de enseñanza, planes de entrenamiento, bibliografía especializada del deporte y orientaciones recibidas en cursos nacionales y provinciales de carácter técnico-metodológico.

Método de la observación:

Las observaciones se aplicaron en el escenario de la práctica sistemática de las técnicas de proyección y control de la categoría 9-10 años en el Combinado Deportivo “Mártires de Barbados” de Santa Clara, esto tuvo lugar de forma no participante o sin intervención en la concepción de las veintiocho (28) clases, o sesiones de entrenamiento observadas durante los meses de septiembre a noviembre y de enero a marzo. Estas clases estuvieron enmarcadas en las dos etapas de preparación del judoka durante los dos años de aplicación de la investigación.

La *observación científica* efectuada de forma encubierta nos permitió constatar en las actividades desarrolladas como parte de la concepción de cada clase los elementos siguientes:

1. Conocer las alternativas y recursos didácticos que son empleados durante el entrenamiento del judoka escolar.
2. Registrar la existencia o carencia en los entrenadores de conocimientos, habilidades y capacidades para instrumentar un plan de ejercicios para el trabajo, con el aprovechamiento de las oportunidades en el Ne-waza.

Así mismo, las *observaciones* se utilizaron por el investigador en torno al conocimiento de cómo se manejaban en las clases y las competencias, el trabajo de las habilidades y las acciones de continuidad al Ne-waza en correspondencia a las situaciones que se presentan en los combates.

El método de la encuesta:

La encuesta a los entrenadores se realizó con el objetivo de obtener información acerca del conocimiento sobre las habilidades que intervienen en el. En la investigación se realizó la encuesta a nueve (9) entrenadores que trabajan o han trabajado por más de dos (2) años en la categoría 10-11 años, el sondeo de opinión, en este caso, también aportó información sobre los conocimientos de las habilidades que poseen los judokas.

La triangulación por contenido:

Se *triangula*, luego de la aplicación de los instrumentos de la investigación con el objetivo de integrar los resultados obtenidos por los diferentes métodos en función de las unidades de análisis, a la vez, permitió comprobar la fidelidad y veracidad de la información obtenida en cada etapa de la investigación. El hecho de arribar a conclusiones mediante la *triangulación* le imprime

objetividad, ya que se analiza la situación y se caracteriza a partir de diferentes perspectivas.

2.4.- Segunda etapa. Diseño y aplicación

Análisis documental.

El *análisis documental* se empleó para realizar una exploración para conocer cómo se procede en las clases de judo, en lo relacionado con el desarrollo de las habilidades que se manifiestan en las mini situaciones competitivas y el ordenamiento de los ejercicios en el sistema de clases, según los niveles de complejidad para cada judoka, así como su relación con los documentos que orientan el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Método de la observación.

En esta segunda etapa se realizaron dos tipos de observaciones una dirigida a las clases y otra a las competencias, la primera se destinó al seguimiento de la planificación y aplicación de los ejercicios propuestos y la segunda, a ver como se manifestaba el aprovechamiento de las oportunidades en los combates, valorando la viabilidad de los objetivos, resultados y tareas propuestas teniéndose presente las particularidades de los judokas escolares en la etapa de preparación en que se encuentran.

El experimento.

La confección y aplicación de los ejercicios con la concepción de las mini situaciones de los combates, y las características de los judokas en correspondencia a los contenidos que se manejan en los documentos que dirigen el proceso de entrenamiento.

Procesamiento de los datos.

Los resultados obtenidos en las observaciones realizadas se analizaron sobre la base del empleo de la técnica estadística, referida a la distribución empírica de frecuencia para el tratamiento de los resultados obtenidos.

2.5.-Tercera Etapa. Valoración de los resultados

Los resultados obtenidos en las observaciones, después de aplicados los ejercicios en las clases, en función de poner en práctica las habilidades para el aprovechamiento de las oportunidades que se brindan en los combates, nos muestran una marcada elevación de los resultados en cuanto al aprovechamiento de estas.

La estructuración de los combates en correspondencia con la intencionalidad de las mini situaciones que se presentaron, nos permitieron concentrar en cada una,

como se manifestaban las oportunidades para la aplicación de las habilidades y crear los ejercicios que modelaban dichas situaciones para ser aplicados en las clases.

CAPITULO III: Análisis de los resultados

Anexo Nº 1 Análisis del resultado de la encuesta.

Al aplicar la encuesta a los entrenadores con el objetivo de contribuir a la selección de las habilidades que se manifiestan en el judo, le formulamos un cuestionario consistente en seis preguntas donde las dos primeras estaban dirigidas a conocer sus criterios sobre el significado de habilidad y qué tipo de ellas identifican.

En las respuestas a la primera interrogante los nueve confirmaron sus opiniones en los tres primeros conceptos planteados, referente a que la habilidad es la destreza para hacer algo. Es el dominio de acciones (psíquicas y prácticas) que permiten una regulación racional de la actividad con ayuda de los conocimientos y hábitos que el sujeto posee. Se definen en función de la asimilación por el judoka de los modos de actuación de aquella actividad que es relacionada con el campo de acción técnico-táctico y que tiene como base los conocimientos del judo.

Estas respuestas nos permiten definir que los encuestados poseen un conocimiento aceptado sobre la categoría de habilidad y no desconocen sus pilares básicos, mientras en la segunda interrogante dentro de los posibles tipos de habilidades se inclinan por la selección de las habilidades motoras de iniciación, simples y especiales, lo que implica un reconocimiento en la aplicación consciente y prefijada de los movimientos.

La interrogante número tres se dirigió a la identificación de las habilidades que ellos consideran básicas para la práctica del judo, seleccionando a los giros, desplazamiento, barrer, halar, empujar, enganchar, controlar y cegar. A nuestro juicio todas se manifiestan en el judo pero consideramos que aún existen muchas que pudieran ser incluidas entre ellas.

Con referente a la identificación de las habilidades que se manifiestan en los combates expresan que son halar, empujar, envolver, equilibrar, obstaculizar, palanquear y combinar. Esta respuesta nos confirma lo antes expresado y una pobre definición de lo que son las habilidades básicas para la formación del judoka, lo que les obliga a considerar otras que sí se manifiestan en los combates,

¿Pero cómo no considerarlas como básicas? si se manifiestan en el escenario principal del judoka.

Durante las respuestas a la quinta pregunta destinada a la consideración de las habilidades competitivas se inclinan por reconocer al igual que las anteriores en halar, empujar y envolver, mientras que difieren en palanquear, gritar y esquivar. Esto explica que los entrenadores no tienen definido con claridad las habilidades básicas de las habilidades específicas para la competencia, o que se manifiestan en los combates, este desconocimiento nos inclina a pensar que son tratadas en los entrenamientos de forma espontánea en correspondencia a las necesidades de la actividad que se realiza y no a un orden pedagógico y de formación progresiva de las habilidades.

Al preguntarle qué orden jerárquico le darían a la aparición de las habilidades en los combates, reconocen entre todas con más frecuencia de aparición al halar, empujar, obstaculizar, combinar, palanquear y esquivar. Este criterio confirma las selecciones anteriores, del comportamiento de las habilidades en los combates y reafirma, que no existe claridad en la definición de las habilidades y su grado de implicación en la formación del judoka.

En el anexo N° 2 referido a los resultados de la encuesta a los profesores se pudo conocer que los profesores consideran como habilidades para los judokas, indistintamente, entre básicas como competitivas a los giros, barrer, esquivar, halar, empujar, combinar, enganchar, cegar, desplazar, envolver, obstaculizar, palanquear y controlar.

Este comportamiento de las habilidades en el judo, se manifiesta en las dos esferas de actuación, el judo arriba y el judo en el suelo, por lo que cada esfera se identifica con sus rasgos peculiares, aunque las básicas se expresan en todas sus formas. Es por ello que se manifiestan indistintamente, un grupo de habilidades que son típicas en su modo de aparecer como lo es para el Tashi Waza barrer y cegar, mientras para el Ne waza obstaculizar y controlar.

Anexo N° 3: Análisis de las observaciones a competencias sobre el comportamiento de las habilidades.

Las observaciones a las competencias se realizaron con el objetivo de identificar las habilidades que se manifiestan en los combates, en las diferentes esferas de actuación del judoka y las posibles vías de realización, las ofensivas y las defensivas.

Dentro de los 58 combates observados en las dos competencias preparatorias que corresponden a un promedio de 5 combates por judokas participantes, nos percatamos que las habilidades de mayor impacto en su utilización de forma

ofensiva en el Tashi Waza, los agarres, halar, empujar y barrer. Estas tres primeras habilidades son propias del desarrollo de los combates, pero la forma de ejecución específica de la actividad, y su carácter ofensivo para preparar una acción técnica, las identifican con mayor fuerza, las acciones de barrido se ejecutan con frecuencia con dos intenciones, una para simular la mantención de las acciones ofensivas y minimizar las posibilidades de ser amonestado por los árbitros, y otra para preparar el ataque o ejecutarlo, por estas razones su frecuencia de aparición se efectúa con mayor frecuencia pero en muchas ocasiones estos movimientos distan de las condiciones para ser identificados como una habilidad, por no poseer las condiciones e intencionalidad requerida. Las habilidades manifiestas con mayor relevancia de forma ofensiva en el Ne-waza son las palancas y los agarres, en esta esfera de actuación el judoka efectúa los agarres pero sus manifestaciones se complementan con agarres de las partes del cuerpo y no del judoki que en determinado momento se convierten en controles.

Las palancas a las distintas extremidades son utilizadas para lograr las viradas para las inmovilizaciones u otras llaves que lo requieran, su ejecución es interpretada como una vía para los desequilibrios en el Ne-waza.

Con carácter defensivo en las acciones del Tashi Waza se destacan las acciones de mantención de los agarres y las acciones de halar, estas se diferencian de las ofensivas por su carácter de oposición a la dirección y sentido de las fuerzas aplicadas por el contrario, para lo cual se requiere de mayor calidad en la ejecución de los movimientos para poder anular las acciones del contrario.

Continuando con las acciones a la defensiva se destacan los empujes y envolturas que se efectúan con mayor frecuencia en las salidas de las inmovilizaciones o para impedir las vías de entrada a ellas, es meritorio señalar que los agarres se ejecutan, sin embargo, no son relevantes en su ejecución defensiva, por la frecuencia con que se pierden y no se utilizan con ese fin.

Anexo N° 4: Análisis de las observaciones a las clases

Análisis de las observaciones a las clases, sobre el tratamiento de aquellas acciones que permiten el aprovechamiento de las oportunidades para el trabajo con el Ne-waza.

Las observaciones se realizaron en la segunda etapa de preparación del judoka correspondiente al 1er año de estudio y según el programa de

enseñanza, ya que en la primera etapa se comienza con la enseñanza de los elementos básicos y las técnicas rectoras, las que son menos propensas para el tratamiento de estas oportunidades según dicho programa y las metodologías aplicadas por los entrenadores.

En esta segunda etapa el programa permite el trabajo con acciones de carácter continuo al Ne-waza, habiéndose impartido un grupo de técnicas que facilitan la diversidad de las acciones con este fin.

Las 14 clases observadas, nos permitieron determinar que en ellas los profesores trabajan con mayor frecuencia aquellos ejercicios que implican viradas del contrario y formas de penetración, que pueden ser con pases cuando el contrario se encuentra en cuatro puntos ó en cúbito supino para efectuar una técnica en el Ne-waza, al igual cuando se rompe ó impide la aplicación de una técnica en el Ne-waza y se pasa a la ofensiva, como es evidente estas acciones solo implican una esfera de actuación y solo en dos clases se efectuaron acciones que recogían las dos esferas y en todas de forma ofensiva.

Las características de estas clases, por una parte, afianzan determinadas habilidades y técnicas, pero retrasa aquellas habilidades que permiten el aprovechamiento de las acciones que pueden aparecer en los combates, y la forma continua de interactuar entre las dos esferas de actuación y dentro del propio trabajo en el suelo.

Anexo # 5: Análisis de las observaciones a las competencias, sobre el comportamiento de las oportunidades para el trabajo en el Ne-waza.

Al realizar las observaciones a los 58 combates, con el objetivo de identificar como se manifiesta el aprovechamiento de las oportunidades que se presentan en los combates para el trabajo al Ne-waza, se pudo comprobar que dentro de las acciones que son permitidas por el reglamento internacional de judo, para continuación de estos elementos técnicos, se destacan los relacionados con aquellas acciones cuando se aplica un Osaekomi Waza (técnica de control) sin resultado y se pasa a otro Osaekomi Waza así como cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el Ne-waza. Estas formas de llegar o de emplear las técnicas son muy efectivas y permiten la utilización secuencial de los movimientos en busca de una mejor efectividad en las acciones, solo que su relación se establece dentro de la misma esfera de actuación que es el Ne-waza.

En las restantes oportunidades presentadas para efectuar las técnicas en el suelo, se manifestaron con una frecuencia de ejecución muy baja en los casos cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para llevarlo al suelo, así como en el caso cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación, particularmente hábil, de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección.

Es meritorio un análisis con profundidad, del desaprovechamiento en la aparición de estas dos oportunidades que se presentan con frecuencia en los combates para esta categoría, ya que por su naturaleza, los judokas de estas edades continúan con mucha frecuencia y en forma de juego los llamados abrazos al cuello o tronco llevando la figura al suelo para su continuidad al control.

Como resultado final de las 229 oportunidades presentadas en los 58 combates, solo de ellas se pudieron aprovechar 85 oportunidades, desaprovechándose 144 para un 63 % de pérdidas para lograr la victoria, lo que implica que no solo la calidad de las ejecuciones técnicas son el factor determinante en las victorias, sino también el aprovechamiento de estas oportunidades que nos brinda el desarrollo de los combates, para poder poner en práctica estas habilidades técnicas aprendidas.

El desempeño bajo, de las acciones que permiten la continuidad de las técnicas arriba con las del suelo, implican la pérdida de un gran número de oportunidades, para la obtención del triunfo.

- **Valoración parcial del primer año sobre la base de la triangulación por los datos obtenidos en la encuesta, las observaciones a competencias y el análisis de documentos.**

Al realizar un análisis de los diferentes resultados obtenidos por la encuesta a los profesores, las observaciones a las competencias y los documentos que rigen el proceso de entrenamiento deportivo, como lo es el Programa de Preparación del Deportista (judoka) con el objetivo de identificar las habilidades y su conocimiento, nos percatamos de que existen un gran número de coincidencias entre las habilidades declaradas por los profesores en la encuesta y las que se observaron en las competencias, aunque los documentos no destacan con amplitud su declaración ni las formas de trabajar dichas habilidades.

Al interpretar los resultados de las observaciones a clases y las competencias, en cuanto al aprovechamiento de las oportunidades para el trabajo en el Ne-waza. Por una parte en las clases no tienen un tratamiento que permita formar las habilidades en función de las oportunidades que brindan los combates, lo que conlleva a un alto nivel de desaprovechamiento de las oportunidades para el trabajo en el Ne-waza, y la pérdida de una posible vía para la obtención del triunfo.

En la unión de todos estos métodos investigativos definimos que el judoka para su desempeño competitivo debe saber aprovechar las oportunidades que se presentan en los combates poniendo en práctica las habilidades que domina.

Anexo Nº 6: Análisis de las observaciones a las clases.

Análisis de las observaciones a las clases, sobre el tratamiento de aquellas acciones que permiten el aprovechamiento de las oportunidades para el trabajo con el Ne-waza.

En este segundo año se inició desde la propia 1ra etapa la aplicación paulatina de las tareas que permiten el desarrollo de las habilidades para el trabajo con el Ne-waza, haciendo coincidir las observaciones con los mismos meses en que se efectuaron el año anterior.

Las observaciones se realizaron en la segunda etapa de preparación del judoka según el programa de enseñanza, en cada una de las clases se detectaron indistintamente, acciones encaminadas al aprovechamiento de las diferentes formas que promueven la utilización de las oportunidades que aparecen en las competencias.

Dentro de las más utilizadas se encuentran, cuando con una técnica de proyección cambian sin interrupción a *Ne-waza* y toma la ofensiva y cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el Ne-waza. Estas dos formas de llegar al trabajo en el Ne-waza son muy peculiares después de que el judoka ha avanzado en el aprendizaje del Judo y ha alcanzado una madurez técnica apropiada, que según el programa de preparación del deportista, su aparición responde a la práctica al menos de cuatro meses en el judo, sin pensar que estas acciones para las edades tempranas, son casi que innatas y se manifiestan mediante los juegos de mano que experimentan los niños.

Otras de las acciones utilizadas pero en menor cuantía es, cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para llevarlo al trabajo en el

suelo. Esta vía y las dos anteriores mencionadas tienen diferentes formas de utilización en la medida que el entrenador ponga su creatividad, y los judokas sus propias vivencias e iniciativas, por lo que le da apertura a solucionar una diversidad grande de oportunidades, que se presentan en los combates de Judo.

Anexo Nº 7: Análisis de las observaciones a competencias sobre el aprovechamiento de las oportunidades.

Las observaciones realizadas a los 64 combates celebrados en la competencia del segundo año de investigación, nos permitió reconocer que se continúan identificando como las vías de aprovechamiento de mayor relevancia, las de pasar o virar al contrario y efectuar una técnica en el Ne-waza (suelo) y por otra parte cuando se aplica un Osaekomi waza(control) sin resultado y se pasa a otro Osaekomi waza. Estas acciones se caracterizan por un dominio de elementos técnicos y no por habilidades que requieran fundamentos técnicos del propio judo, como son aquellas acciones de abrazar al contrario conservando un control desde la posición de pie hasta el suelo que son típicas de estas edades.

El hecho de que 198 oportunidades que fueron aprovechadas exitosamente en los combates de las 338 que se presentaron, nos demuestran, que más del 50 % de ellas se aprovecharon aumentando la probabilidad de obtención de los triunfos en los combates y que las habilidades, con estos fines se demostraron con mas solides.

Anexo Nº 8: Al unificar el comportamiento de las competencias observadas tanto en el primero como el segundo año de la investigación, se destacan por su frecuencia de aparición cuando se pasa o vira al contrario, y se efectúa una técnica en el Ne-waza y cuando se aplica un Osaekomi Waza (control) sin resultado y se pasa a otro Osaekomi Waza (control).

Continúan apareciendo con mayores niveles de desaprovechamiento aquellas oportunidades cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección y en cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, y el otro competidor aprovecha la posición de su oponente para seguir al Ne-waza.

Al establecer una relación entre las competencias celebradas en el primero con el segundo año, nos percatamos que el número de oportunidades que se

presentan en los combates, no difieren mucho en sus frecuencias de aparición de una competencia a otra sin embargo, su diferencia se alcanza en las frecuencias de aprovechamiento de estas oportunidades.

El aprovechamiento se observa en mayor medida en las competencias del segundo año demostrando que fueron más empleadas las habilidades que le dan solución a estas mini situaciones competitivas, que surgen constantemente en los combates.

Anexo Nº 9: Análisis de las observaciones a competencias sobre las manifestaciones de las habilidades.

Las manifestaciones de las habilidades en los 64 combates correspondientes a las dos competencias oficiales observadas, se destacan por su frecuencia de ejecución en el Tashi Waza a la ofensiva, los agarres, los halones, los empujes y los barridos, estos tres primeros se identifican por su participación activa en la ejecución de las acciones de ataque y su mantención en todo el momento de ejecución de las técnicas, mientras que los barridos siguen efectuándose en condiciones de enmascaramiento para evadir el accionar de los árbitros y no en la búsqueda de las proyecciones técnicas.

En cuanto a las habilidades en el Ne-waza de forma ofensiva se destacan los agarres y las palancas, las que se efectúan para lograr las viradas y las acciones de control sobre el contrario.

En las acciones defensivas del Tashi Waza, se destacan las habilidades de halar y envolver, es relevante que el agarre no se destaque con la misma magnitud que la envoltura, ya que éstas se efectuaron por la vía de controlar un segmento del cuerpo a la hora de ejecutar las acciones técnicas y mantenerlos en su trayectoria para la proyección.

En el Ne-waza de forma defensiva se destacan las habilidades de envolver y empujar las que son efectuadas en mayor medida cuando están bajo el control del contrario, y no en la etapa de llegada a estos momentos, para impedir su ejecución. Esto implica un desaprovechamiento en la utilización de estas y otras habilidades con ese fin.

- **Valoración sobre la base de la triangulación según los datos obtenidos del segundo año en las observaciones a clase, competencia y análisis de documentos.**

Al triangular los resultados obtenidos entre las observaciones a clase y a competencia con los documentos que rigen el proceso de entrenamiento deportivo como lo es el programa de preparación del deportista y el plan de clase. Se pudo conciliar que las habilidades que se manifestaron en las mini situaciones competitivas son reflejadas en los planes de clases.

La muestra del aprovechamiento de las oportunidades para aplicar las habilidades en los combates se ponen en práctica en cada una de las mini situaciones competitivas presentadas tanto en las clases como en las competencias.

Por ejemplo: Las habilidades de agarrar, halar, envolver, girar y controlar se manifiestan con el aprovechamiento de la oportunidad, cuando con una técnica de proyección cambian sin interrupción a Ne-waza y toma la ofensiva. Al igual ocurre con el aprovechamiento de la oportunidad para aplicar las habilidades de controlar, obstaculizar, palanquear, girar y empujar, cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el Ne-waza.

Estos dos ejemplos conjugan la relación existente entre la aplicación de las habilidades y el aprovechamiento de las oportunidades que se presentan en los combates, logrando optimizar las vías que conducen a la victoria.

3.2.- Presentación de la propuesta del conjunto de ejercicios para el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de las habilidades para el trabajo en el Ne-waza.

La concepción escogida para la elaboración de los ejercicios está diseñada bajo los criterios de N. Andreu, 2005. Cuando contextualizó a las tareas didácticas desarrolladoras como la “Situación de aprendizaje en función de un objetivo, cuya contradicción en forma problematizadora entre sus exigencias y condiciones, implique al alumno desde el punto de vista afectivo-motivacional, promueva la significatividad, activación y regulación de su aprendizaje”.

Estos ejercicios reflejarán mini situaciones que se presentan en los combates bajo la venia del reglamento internacional del judo. Su aparición está en función del grado de complejidad que el programa de preparación del deportista le permite en correspondencia al desarrollo de las habilidades que estos exigen y se adaptarán a las características personales de los judokas.

Operacionalización del conjunto de ejercicios para el trabajo con el Ne-waza:

Plan de tareas	Dimensiones		Indicadores
Tareas especiales	Habilidades generales intelectuales	Complejidad de la ejecución técnica	Grado de dificultad de los conocimientos y del contexto de actuación con los cuales funciona la acción y la operación.
		Flexibilidad de la ejecución técnica	Grado de variabilidad de los conocimientos y del contexto de actuación con los cuales funciona la acción y la operación.
Tareas generales	Habilidades motrices deportivas	Periodicidad de la ejecución técnica	Distribución temporal de las realizaciones de la acción y la operación.
	Habilidades motrices básicas	Frecuencia de la ejecución técnica	Número de veces que se realizan la acción y la operación.

(Adaptado de R. Bermúdez y M. Rodríguez, 1996)

Algoritmo para la construcción del conjunto de ejercicios.

¿Cómo se construyen los ejercicios?

- Selección de las habilidades implicadas en los combates.
- Selección de las mini situaciones competitivas.
- Diseño de los ejercicios.
- Concepción de las preguntas de enfoque de la orientación principal de la acción.
- Observaciones metodológicas.

Procedimientos didácticos desarrolladores

¿Cómo se definen?

- Constituyen herramientas que le permiten al profesor instrumentar el logro de los objetivos mediante la creación de ejercicios, enfatizando en la necesidad de unificar esfuerzo para su uso. Se definen como complemento de los métodos, para de forma coherente, integrar las acciones que realiza el judoka en colectividad de modo tal que la influencia de los otros, propicie la independencia cognoscitiva, motivándolo a pensar en un clima favorable.

Procedimientos para el desarrollo del pensamiento:

- **Para el trabajo con situaciones problémicas.**
- **Para la utilización del error.**
- **Para el estímulo de la reflexión y regulación del aprendizaje.**
- **Para el establecimiento de relaciones o nexos entre ideas.**

Procedimientos para el desarrollo del lenguaje y la comunicación.

Procedimientos para el desarrollo de determinados rasgos de la personalidad.

(Silvestre, 1997; Zilberstein, 1997 y N, Andreu, 2005)

Procedimiento para la elaboración de los ejercicios

Diagnóstico	Situaciones	Procedimientos	Ejercicios	Orientación
I	II	III	IV	VI
Detección de los componentes con dificultades y habilidades implicadas	<p>1-Cuando con una técnica de proyección continúa sin interrupción al <i>Ne-waza</i>.</p> <p>2-Cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para continuar al suelo.</p> <p>3-Cuando el ejecutante cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección y este continúa el movimiento al <i>Ne-waza</i>.</p> <p>4-Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección.</p> <p>5-En cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, el otro competidor puede aprovechar la posición de su oponente para seguir al <i>Ne-waza</i>.</p> <p>6-Cuando se rompe o impide la aplicación de una técnica en el <i>Ne-waza</i> y se pasa a la ofensiva</p> <p>7-Cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el <i>Ne-waza</i></p> <p>8-Cuando se aplica un <i>Osaekomi Waza sin resultado</i> y se pasa a otro <i>Osaekomi Waza</i></p>	Para el trabajo con situaciones problemáticas	Específicos Competitivos Individualizado	Agarrar Halar Empujar Envolver Trasladar Barrer Girar Elevar Desplazar Controlar Enganchar Obstaculizar
		Para la utilización del error		
		Para el estímulo de la reflexión y regulación sobre el aprendizaje		
		Para el establecimiento de nexos o relaciones entre las ideas		

3.3.-Ejercicios para el aprovechamiento de las oportunidades en la aplicación de las habilidades para el trabajo en el *Ne-waza*.

Mini situación N° 1

-Cuando con una técnica de proyección continúa sin interrupción al *Ne-waza*.

Consideraciones preliminares

-La proyección se fortalece en la medida de que el judoka se sienta más seguro en el trabajo del *Ne-waza*.

-Se implican las habilidades de agarrar, halar, empujar, envolver, controlar, desplazar, obstaculizar, barrer y cegar entre otras.

Objetivo

-Lograr conservar la oportunidad de continuidad de las acciones arriba, con las del suelo en similares condiciones.

Ejercicios

-En pareja partiendo de una postura y agarre escogido, desplazarse ejecutando un halón y empuje según el brazo que corresponda, desequilibrando al contrario hasta lograr su proyección, continuando en similar situación al control en el suelo, donde el contrario se desplaza al igual que el ejecutante.

-En pareja partiendo de una postura y agarre escogido, desplazarse ejecutando un halón y empuje según el brazo que corresponda, proporcionándole el desequilibrio a partir de una obstaculización, barrido o cegado al contrario, hasta lograr su proyección, continuando en similar situación al control en el suelo, donde el contrario se desplaza al igual que el ejecutante y este efectúa diferentes obstaculizaciones.

-El resto de los ejercicios parten de las respuestas a las preguntas que se le formulan a los practicantes, como pueden ser:

¿Qué tipo de agarres se pudieran realizar si la proyección se efectuara hacia delante?

¿Cómo realizaría las acciones arriba si desea que al proyectar al contrario el ejecutante caiga en cuatro puntos?

-La acción defensiva se fortalece en la medida de que el judoka se sienta más seguro en el trabajo del *Ne-waza*.

Objetivo

-Lograr conservar la oportunidad de continuidad de las acciones arriba con las del suelo cuando se anula el movimiento del contrario en cualquiera de sus fases.

Ejercicios

-En pareja partiendo de una postura y agarre escogido desplazándose, mientras el atacante ejecuta un halón y empuje según el brazo que

corresponda para intentar desequilibrarlo, este efectúa movimientos de halón y empuje opuestos a la acción del ejecutante, acompañado de una esquivada que permita lograr la ruptura del movimiento, provocando el desequilibrio hasta llevarlo al suelo, manteniéndolo, sobre la base de acciones de control en el cuerpo o una parte de este.

-En pareja partiendo de una postura y agarre escogido desplazándose, mientras el atacante ejecuta un halón y empuje según el brazo que corresponda para intentar desequilibrarlo, este efectúa movimientos de halón y empuje opuestos a la acción del ejecutante, acompañado de una obstaculización (cadera) que permita lograr la ruptura del movimiento, provocando el desequilibrio hasta llevarlo al suelo o mantenerlo, sobre la base de acciones de control sobre el cuerpo o una parte de este.

-El resto de los ejercicios parten de las respuestas a las preguntas que se le formulan a los practicantes, como pueden ser:

¿Qué movimiento pudiera ejecutar para lograr una salida de la línea de ataque del contrario y llevarlo al suelo para aplicar un control?

Situación Nº 4

-Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento, aunque no esté calificado como una técnica de proyección.

Consideraciones preliminares

-Se implican las habilidades de agarrar, halar, empujar, envolver, controlar, desplazar, obstaculizar, barrer y cegar entre otras.

-Se garantiza la continuidad al suelo si se conservan las habilidades de enlace entre estas dos esferas de actuación.

Objetivo

-Aprovechar la oportunidad de continuidad de las acciones arriba con las del suelo, conservando las habilidades de enlace entre estas dos esferas de actuación.

Ejercicios

-Cuando el ejecutante realiza un ataque al vacío o fuera de distancia, el contrario aplica un halón o empuje según el caso, logrando desequilibrarlo y llevarlo al suelo para ejecutar un control.

-Cuando el ejecutante se prepara para iniciar el ataque, realizar mediante los agarres una fuerza superior que doblegue al atacante, logrando llevarlo al suelo para ejecutarle un control.

-El resto de los ejercicios parten de las respuestas a las preguntas que se le formulan a los practicantes, como pueden ser:

¿Cómo pudiera doblegar al contrario sin que medie una acción técnica y poder llevarlo al suelo?

Situación N° 5

Cuando se rompe o impide la aplicación de una técnica en el Ne-waza y se pasa a la ofensiva.

Consideraciones preliminares

-Se implican las habilidades de agarrar, halar, empujar, envolver, controlar, desplazar, obstaculizar, girar, flotar y enganchar entre otras.

-Se estimula el carácter ofensivo de las acciones fortaleciendo la defensa en el suelo.

Objetivo

-Fortalecer las acciones defensivas sobre el incremento de la ofensiva en el Ne- waza.

Ejercicios

-En pareja el ejecutante se coloca en cuatro puntos de espalda al contrario, este efectúa una virada mediante la aplicación de una palanca, lográndolo virar, y antes de ser controlado lo impide mediante los obstáculos logrando girar sobre él y controlarlo.

-Desde cubito supino con el contrario entre las piernas, este realiza una penetración y pasa a la posición de tres puntos sobre él para controlarlo, antes de materializar el control se realiza un giro con puente y pasa al control del oponente.

-Desde la posición de tres puntos con el contrario debajo controlado por una manga y tratando de colocar el otro brazo para realizar el control, el contrario realiza acciones de bloqueo y obstaculización para impedir su colocación, este insiste mediante los desplazamientos con cambios de posición sobre el contrario, mientras el otro bloquea sus alternativas, hasta salir y pasar a la ofensiva con un control.

-El resto de los ejercicios parten de las respuestas a las preguntas que se le formulan a los practicantes, como pueden ser:

¿Qué movimientos le permiten pasar a la ofensiva cuando se encuentra amenazado de una inmovilización por la cabeza?

Situación N° 6

Cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el Ne-waza

Consideraciones preliminares

- Se implican las habilidades de agarrar, halar, empujar, envolver, controlar, desplazar, obstaculizar, girar, flotar y enganchar entre otras.
- Se estimula el carácter ofensivo con diferentes vías para lograr el control adecuado.

Objetivo

-Incrementar las vías de llegada al control por inmovilización.

Ejercicios

- En pareja con el contrario en cubito supino, el ejecutante colocado de rodillas frente a sus piernas, efectúa un pase sobre la rodilla, colocándose en tres puntos sobre él, con control lateral del tronco, ambos en desplazamiento buscando el momento del pase.
- En pareja desde la posición de caballito en cuatro puntos, efectuar una virada por palanca hasta lograr la inmovilización.
- El resto de los ejercicios parten de las respuestas a las preguntas que se le formulan a los practicantes, como pueden ser:
¿Si el contrario se coloca en cuatro puntos de frente, que movimiento le harías para pasar a una inmovilización?

Situación N° 7

Cuando se aplica un Osaekomi Waza sin resultado y se pasa a otro Osaekomi waza.

Consideraciones preliminares

- Se implican las habilidades de agarrar, halar, empujar, envolver, controlar, desplazar, obstaculizar, girar, flotar y enganchar entre otras.
- Se estimula el carácter ofensivo con diferentes vías para lograr el control adecuado.

Objetivo

-Incrementar las vías de llegada al control por inmovilización.

Ejercicios

-En pareja, el ejecutante aplica una inmovilización, ambos se desplazan y modifican las inmovilizaciones según el desplazamiento y evasión del contrario, luego cambian de rol.

-En pareja, el ejecutante aplica una inmovilización, ambos se desplazan y modifican las inmovilizaciones según el desplazamiento y evasión del contrario, cambiando continuamente de ejecutante a receptor.

-El resto de los ejercicios parten de las respuestas a las preguntas que se le formulan a los practicantes, como pueden ser:

¿Cuál es el momento propicio para la realización de un cambio de inmovilización?

¿Qué condiciones son necesarias mantener para que se produzca un cambio de inmovilización de forma exitosa?

3.4.-Valoración de la propuesta.

Los resultados obtenidos en las competencias celebradas en este segundo año, después de aplicado los ejercicios en las clases, en función de poner en práctica las habilidades para el aprovechamiento de las oportunidades que se brindan en los combates, nos demuestran una marcada elevación de los resultados en cuanto al aprovechamiento de estas.

La estructuración de los combates en correspondencia a las mini situaciones que se presentaron, nos permitieron concentrar en cada una como se manifestaban las oportunidades para la aplicación de las habilidades y crear en correspondencia con estos, los ejercicios que modelaban dichas situaciones para ser aplicados en las clases.

La inclusión de los ejercicios en el programa de enseñanza y en los planes de clase, permitieron un tratamiento sistemático en correspondencia con las exigencias de las etapas y del programa así como la posibilidad constante de modelar las situaciones que se presentan en los combates.

Para la categoría en estudio y en correspondencia a las características de los combates se destacaron distintas habilidades según las mini situaciones competitivas. Las habilidades de agarrar, halar, envolver, girar y controlar se manifiestan con el aprovechamiento de la oportunidad, cuando con una técnica de proyección cambian sin interrupción a Ne-waza y toma la ofensiva. Al igual ocurre con el aprovechamiento de la oportunidad para aplicar las habilidades

de controlar, obstaculizar, palanquear, girar y empujar, cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el Ne-waza.

Estos dos ejemplos conjugan la relación existente entre la aplicación de las habilidades y el aprovechamiento de las oportunidades que se presentan en los combates, logrando optimizar las vías que conducen a la victoria.

Los resultados observados en estas últimas competencias nos permiten valorar de forma satisfactoria la influencia de los ejercicios, en busca de optimizar el desempeño competitivo.

- CONCLUSIONES:

- 1- La estructuración de los combates en mini situaciones competitivas nos permitieron determinar las habilidades que se manifiestan en ellas y las oportunidades que predominan para el trabajo en el Ne-waza.
- 2- Dentro de las principales insuficiencias se encuentran las habilidades de controlar, empujar, obstaculizar y trasladar, que ocurren cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación hábil de un movimiento, aunque no esté calificado como una técnica de proyección, al igual cuando un competidor pueda caerse, o esté a punto de caer, el otro competidor puede aprovechar la posición de su oponente para seguir al Ne- waza.
- 3- Los ejercicios propuestos presentan las características de los posibles comportamientos que se manifiestan en las mini situaciones competitivas que están permitidas por el reglamento internacional, tanto en las acciones arriba con continuidad al suelo como las que se desarrollan en el mismo suelo.
- 4- Después de aplicado los ejercicios en las clases, en función de poner en práctica las habilidades para el aprovechamiento de las oportunidades que se brindan en los combates, nos demuestran una marcada elevación de los resultados en cuanto al aprovechamiento de una de las vías de obtención de la victoria.

RECOMENDACIONES:

1- La construcción de los ejercicios deben responder a las características y exigencias de las mini situaciones competitivas, y las formas individuales de comportamiento de las habilidades del judoka.

2- Los ejercicios pueden ser ajustados para su aplicación en las diferentes categorías, en correspondencia al estudio de las mini situaciones competitivas que se presentan.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Adams, N. (1993) Los Agarres. Serie judo masterclass. Barcelona, Editorial Paidotribo. Pág23.
2. Addine Fernández, F. (1998) Didáctica y optimización del proceso de enseñanza aprendizaje. La Habana, material impreso, ISP “Enrique J. Varona”.
3. Addine Fernández, F. (2002) ¡Didáctica! ¿Qué Didáctica? La Habana, material impreso, ISP “Enrique J. Varona”.
4. Addine Fernández, F. y col. (2002) Principios didácticos para la dirección del proceso pedagógico. La Habana, material impreso, ISP “Enrique J. Varona”.
5. Aguilar Tamayo, M. F. (2002) Los mapas conceptuales de enfoque: Una técnica para aplicar al hipertexto educativo. Extremadura, Ponencia presentada en la Conferencia Internacional de TIC´, Junta de Extremadura – España.
6. Andréu Gómez, Nancy (2004) Tades: Un acercamiento a la Tarea Docente Desarrolladora. Villa Clara. Macromedia en soporte digital (página Web) ISP “Félix Valera”.
7. Andréu Gómez, Nancy (2005) Metodología para elevar la profesionalidad docente en el diseño de las tareas docentes desarrolladoras. Tesis de grado (Doctor en Ciencias Pedagógicas) Villa Clara, ISP Félix Valera”.
8. Becali Garrido, A. (1989) Análisis de la estructura de la técnica en Judo y su relación con los elementos básico. Trabajo de Diploma, La Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.
9. Becali Garrido, A. (2006) El Judo y su historia. Trayectoria cubana en la elite. La Habana, Editorial Deportes. Pág31.
10. Bermúdez R. y M. Rodríguez (1996) Teoría y Metodología del aprendizaje. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación. Pág14.
11. Cañizares Hernández, M. y col. (2005) Aspectos psicológicos de la iniciación deportiva. *Revista Acción* (2): 30-33.

12. Castellano, D. (1999) Apuntes para un marco teórico conceptual sobre los procesos de aprendizaje (material ligero).
13. Castellano, D. y I. Grueiro (1999) Enseñanza y estrategia de aprendizaje: los caminos del aprendizaje autorregulado. La Habana, Presentado en Pedagogía '99.
14. Copello J., M. (2001) Diseño didáctico para la formación de los judokas a partir de la estructura de las acciones y los Elementos Básicos. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
15. Cortegaza F., L. y col. (2006) Programa de Enseñanza. *En: Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Ciudad de la Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
16. Deler S, P. (2007). ¿Qué procedimiento tener en cuenta para crear el instrumental en una metodología con aporte teórico y en las investigaciones de la actividad física. Conferencia Especializada. Villa Clara, FCF "Manuel Fajardo".
17. Donskoi. D y Zatsiorski V. (1988) Biomecánica de los Ejercicios Físicos. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y educación. 311 p.
18. Duardo Rodríguez, W. (2000) Metodología de la enseñanza del Judo. Colombia, Disponible en: judowilfredo@yahoo.com. Consultado el 24 de marzo del 2013.
19. Echevarría, M. y Col. (2006) Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, ISCF "Manuel Fajardo", 310 – 330.
20. Espar Moya, X. (2000) La construcción de ejercicios de entrenamiento. *Revista digital: Comunicaciones técnicas* (Real Federación Española de Balonmano), 205 (16): pag19.
21. Forteza de la Rosa, A y R. Ranzola (1988) Bases metodológicas del Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica. 84 p.
22. Forteza R, A. (1998) Las campanas estructurales del entrenamiento deportivo. *Revista Kinesis* Colombia (25): 9-12 p.

23. Galperin, P. J. (1996) La acción mental como base para la formación de ideas y pensamientos, Problemas de la teoría del aprendizaje. Berlín, Editorial Volk Wissen Volkseigener Verlag. Pag45.
24. García Hernández, M.R. (2008) Judo. Versión metodológica. La Habana, Editorial Deportes. 174 p.
25. García Manso, J. M. y Col. (1996) Planificación del entrenamiento deportivo (Fotocopia)
26. García, L. (2006) El test pedagógico: medición que responde a exigencias especiales. Resumen de Conferencia Especializada. Villa Clara, FCF "Manuel Fajardo".
27. González de la Torre, G. C. (2002) Formación de un profesional de alto nivel para la Educación Física Y el Deporte. *Revista Acción*. La Habana (1): 35-41p.
28. Harre, D. (1982) Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo La Habana, Editorial Científico Técnica. 145 p.
29. Jiménez Amaro, J. S. y Col. (1991) Programa de preparación del deportista. Ciudad de la Habana, Comisión Nacional de Judo. Pag26.
30. Kashiwazaki K. (1995). Atacar en Judo. Serie judo mastersclass. Barcelona, Editorial Paidotribo. Pag12.
31. Kawaishi M. (1964). Mi método de Judo. Barcelona, Editorial Bruguera S.A. pag15.
32. Klingberg, L. (1972) Introducción a la didáctica general. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. Pag65.
33. Kolychkin T. A. (1987). Judo, Arte y Ciencia. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica. Pag104.
34. Kudo K. (1987). Judo en Acción. Tomo I y II. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación. Pag21.
35. Leyva Infante, R. (2006) Metodología de la comprensión y decisión táctica para el desarrollo de habilidades en la etapa inicial de la formación de los judokas. Tesis de doctorado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".

36. Leyva Infante, R. y col. (2007) Programa de preparación del deportista: Judo. La Habana, material impreso, Comisión Nacional de Judo – INDER. Pag49.
37. Manual de Educación Física y Deportes: Técnicas y actividades prácticas (2001) Barcelona, Editorial Océano. Pag57.
38. Matvieev, L. (1983) Fundamentos del Entrenamiento deportivo. Moscú, Editorial Ráuga. 332 p.
39. Mazza, A. (s.a) La iniciación en el deporte. Disponible en: <http://villacan.com.ar/pan/Rev3/beto3.htm> Consultado el 23 de marzo del 2014.
40. Morales, A. (2007) Indicaciones para la enseñanza y el aprendizaje en los Deportes. (Conferencia especializada) Disponible en soporte digital), Villa Clara, Programa Doctoral FCF “Manuel Fajardo”.
41. Ozolin N. G. (1986) La Preparación Técnica: En Sistema Contemporáneo Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica. 488 p.
42. Roble Rodríguez, J. (2003) La enseñanza del judo mediante una metodología activa. *Revista Digital* Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efedeportes.com/>. Consultado en septiembre del 2003.
43. Rosa P, E. y R.I.D. Bermúdez (2005) Formación básica del Judo: Informe Final del Proyecto Territorial Villa Clara, FCF “Manuel Fajardo”.
44. Ruiz Aguilera, A. (1989) Metodología de la enseñanza de la Educación Física, t. I y II, La Habana, material impreso, ISCF “Manuel Fajardo”.
45. Santana Lugones, J. L. (1999) Curso de deporte y medio Ambiente: Una alternativa para la formación ambiental de los profesionales del eslabón de base del Alto Rendimiento. Tesis de Maestría (Maestría en entrenamiento deportivo) Villa Clara, FCF “Manuel Fajardo”.
46. Silvio Navarro, F. y C.G. Maqueira (1984) La iniciación deportiva. El deporte escolar y el desarrollo motriz del niño. *Revista Acción* Ciudad de la Habana. Pag34.

47. Talizina F. N. (1987) Los contenidos de la enseñanza. La planificación y organización el proceso docente educativo. Ciudad de la Habana, MES. Pag82.
48. Torres Mayarí, I. y Hi H. ChangH. (1873) Estudio del Harai Goshi (barrido de cadera) de Torres M, I y Reyes D, M. (1984) Manual técnico metodológico para instructores y entrenadores de Judo. La Habana, Comisión Nacional de Judo. Pag76.
49. Verjoshanski, Y. (2002) Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Barcelona, Editorial Paidotribo. Pag123.
50. Veitía V, R., B.J. Noda y Col. (1997) Tareas de la preparación física y técnico táctica de los equipos nacionales de Judo masculino y femenino en un macrociclo de preparación. Ciudad de la Habana, Edición CEAR "Cerro Pelado". Pag143.
51. Vigotski, L. S. (1994) Zona de desarrollo próximo en el niño y el proceso de instrucción del conocimiento. México, Editorial S. E. P. (Fotocopia). Pag153.
52. Weineck, J. (1988) Entrenamiento óptimo. Barcelona, Editorial. Hispano / Europea. Pag88.
53. Zimkin N. V. (1987) Fisiología Humana. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica. 310 p.

ANEXO.

Anexo # 1

RESULTADOS DE LA ENCUESTA A LOS PROFESORES DE JUDO

Habilidades declaradas por los profesores.

Profesores	Respuestas					
	Preg. 1	Preg.2	Preg.3	Preg.4	Preg.5	Preg.6
7	a, b, c	Habilidades motoras de iniciación. Habilidades especiales Habilidades simples	girar desplazar barrer halar empujar enganchar controlar cegar	halar empujar envolver equilibrar obstaculizar palanquear combinar	halar empujar envolver palanquear gritar esquivar	halar empujar obstaculizar palanquear combinar esquivar

Anexo # 2

Principal identidad de las habilidades

Profesores	Esfera de actuación	
	Manifestaciones en el Tashi Waza	Manifestaciones en el NeWaza
7	girar, barrer, esquivar halar, empujar, combinar enganchar, cegar, desplazar	halar, empujar, envolver, obstaculizar palanquear, controlar combinar

Anexo N° 3

Manifestaciones de las habilidades en las observaciones a competencias

competencias	Habilidades a la ofensiva	Tashi waza	Ne waza	Total	Habilidades a la defensiva	Tashi waza	Ne waza	Total
Competencias del 1er año (58 combates)	halar	42	16	58	halar	26	9	35
	empujar	52	19	71	empujar	12	23	35
	combinar	11	9	20	esquivar	6	-	6
	fintar	6	-	6	girar	4	17	21
	elevar	2	5	7	enganchar	-	14	14
	barrer	52	-	52	obstaculizar	9	14	23
	palanquear	-	62	62	envolver	6	21	27
	girar	17	24	41	equilibrio	8	5	13
	enganchar	8	10	18	postura	5	12	17
	obstaculizar	4	22	26	agarrar	21	17	38
	envolver	21	7	28				
	controlar	18	29	47				
	continuar	14	23	37				
	agarrar	42	37	79				

SITUACIONES MANIFIESTAS EN LAS OBSERVACIONES A CLASES PARA
EL TRABAJO EN EL NE-WAZA. (2da Etapa 2013)

Clases observadas	Situaciones manifiestas	Utilizadas como ejercicios	Utilizadas en formas de combate
14	1-Cuando con una técnica de proyección cambia sin interrupción a <i>Ne-waza</i> y toma la ofensiva.	3	-
	2-Cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para llevarlo al suelo.	-	-
	3-Cuando el contrario cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección y este continua el movimiento al <i>Ne-waza</i> .	-	-
	4-Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección.	-	-
	5-En cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, el otro competidor puede aprovecharse de la posición de su oponente para seguir al <i>Ne-waza</i> .	-	-
	6-Cuando se aplica un <i>Osaekomi Waza sin resultado</i> y se pasa a otro <i>Osaekomi Waza</i>	2	1
	7-Cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el <i>Ne-waza</i>	9	3
	8-Cuando se rompe o impide la aplicación de una técnica en el <i>Ne-waza</i> y se pasa a la ofensiva	4	2

Anexo N° 5

SITUACIONES MANIFIESTAS EN LOS COMBATES PARA EL TRABAJO EN EL NE-WAZA EN LAS COMPETENCIAS DEL 1er AÑO.

Combates observados	Situaciones manifiestas	Aprovechadas	Desaprovechadas	Total
58	1-Cuando con una técnica de proyección continúa sin interrupción al <i>Ne-waza</i> .	9	11	20
	2-Cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para llevarlo al suelo.	4	18	22
	3-Cuando el contrario cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección y este continúa el movimiento al <i>Ne-waza</i> .	5	17	22
	4-Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección.	5	19	24
	5-En cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, el otro competidor puede aprovechar la posición de su oponente para seguir al <i>Ne-waza</i> .	6	26	32
	6-Cuando se aplica un <i>Osaekomi Waza sin resultado y se pasa a otro Osaekomi Waza</i>	28	9	37
	7-Cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el <i>Ne-waza</i>	19	26	45
	8-Cuando se rompe o impide la aplicación de una técnica en el <i>Ne-waza</i> y se pasa a la ofensiva	9	18	27
Total de acciones		85	144	229
%		37 %	63 %	100

SITUACIONES MANIFIESTAS EN LAS OBSERVACIONES A CLASES PARA
EL TRABAJO EN EL NE-WAZA. (2da Etapa 2014)

Clases observadas	Situaciones manifiestas	Utilizadas como ejercicios	Utilizadas en formas de combate
14	1-Cuando con una técnica de proyección cambia sin interrupción a <i>Ne-waza</i> y toma la ofensiva.	14	-
	2-Cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para llevarlo al suelo.	9	9
	3-Cuando el contrario cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección y este continua el movimiento al <i>Ne waza</i> .	2	6
	4-Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección.	2	6
	5-En cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, el otro competidor puede aprovecharse de la posición de su oponente para seguir al <i>Ne waza</i> .	-	4
	6-Cuando se aplica un <i>Osaekomi Waza sin resultado y se pasa a otro Osaekomi Waza</i>	7	5
	7-Cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el <i>Ne-waza</i>	14	11
	8-Cuando se rompe o impide la aplicación de una técnica en el <i>Ne-waza</i> y se pasa a la ofensiva	5	8

Anexo N° 7

SITUACIONES MANIFIESTAS EN LOS COMBATES PARA EL TRABAJO EN EL NE-WAZA EN LAS COMPETENCIAS DEL 2do AÑO.

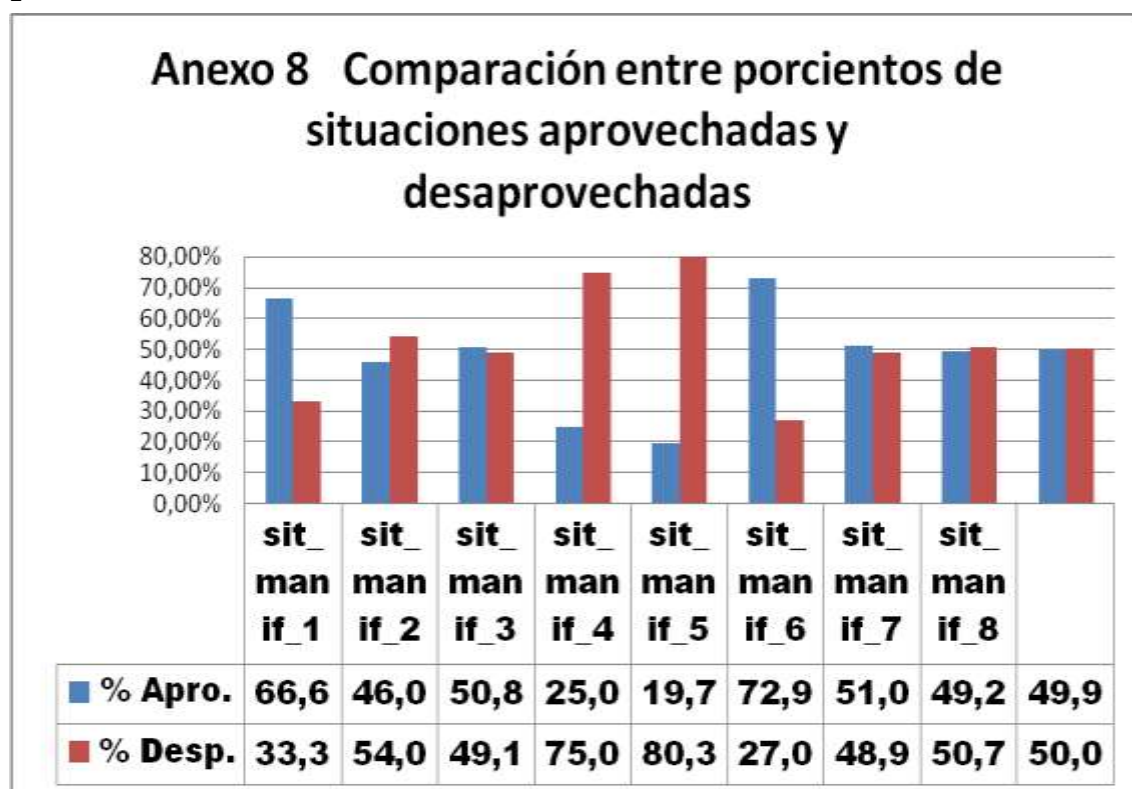
Combates observados	Situaciones manifiestas	Aprovechadas	Desaprovechadas	Total
64	1-Cuando con una técnica de proyección continúa sin interrupción al <i>Ne-waza</i> .	23	5	28
	2-Cuando uno de los competidores cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección, el contrario aprovecha la posición para llevarlo al suelo.	19	9	28
	3-Cuando el contrario cae al suelo, después de la aplicación sin éxito de una técnica de proyección y este continúa el movimiento al <i>Ne-waza</i> .	25	12	37
	4-Cuando un competidor lleva al suelo a su oponente mediante la aplicación particularmente hábil de un movimiento aunque no esté calificado como una técnica de proyección.	5	11	16
	5-En cualquier otro caso donde un competidor pueda caerse o esté a punto de caer, el otro competidor puede aprovechar la posición de su oponente para seguir al <i>Ne-waza</i> .	7	27	34
	6-Cuando se aplica un <i>Osaekomi Waza sin resultado y se pasa a otro Osaekomi Waza</i>	42	17	59
	7-Cuando se pasa o vira al contrario y se efectúa una técnica en el <i>Ne waza</i>	52	42	94
	8-Cuando se rompe o impide la aplicación de una técnica en el <i>Ne waza</i> y se pasa a la ofensiva	25	17	42
Total de acciones		198	140	338
%		59 %	41 %	---

Anexo N° 8 Estado comparativo entre los los años observados de competencia.

Combates observados	Situaciones manifiestas	Aprovechadas			Desaprovechadas			Total Frec.	% Apro.	% Desp.
		1	2	F	1	2	F			
112	1	9	23	32	11	5	16	48	67	33
	2	4	19	23	18	9	27	50	46	54
	3	5	25	30	17	12	29	59	51	49
	4	5	5	10	19	11	30	40	25	75
	5	6	7	13	26	27	53	66	20	80
	6	28	42	70	9	17	26	96	73	27
	7	19	52	71	26	42	68	139	51	49
	8	9	25	34	18	17	35	69	49	51
Total de Frecuencia		85	198	283	144	140	284	567	49.91	50.01
% de manifestaciones		30	70	100	51	49	100			

Ilustración

1



Anexo N° 9

Manifestaciones de las habilidades en las observaciones a competencias

competen cias	Habilidades a la ofensiva	Tashi waza	Ne waza	Total	Habilidades a la defensiva	Tashi waza	Ne waza	Total
Competen cias del 2do año 64 combates	halar	56	15	71	halar	32	19	51
	empujar	67	23	90	empujar	21	32	53
	combinar	9	13	22	esquivar	9	-	9
	fintar	4	-	4	girar	6	17	23
	elevar	-	5	5	enganchar	-	14	14
	barrer	64	-	64	obstaculizar	12	14	26
	palanquear	-	71	71	envolver	36	42	78
	girar	21	34	55	equilibrio	9	-	9
	enganchar	14	23	37	postura	26	18	44
	obstaculizar	6	32	38	agarrar	25	21	46
	envolver	23	12	35				
	controlar	26	42	68				
	continuidad	5	16	21				
	agarrar	72	54	126				