



FACULTAD CULTURA FÍSICA
CARRERA LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA

TRABAJO DE DIPLOMA PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA

LA PRÁCTICA DEL JUDO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA
ACERCAMIENTO A SU ESTADO ACTUAL

Autor: Leandro Carreño Rojas.

Tutor: Licenciado Luis Leonardo León Vázquez.

Máster en Ciencias de la Educación.

Cinturón Negro 2^{do} Dan Judo

Profesor Auxiliar.

*“Nuestra recompensa se encuentra en el
esfuerzo y no en el resultado. Un esfuerzo
total es una victoria completa”*

Mahatma Gandhi (1869 -1948)

DEDICATORIA

Para llegar a la meta es preciso recorrer primero un largo camino. Dijo Víctor Hugo que: “A nadie le faltan fuerzas, lo que a muchos les falta es voluntad”, a esas personas que hicieron posible que nunca me faltara la voluntad va dedicado este trabajo. Ellos son:

- Mis amigos de Universidad y de la vida: Camellón, Neyler, Luis Ernesto, Ariadna, Javier (el guajiro) y Roberto, esos que siempre estuvieron, están y estarán, esos que borraron el “no” del diccionario cada vez que necesité ayuda. Nunca alcanzarán las palabras para agradecerles, por tanto.
- Mis compañeros y amigos de la carrera: Elienis, Kevin y Abad, junto a los cuales viví la adrenalina de llegar tarde a algún turno de clase, las carreras de última hora para alguna tarea, las viejas técnicas, las fiestas de fin de semestre y otras vivencias que nunca olvidaré y mejor no contar :)
- Los profesores que tanto aportaron a mi formación como profesional del futuro, sin maestros no somos nada, especialmente a: Willian Yera, Emerio y mi tutor Luis Leonardo.
- Mis compañeros de trabajo y alumnos de la primaria Julio Antonio Mella, nadie sabrá jamás cuanto crecí junto a ellos.
- Por último y no menos importantes, a dos personas que no podré dejar de mencionar nunca, pues después de ellos no hay nada: mi tío Juan José y mi mamá Carmen Rosa, la familia es lo más importante, saber que estaban y están ahí me era suficiente para enfrentarlo todo

AGRADECIMIENTOS:

- En estos momentos recuerdo que nadie en la vida triunfa solo. Ser agradecidos nos despoja del egoísmo y nos recuerda que vivimos para servir. Para la realización de este trabajo debo agradecer a dos personas:
- A mi mamá Carmen Rosa que no permitió ni por un momento que bajara la guardia cuando muchas veces el triunfalismo trataba de vencerme.
- A mi tutor Luis Leonardo quien es el verdadero héroe de este trabajo de diploma, pues sin su ayuda hubiese sido imposible la conclusión del mismo.

RESUMEN

Conocer los elementos que singularizan la práctica del deporte desde los más disimiles aspectos, permite organizar, planificar y concebir un proceso de formación deportiva que responda a las exigencias socio económicas de un territorio, y a su vez proyectarse para obtener resultados superiores. La presente investigación forma parte de una de las tareas del Proyecto de Investigación No Asociado a Programas La iniciación deportiva escolar en Sancti Spíritus, "No solo Medallas". Esta investigación pretende resolver la carencia de un documento, que permita conocer la realidad presentada en la iniciación deportiva del Judo. En tanto se declara como *problema de investigación* ¿Qué características presenta la iniciación deportiva escolar del Judo en la provincia Sancti Spíritus? El objeto de estudio se establece en la iniciación deportiva escolar y consecuentemente con este problema se trazó como *objetivo general* caracterizar el estado actual de la iniciación deportiva escolar del Judo en la provincia Sancti Spíritus. El proceso investigativo se enmarco en el análisis de tres categorías; *profesor deportivo, instalaciones deportivas y matrícula*. La muestra estuvo representada por el total de profesores que atienden la práctica del Judo en la iniciación deportiva, los directivos metodológicos del deporte y los espacios físicos que se emplean para la práctica del Judo. Se emplearon como métodos de investigación, el análisis de documentos, la entrevista y la observación científica.

Palabras claves: Judo, iniciación deportiva,

Summary

To know the elements that single the practice of the sport from the more dissimilar aspects, allows to organize, to plan and to conceive a process of sport formation that responds to the economic demands partner of a territory, and in turn to be projected to obtain superior results. The present investigation is Not part of one of the tasks of the Project of Investigation Associated to Programs The school sport initiation in Sancti Spíritus, Not single Medals". This investigation seeks to solve the lack of a document that allows to know the reality presented in the sport initiation of the Judo. As long as it is declared as How characteristic investigation problem it presents the initiation sport scholar of the Judo in the county Sancti Spíritus? The study object settles down in the school sport initiation and consequently with this problem it was traced as general objective to characterize the current state of the initiation sport scholar of the Judo in the county Sancti Spíritus. The investigative process you frame's in the analysis of three categories; *sport professor, sport facilities and registration*. The sample was represented by the total of professors that you/they assist the he/she practices of the Judo in the sport initiation, the methodological directive of the sport and the physical spaces that are used for he/she practices it of the Judo. They were used as investigation methods, the analysis of documents, the interview and the scientific observation

Key words: Judo, sport initiation

TABLA DE CONTENIDO

I INTRODUCCIÓN	1
II DESARROLLO	6
2.1 <i>CONSIDERACIONES TEÓRICAS</i>	6
2.1.1 <i>La práctica del Judo en la iniciación deportiva.</i>	6
2.1.2 <i>La edad de iniciación a la práctica deportiva del Judo.</i>	10
2.1.3 <i>Factores que intervienen en la práctica del judo durante la iniciación deportiva.</i>	13
2.1.4 <i>Fases de la iniciación deportiva en la enseñanza del judo</i>	18
2.2 <i>MATERIAL Y METODOS.</i>	21
2.2.1 <i>Muestra seleccionada.</i>	21
2.2.2 <i>Métodos y técnicas empleados.</i>	22
2.2.3 <i>Metodología empleada</i>	23
2.2.3. <i>Análisis e interpretación de los resultados.</i>	25
III CONCLUSIONES	32
IV RECOMENDACIONES	33
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	



I INTRODUCCIÓN

El deporte es una acción social que se desarrolla de forma lúdica como competición entre dos o más contrincantes, o contra la naturaleza y cuyos resultados vienen determinados por la habilidad, técnica y estrategia. Tiene un carácter competitivo y está institucionalizado, o sea, se rige por un reglamento, el cual es controlado por agentes oficiales y está organizado por determinada estructura e instituciones gubernamentales o no gubernamentales. Esta actividad no es necesaria para la vida humana, por lo que responde a motivaciones intrínsecas y extrínsecas del individuo que la practique.

El proceso pedagógico de la actividad físico deportiva, entendiéndose educación física, enseñanza deportiva o entrenamiento, se desarrolla sobre la base de leyes y regularidades que abarcan la esfera de las ciencias pedagógicas y de las ciencias deportivas (Ruiz 2012 p. 65). Mas adelante el autor continúa expresando que; de las ciencias pedagógicas se derivan las regularidades del proceso instructivo-educativo del hombre, de las ciencias deportivas se derivan las regularidades biológicas y sociales del perfeccionamiento físico del individuo como unidad psicofísica, sus cualidades esenciales y las relaciones causales de ese proceso.

Tanto los conocimientos científicos de las ciencias pedagógicas, como los de las ciencias deportivas se conjugan en la realización de las actividades de la educación física y del entrenamiento deportivo para desarrollar un proceso pedagógico integrado que propicie el perfeccionamiento físico del educando, expresión esta que representa, como reflejo de la integración armónica bio-social, una categoría histórica concreta de normas sociales deseables en la esfera de salud y la capacidad de rendimiento físico de los practicantes.

En Cuba, la práctica deportiva es un derecho del pueblo y así lo manifiesta la Ley 936 del 23 de febrero de 1961. Esta ley concreta la creación de Consejos Deportivo Voluntarios como las instituciones encargadas de desarrollar la actividad física en la sociedad a través de: Tablas, desfiles gimnásticos, deporte competitivo y democracia participativa desde juegos escolares hasta torneos nacionales.

La Constitución de la República de Cuba (2019), en el artículo 74 ampara esta ley: “Todos tienen derecho a la educación física, al deporte y la recreación. El disfrute de este derecho está garantizado por la inclusión de la enseñanza y práctica de la



educación física y el deporte en los planes de estudio del sistema nacional de educación; y por la amplitud de la instrucción y los medios dispuestos del pueblo que faciliten la práctica masiva del deporte y la recreación”.

En este sentido el Sistema Deportivo Cubano se ha estructurado a partir de las consideraciones legales antes señaladas. De esta forma se define lo que se conoce como la pirámide del alto rendimiento. Este sistema piramidal se estructura a su vez en dos niveles esenciales, estrechamente relacionados. Un nivel inicial asociado a la práctica deportiva con denominación deporte escolar; conocida también como eslabón de base, formación básica (Matveev 1988), o iniciación deportiva (Navarro 2007) y que tiene un carácter masivo e inclusivo.

Este nivel inicial o iniciación deportiva se refiere, en su práctica, a todas aquellas actividades que, de forma organizada, se desarrollan fuera de los programas y currículo de la asignatura Educación Física y en las que participan estudiantes de edad escolar. Estas actividades se despliegan en el propio centro escolar o en áreas deportivas y su fin se encamina hacia la enseñanza-aprendizaje de las disciplinas deportivas.

El segundo nivel tiene un carácter selectivo, y se le conoce con la denominación de alto rendimiento o alta competencia; está orientado hacia la obtención de un resultado competitivo, donde independientemente del carácter pedagógico de la actividad prevalece la predisposición óptima en cuanto a los aspectos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos, fruto de la consecución de un largo proceso de entrenamiento.

Así entendida la iniciación deportiva, supone la primera fase de un itinerario deportivo orientado al éxito; en consecuencia, el eje de su preocupación lo constituye la transmisión operacional de las técnicas y modos más rentables para su enseñanza. (Blázquez 1999)

La iniciación deportiva no debe entenderse como el momento en el que se empieza la práctica de un deporte, sino como una acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño o sujeto que se inicia, y los fines a conseguir, va evolucionando progresivamente hasta llegar al dominio de la especialidad deportiva. Se ha planteado en el XXVIII Seminario Nacional de Preparación para el año 2017 que el reto que enfrenta el Sistema Deportivo Cubano debe ser asumido por todos los subsistemas deportivos, y para cumplir con tal propósito, se necesita un cambio en los conceptos



actuales de enseñanza y de aprendizaje, pues los existentes obstaculizan alcanzar dichas metas.

El Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, (INDER), en el documento mencionado en el párrafo anterior, refiere dos grandes problemas que de manera negativa influyen en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva estos son: acumulación de insuficiencias en el resultado del aprendizaje, que se incrementa de categoría en categoría y que se manifiesta en el limitado desempeño competitivo de los alumnos; en la asimilación y uso de los conocimientos, que en general son débiles y no rebasan el plano reproductivo.

La estimulación del desarrollo intelectual y la formación de habilidades para aprender a aprender se trabajan de forma limitada, en ocasiones de manera espontánea, y las acciones educativas para la formación de cualidades y valores en los alumnos no se asocian suficientemente al proceso de enseñanza-aprendizaje desde el propio deporte.

En investigaciones realizadas por especialistas de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deporte de Cuba sobre las particularidades del proceso de enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva, publicado en la revista especializada JIT (2000), se reportó:

- El predominio de un proceso con un carácter físico-instructivo, en el cual se centran las acciones mayormente en el resultado deportivo y en menor medida en el practicante.
- Que el alumno tiende a aprender de forma reproductiva, observándose muy afectado el desarrollo de habilidades motrices y sus posibilidades para la reflexión crítica y autocrítica de los conocimientos que aprende, de ahí que su inclusión consciente en el proceso se vea limitada.
- Que continúa el predominio a separar la educación y la instrucción, no aprovechándose las posibilidades que brindan tanto el contenido como el proceso en sí, para incidir en la formación de sentimientos, cualidades y valores, entre otros.

El Judo como disciplina deportiva no se encuentra exenta a estas particularidades. Sin embargo, se considera que, para evitar esos males, la formación del Judoca se debe encaminar inicialmente hacia la enseñanza-aprendizaje de diferentes patrones



de acciones y posteriormente al perfeccionamiento necesariamente de estos patrones durante la ejecución técnica.

El primer momento de la formación del judoca se corresponde con la iniciación deportiva, la cual cada día se hace más compleja pues la tendencia se orienta a incluir en ella numerosos contenidos propios de etapas posteriores, que para ser desarrollados necesitan de un ordenamiento sistémico y requieren de un proceso de planificación y organización estratégico a corto, mediano y largo plazo

En este sentido la organización y contextualización del deporte en la estructura base de la pirámide de alto rendimiento se convierte en un aspecto determinante para la formación de los judocas. Conocer los elementos que singularizan la práctica del deporte desde los más disímiles aspectos, permite organizar, planificar y concebir un proceso de formación deportiva que responda a las exigencias socio económicas de un territorio, y a su vez proyectarse para obtener resultados superiores.

Un análisis preliminar realizado a los documentos que rigen la organización, proyección y planificación del deporte Judo en la provincia; dígase, la estrategia deportiva para el ciclo olímpico y el sistema de trabajo técnico – metodológico del deporte, revelan que en la actualidad no se cuenta con un informe o resultado científico, que permita acercarse a la realidad presentada por la práctica deportiva del Judo en la iniciación deportiva.

La problemática enunciada requiere que se derive un problema de investigación y así dar solución a esta laguna documental existente. Se estableció como **problema de investigación** el siguiente: ¿Qué características presenta la iniciación deportiva escolar del Judo en la provincia Sancti Spíritus?

Se define como **objeto de estudio** para esta investigación la iniciación deportiva escolar

Consecuentemente con este problema se trazó como **objetivo general** para guiar el proceso investigativo el siguiente: Caracterizar el estado actual de la iniciación deportiva escolar del Judo en la provincia Sancti Spíritus.

Se establece como **campo de acción** la iniciación deportiva escolar del Judo.



Se precisan como **preguntas científicas** las siguientes

- ¿Qué características presentan los documentos para la planificación y organización estratégica de la práctica del deporte Judo en la iniciación deportiva en Sancti Spíritus?
- ¿Qué características presentan los profesores deportivos que asume la práctica del Judo durante la iniciación deportiva en la provincia Sancti Spíritus?
- ¿Qué particularidades presenta la matrícula del deporte Judo en Sancti Spíritus en la iniciación deportiva en cuanto a; reserva deportiva y alumnos perspectiva inmediata?
- ¿Cuál es el estado de las instalaciones deportivas en las que se realiza la práctica deportiva del Judo?

Para dar respuestas a las anteriores interrogantes, se trazaron las siguientes **tareas científicas**:

1. Determinación los elementos que caracterizan los documentos normativos para la planificación y organización estratégica de la práctica del deporte Judo en la iniciación deportiva en Sancti Spíritus.
2. Identificación de las características que poseen los profesores deportivos que asumen la práctica del Judo durante la iniciación deportiva en la provincia Sancti Spíritus.
3. Identificación de las particularidades de la captación y promoción de practicantes sistemáticos de Judo en la iniciación deportiva en Sancti Spíritus.
4. Caracterización de las instalaciones deportivas en las que se realiza la práctica deportiva del Judo.



II DESARROLLO

2.1 CONSIDERACIONES TEÓRICAS

2.1.1 La práctica del Judo en la iniciación deportiva.

El Judo es un arte marcial y deporte de combate de origen japonés, puede traducirse como “camino de la flexibilidad. Este arte marcial fue creado por el maestro Dr. Jigoro Kano en 1882. El maestro Kano recopiló la esencia técnica y táctica de dos de las antiguas escuelas clásicas de combate cuerpo a cuerpo japonés o Jiujitsu, que eran practicadas por los guerreros medievales en armadura o samurái en el campo de batalla hasta el inicio del siglo XIX en Japón, logrando reunir las en una sola, el Judo, y de esta forma crea un método de educación física y moral posteriormente devenido en deporte de combate. Su fundamento legal como deporte se sustenta en la presencia de una organización mundial (Federación Internacional de Judo) que se encarga de regular las normas del Judo a nivel competitivo, así como de celebrar periódicamente competiciones y eventos a todos los niveles.

Metodológicamente el Judo está estructurado en un sistema de graduación progresiva, identificando a los practicantes con el grado de desarrollo alcanzado, tal identificación se logra a partir del color que se use en el cinturón (Obi) que es el cinturón que sujeta y mantiene cerrado el Judogui. En sus inicios solo existían dos colores, blanco para los practicantes que se iniciaban o inexpertos y negro para los maestros o expertos. Es un deporte en el que se ve involucrado todo el cuerpo y cuya intensidad y demanda cardiovascular pueden ser modulados perfectamente por el deportista. Combina perfectamente la fuerza, la táctica de combate y la técnica, con lo que se produce un desarrollo integral de la persona. En él hay que combinar una buena preparación física tanto de tipo anaeróbico como aeróbico, ya que a las acciones explosivas y de gran velocidad hay que añadir una gran resistencia para resistir la duración de un combate.

La práctica del Judo sigue una progresión en el dominio de las técnicas que facilita su asimilación y evita accidentes. Lo primero que se enseña es a caer, y a partir de ahí comienzan a realizarse el resto de las técnicas. Muchos estudios han demostrado los beneficios de la práctica del Judo, especialmente en niños hiperactivos, con problemas mentales o en niños y adolescentes procedentes de familias disfuncionales, que presentan problemas de conducta tanto leves como severos, siendo el Judo una de las disciplinas deportivas más recomendadas para estos casos.



El judo como deporte se caracteriza por la constante necesidad de adaptarse a los diferentes adversarios y situaciones a la vez que exploramos las acciones con la que nosotros obtenemos un mayor rendimiento. Este último factor nos obliga a elegir entre los múltiples recursos en función de nuestras posibilidades y de las limitaciones del adversario.

La iniciación deportiva es un concepto ampliamente definido en la bibliografía especializada y en la que como denominador común se presenta como un proceso temporalizado, en el que un sujeto tiene vivencias y experiencias sobre una especialidad deportiva. Con relación al tema distintos autores vierten su opinión:

Blázquez (1986) sobre el tema se manifiesta de la siguiente manera, “es el período en que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de unos o varios deportes”.

Sánchez (1986) considera a un individuo iniciado en un deporte, “(...) cuando es capaz de tener una operatividad básica sobre el conjunto global de la actividad deportiva, en la situación real de juego en la competición (...)”.

Sobre los aspectos que caracteriza la iniciación deportiva Blázquez (1995) refiere los siguientes:

- Ser un proceso de socialización, de integración de los sujetos con las obligaciones sociales respecto a los demás.
- Ser un proceso de enseñanza aprendizaje progresivo y optimizador que tiene como intención conseguir la máxima competencia en una o varias actividades deportivas.
- Ser un proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos y actitudes para desenvolverse lo más eficazmente en una o varias prácticas deportivas.
- Ser una etapa de contacto y experimentación en la que se debe conseguir unas capacidades funcionales aplicadas y prácticas.

Para Hernández (2000), iniciación deportiva es:

El proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma



contacto con el mismo hasta que es capaz de jugarlo o practicarlo con adecuación a su estructura funcional.

Con este planteamiento el autor delimita en qué consiste el proceso de iniciación, dónde empieza y dónde termina; fundamenta que el proceso de aprendizaje le permite adquirir los requerimientos básicos y la motricidad específica y especializada de un deporte al niño.

El proceso de iniciación no debe entenderse como el momento en el que se empieza la práctica deportiva, sino como una acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño o sujeto que se inicia, y los fines a conseguir, va evolucionando progresivamente hasta llegar al dominio de cada especialidad deportiva, (Blázquez, 1986).

También es cierto que el término iniciación deportiva es entendido y analizado desde diferentes perspectivas, según el tipo de preocupación del profesional que lo aborde.

El *profesor de educación física*, más interesado por la formación de sus alumnos que por el rendimiento que obtengan, concibe este proceso con una visión genérica y polivalente; guiado fundamentalmente por principios psicopedagógicos, está más preocupado por estimular al niño y proporcionarle unas bases que le permitan, con posterioridad, situarse en las mejores condiciones para cualquier aprendizaje, que por la eficacia concreta en alguna práctica y su posterior orientación hacia la competición.

En la educación física, el deporte constituye un contenido que se utiliza fundamentalmente como medio de formación. En este sentido la práctica deportiva constituye un soporte, actualmente indispensable, para alcanzar los objetivos educativos. En la educación física, por encima de la búsqueda del rendimiento se sitúa la creación de hábitos y actitudes positivas y favorables a la práctica deportiva. Para conseguirlo, se deben eliminar aquellas prácticas de excesivo rigor técnico, fomentando, en cambio, aquellas otras que resultan más motivantes en su desarrollo.

El *entrenador o el técnico deportivo*, en cambio, vinculado, generalmente a una sola práctica deportiva y con una visión más restringida, buscará mayoritariamente la consecución de un resultado. La iniciación deportiva supondría la primera fase de una orientación hacia el éxito, basándose en los modos más rentables para la enseñanza de la técnica.



Esta iniciación podrá tener diferentes orientaciones, siendo la mayoría de las veces el propio profesional quien orienta a sus alumnos hacia alguna de éstas:

- El deporte recreativo. Aquél que es practicado por placer y diversión, sin importancia del éxito.
- El deporte competitivo. Aquél que es practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse uno mismo, buscando el éxito deportivo.
- El deporte educativo. Aquél cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y potenciar los valores del individuo.

Cada niño se decide (o deciden por él) por una actividad físico-deportiva en función de alguno de estos aspectos. En cualquier caso, lo que siempre es necesario es que el practicante aprenda los aspectos técnicos y tácticos sobre los que se fundamenta el deporte en cuestión sea con carácter recreativo, competitivo o de formación.

El proceso de iniciación debe hacerse de forma paulatina y acorde con las posibilidades y necesidades de los individuos. Generalmente, se comienza por prácticas simplificadas y polivalentes, tales como juegos, para ir, progresivamente, aumentando la complejidad y llegar a la práctica deportiva en sí. Asimismo, se procura, en el caso de niños/as, que no se especialicen con demasiada premura.

En un principio, es conveniente tomar contacto con diferentes deportes y de diferente tipo, por ejemplo, deportes individuales (atletismo, natación, gimnasia, etc.), deportes de adversario (judo, tenis, etc.), deportes de colectivos (baloncesto, voleibol, etc.); y posteriormente irse definiendo por aquellas prácticas más acordes con las posibilidades físicas del futuro deportista.

Una buena iniciación se caracteriza por permitir la máxima inclusión y participación. Admite que los que tienen talento deportivo puedan progresar en una especialidad, pero que en cualquier caso todos adquieran hábitos y afición al deporte y estén ilusionados por su práctica.

Uno de los peligros más comunes por parte de profesores deportivos es pensar que todos sus practicantes pueden llegar a ser campeones. Esta idea lleva, en ocasiones, a exigir del niño/a mucho más de lo que realmente puede dar de sí, llegando, algunas veces, a despertar rechazos a la práctica deportiva en cuestión. Asimismo, incita a



descartar a aquellos niños/as que por sus condiciones se percibe claramente que no llegarán al éxito en esa disciplina.

Por otra parte, el autor cubano Noa (2016) define qué; “La iniciación deportiva es el proceso de enseñanza-aprendizaje donde se estimulan las capacidades, habilidades, conocimientos y valores propios de una especialidad deportiva, respetando las particularidades de las edades” (p.75). Este autor, reconoce que la iniciación deportiva en Cuba se mueve en dos contextos el primero como actividad extraescolar en el Deporte participativo o deporte para todos, como extensión del aprendizaje de los contenidos de la Educación Física y el otro en el área deportiva especializada, orientada al deporte de rendimiento.

Noa (2016) reconoce en la iniciación deportiva un sentido estrecho y un sentido amplio. El primero, (sentido estrecho) está asociado a las características del deporte que se desarrolla en el espacio físico de la escuela y como componente y complemento de las clases de educación física.

En el segundo, (sentido amplio) la iniciación deportiva abarca toda actividad físico-deportiva que se practica en el contexto de la comunidad (centros escolares, áreas deportivas, escuelas deportivas, instalaciones comunales, entre otras) por niños y jóvenes, en edad escolar, con un sentido participativo - recreativo o competitivo, tanto durante, como fuera, del curso escolar.

Estas aportaciones se ajustan a las ideas definidas por López (2009) en relación a la práctica deportiva escolar. En consecuencia, se comparten los criterios de Noa (2016), asumiendo que independientemente de la finalidad de la práctica deportiva del Judo, siempre esta será mediatizada por el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.1.2 La edad de iniciación a la práctica deportiva del Judo.

Existe cierta disparidad de opiniones en lo concerniente al momento de iniciación según sean los deportes practicados, el tiempo en el que puede comenzar la especialización y la edad en la que se alcanzan los máximos resultados. Para Durand, (1988) la edad media es del orden de los once años, pero en ciertos casos puede organizarse una práctica bastante intensa ya a los cinco años

Según Le Boulch (1991), el deporte educativo puede ser aplicado al concluir la etapa de educación psicomotriz, es decir a partir de los 8 o 9 años. Pudiendo a partir de esta



edad utilizar el deporte como un medio de educación psicomotriz, a condición de que se desmarque de la pedagogía del aprendizaje deportivo tradicional.

Para Diem (1979), la capacidad para el juego y la competencia en grupo comienza a los 5 o 6 años de edad. A esa edad los niños ya comprenden que el deporte y los juegos de movimiento requieren la colaboración de otros y son, aunque en una forma elemental procesos grupales, siendo importante para la futura capacidad deportiva del niño descubrir todo el potencial de movimiento que hay en el ser humano mediante tareas acordes con su grado de evolución individual.

En el proceso de aprendizaje motor, habitualmente hacia los 7 años, el niño/a comienza a integrar en una actividad deportiva los elementos técnicos que ha adquirido. El niño en este momento selecciona ciertos elementos técnicos entre los ya conseguidos y los incorpora a la modalidad deportiva determinada, sin necesidad de ayuda exterior. Es a partir de entonces cuando el niño está listo y su destreza motriz se vuelve auténtica actividad deportiva (Burns y Gaines, 1986)

Desde el punto de vista de las consideraciones teóricas como de las opiniones de especialistas que están trabajando en la práctica en general, la edad ideal para entrar en contacto directo con el deporte a un cierto nivel de exigencia, sería el período comprendido entre los 6 y los 12 años y que sería verdaderamente eficaz alrededor de los 9-11 años. La media de las edades mínimas es de 6 años. La media de las edades medias es de 11 años.

En líneas generales la edad de iniciación deportiva según Blázquez (1996) debe ajustarse al siguiente patrón.

Tabla 1. Representación de los momentos para la iniciación deportiva. Blázquez (1996)

PERÍODOS SENSIBLES PARA DETERMINAR LA EDAD DE INICIACIÓN DEPORTIVA			
6 años Edad precoz	9 -11 años Edad eficaz	11 años Edad media	12 años Edad especialización

Otros autores como Matveev (1988) reconoce la etapa inicial de la formación de un deportista como la etapa de formación básica. Al respecto considera que esta resulta ser el crisol donde se gesta la formación de las habilidades que precisa el atleta para consolidar, en niveles de mayores exigencias, la maestría deportiva y su experiencia motriz.



Pintor (1989), es del criterio que esta fase tiene como prioridad que el niño adquiera las nociones básicas del deporte, que se familiarice con él y comience a establecer las pautas básicas de conducta psicomotriz orientadas, de modo muy general, hacia el desarrollo de habilidades específicas de la disciplina.

Navarro (2007), opina que desde el punto de vista psicológico el atleta que dispone de una base motriz amplia sufre menos cargas subjetivas y le será fácil utilizar nuevas formas en el contexto del deporte (p. 5). El autor destaca que a la formación básica se le debe otorgar una mayor importancia, pues las fallas en estas edades son difíciles de eliminar y provocan un mayor tiempo en el aprendizaje.

Es del criterio que la oferta del contenido debe ser amplia y variada con lo que concuerda el autor: “Cuanto más opciones de realizar un movimiento existan, mayor enfoque para seleccionar y enseñar se podrá dar en las etapas siguientes” (Navarro 2007, p. 6).

Hechevarría; Collazo; Falero (2006), señalan que la fase de formación básica representa el primero de varios eslabones por los cuales transita el atleta a lo largo de su vida activa en el deporte, tiene una duración aproximada de cuatro a seis años y en ella se da el proceso de iniciación deportiva (pp. 241-243).

Al referirse a las edades que enmarca la fase de formación básica Ferreiro y Sicilia (1988, p. 111) sostienen que se caracterizan por la presencia de periodos críticos o las denominadas fases sensibles que se definen como el momento específico en que el organismo reúne determinadas condiciones morfológicas y funcionales propicias para la adquisición y desarrollo de determinados rasgos o cualidades, durante el cual se produce una influencia particular de un área del organismo en desarrollo y/o del ambiente imprescindible para la aparición de una cualidad.

Los documentos rectores que norman la práctica deportiva del Judo, ya sea en el eslabón de base (Combinados Deportivos) o en alto rendimiento (EIDE y Academias provinciales) desde su implementación en 1976, plantean las edades de inicio en la práctica del Judo. Al respecto Jiménez (1991) plantea en el Programa de preparación del deportista que, los 5 o 6 años de edad es el momento para iniciar la práctica de este deporte en los combinados deportivos. En este documento se hace referencia a estas edades como la categoría inicial para la práctica del Judo.



Por su parte Leiva y Mesa (2007) y Mesa y Becali (2017) definen como las edades propicias para iniciar la práctica del Judo a partir de los 9 años, con la categoría 9 / 10 años)

En este sentido y tomando como referencias las ideas de (Ferreiro y Sicilia 1988), Navarro (2007), el autor de la investigación considera que la iniciación deportiva es un proceso que se ajusta a las particularidades de los practicantes y de la especialidad deportiva y está determinado por factores sociales que inciden directamente en su desarrollo.

2.1.3 Factores que intervienen en la práctica del Judo durante la iniciación deportiva.

Tal y como se enuncia en el epígrafe anterior la iniciación deportiva está supeditada a diferentes factores, al respecto Martínez (2005) considera como factores que intervienen en la iniciación deportiva los siguientes:

- Las características del sujeto que aprende.
- Las características de la actividad deportiva.
- Los objetivos que se pretenden alcanzar.
- Los planteamientos pedagógicos o métodos didácticos.
- El contexto.
- El sujeto

Tanto si el sujeto que aprende es un niño como si es un adulto, se deben tener en cuenta las características de ese sujeto que aprende. Dentro de esas características se deben considerar:

- Las capacidades físicas básicas, si tienen una formación básica anterior, etc.
- El período de la vida del individuo en que se encuentra, la etapa de crecimiento; no es lo mismo edad cronológica que edad biológica.
- La personalidad y el comportamiento del individuo.
- Valorar la motivación hacia la práctica deportiva general y en particular a ese deporte en concreto. Esta motivación puede ser motivación intrínseca o motivación extrínseca.
- Su acervo motor y su experiencia motriz.
- Su capacidad de aprendizaje.



- Las condiciones de salud física, psíquica y social.
- Y todos aquellos factores que puedan influir en su personalidad y en su comportamiento.

Aspectos a considerar en la práctica del judo en niños de 6 a 12 años

Este período es muy importante porque la evolución de las estructuras nerviosas es rápida. Es la edad favorable para el aprendizaje de los gestos. Así pues, habrá que perseguir la adquisición de las “habilidades motrices de base” evitando estereotiparlos por la repetición. Y en el caso de que busquemos en la enseñanza del judo la eficacia como objetivo prioritario, estaremos bloqueando la búsqueda de la iniciación a un sistema de funcionamiento únicamente adaptado al judo, es lo que hará perder a esta actividad toda la riqueza de la dimensión educativa.

Podemos establecer diferentes características del sujeto que aprende entre los 6 y 12 años:

- Necesidad de movimiento

A esta edad los niños tienen una incesante necesidad por moverse, no pueden “estar quietos”. Esto debemos aprovecharlo en la sesión y darles la posibilidad de actuar, dando mayor importancia a la demostración que a la explicación. No obstante, debido a la todavía fragilidad del organismo en estas edades debemos saber jugar con los tiempos de recuperación activa durante la sesión.

- Necesidad de desarrollo cardiopulmonar

Podemos ayudar al desarrollo natural mediante el dominio de la función respiratoria, planteando ejercicios que aceleren la respiración, haciendo trabajar todo el tejido pulmonar particularmente las zonas altas de los pulmones que son poco solicitadas en la respiración normal.

- Necesidad de gimnasia vertebral

Debemos contribuir a una constitución equilibrada, intentando trabajar la simetría de los movimientos por ambos lados, y a la adquisición de una flexibilidad articular homogénea y suficiente.



- Necesidades musculares

No se trata de desarrollo sino de preparación técnica y fisiológica al esfuerzo tan importante realizado en los años posteriores. El trabajo de tronco en particular será realizado mediante la iniciación a una musculatura adaptada de las regiones abdominal y dorsal.

- Necesidades psicológicas

Existe una inestabilidad relativa en estas edades que no permite la atención durante mucho tiempo, por lo que deberemos crear un gran interés en los niños, llamarles la atención, y la variabilidad de los ejercicios y las forma jugadas son la clave.

Las características de la actividad deportiva

Las características del deporte, de su estructura y de su dinámica van a ser un factor significativo, pues en función de ellas se será más apto para una u otra modalidad deportiva. Si un sujeto posee las aptitudes que solicita un determinado deporte tendrá más opciones de triunfar en él.

El tipo de deporte en el que se va iniciar el sujeto va a ser fundamental a la hora de seleccionar las estrategias y la metodología a utilizar por el profesor deportivo, así como las propuestas pedagógicas idóneas.

El judo se trata de un deporte sociomotriz de oposición, donde a partir de una serie de patrones motrices. Solicitan una puesta en práctica de los mismos en el momento adecuado y ante la situación precisa, donde influirá la presencia del oponente y su comportamiento.

Desde el punto de vista profundo el judo es:

La búsqueda de la supremacía, donde el objetivo es el cuerpo del otro el uke, considerado como; oponente, rival, adversario, contrario.

La caída al suelo significa la derrota Desde el punto de vista de las tareas la actividad consiste en:

- Procesos habituales de reequilibración; presa de apoyo de todas las partes del cuerpo sobre el cuerpo del oponente.
- Trabajo sobre la manipulación del cuerpo del oponente (controlar, agarrar, puesta en movimiento del cuerpo del otro con todo el cuerpo).



- Una tarea que trata de un espacio: sin relación con el espacio del compañero donde la lucha es episódica, a los espacios interdependientes donde es intensa.

Características del Judo:

Judo de pie (tashi waza): coordinación, rapidez y fuerza del tren superior e inferior, agilidad, actividades posturales, etc.

Judo al suelo (ne waza): fuerza de extensión, de flexión, de rotación de tronco, fuerza estática del tren superior, flexibilidad, etc.

Los objetivos que se pretenden alcanzar

Los objetivos del deporte en estas edades (deporte en edad escolar) debe ser coincidente con los objetivos educativos de la educación física escolar.

- Ampliación del acervo motor de habilidades motrices deportivas
- Perfeccionamiento y progreso en la ejecución
- Disposición para el rendimiento
- Favorecer la socialización: cooperación-integración
- Lograr la emancipación y autonomía
- Orientación y adaptación deportiva
- Opcionalidad a la especialización deportiva

Los métodos didácticos

De la misma forma que la técnica de combate evoluciona, la pedagogía del aprendizaje debe crearse su propia evolución. Esta noción concierne dos aspectos:

- El contenido del aprendizaje propuesto (la técnica).
- La forma de abordarla (la pedagogía)

El profesor no debe explicar una técnica, demostrarla y hacer que la practiquen, sino que él debe:

- Describir una posición original: “uke (quien recibe la acción) está en posición de defensa a cuatro patas y tori (quien realiza la acción) busca formas de darle la vuelta.
- Observar los esfuerzos de los alumnos por dar diferentes y nuevas soluciones.
- Retener las soluciones eficaces, para con sus conocimientos y las de los alumnos, llegar al dominio de las ejecuciones.



- Hacer realizar a los alumnos la secuencia establecida para conseguir la automatización.

El alumno va ahora a reproducir un esquema motor sobre un fondo preestablecido de búsqueda de soluciones a los problemas planteados. Esta exploración que precede al aprendizaje favorece al alumno, a la vez la asimilación kinestésica, la motivación a la práctica y la confianza en sus medios para resolver los problemas planteados.

Atendiendo a este planteamiento pedagógico deberemos solo indicar las direcciones generales de la solución, permitiendo así al alumno elaborar su propia solución, que será ciertamente eficaz dentro de su nivel, pero mostrando algunas diferencias con respecto al de los deportistas de élite.

El profesor planteará las situaciones problema y el alumno adaptará las diferentes soluciones a sus características físicas, a los diferentes adversarios y situaciones. Y con la práctica y corrigiendo los posibles errores de sus secuencias técnicas, cada judoca podrá llegar a elaborar su propio judo.

El contexto

Las características del sujeto y las de la actividad en la que se va a iniciar son elementos fundamentales y condicionales básicos, que se ven completamente con el contexto en el que se ubican ambos.

No es lo mismo si la actividad se contextualiza en un ambiente educativo como puede ser la escuela, que si éste es un ambiente eminentemente competitivo/de rendimiento como pudiera ser el seno de un club deportivo o recreativo, donde se pretende ocupar un tiempo de ocio de forma activa. Los fines de la actividad son distintos y por tanto las características del proceso de iniciación deportiva deben ser diferentes.

El contexto también puede estar íntimamente relacionado con el sujeto porque no es lo mismo nacer en una familia cuyos miembros son practicantes e incluso federados de una determinada modalidad deportiva que en una familia indiferente ante la práctica deportiva.

Las dificultades para disponer de instalaciones o materiales necesarios para la práctica de una u otra modalidad deportiva va a suponer otro elemento importante a la hora de valorar la iniciación en un deporte.



2.1.4 Fases de la iniciación deportiva en la enseñanza del judo

La iniciación es la acción o efecto de iniciar o iniciarse, desde este punto de vista y contextualizado a la práctica deportiva, un individuo puede comenzar a practicar un deporte en cualquier momento de su vida y por tanto enfrentarse o verse inmerso en una iniciación deportiva.

Atendiendo al objeto de estudio de esta investigación al referirnos a la iniciación deportiva hacemos énfasis en la que se desarrolla en la edad escolar. Cabe destacar que esta iniciación deportiva escolar como se explica en el anterior epígrafe está determinada por diversos factores.

Internacionalmente las características de cada deporte determinan las etapas más adecuadas para la formación de los deportistas. Sin embargo, no existe homogeneidad en cuanto a las etapas y a qué edades comprende cada uno, incluso hay divergencias de criterios en la misma disciplina.

Diversos autores coinciden en señalar tres fases principales:

- La de formación básica
- La de desarrollo o enseñanza
- La de perfeccionamiento

Teniendo en cuenta los estadios evolutivos del sujeto y el nivel de maduración psíquica, motriz, así como de coordinación, puede considerarse la edad de inicio en torno a los 10 años. Recalcamos que esta edad debe ser de inicio a la práctica de un deporte de lucha y no a la lucha. (Amador, 1990).

Según este autor, a pesar de que existen clubes y escuelas en las que admiten niños a partir de los 6 años e incluso antes, en estas edades se pueden establecer algunas fases en las que se deben estructurar actividades y juegos de oposición y lucha, sin que necesariamente se tenga que practicar un deporte concreto.

Amador, (1990) distingue las siguientes fases de la iniciación a la enseñanza de los deportes de lucha:

Etapas de pre-lucha:

- Fase de aproximación macrogrupal
- Fase de aproximación microgrupal



Etapa de lucha:

- Fase de aproximación dual
- Fase del dominio técnico-táctico
- Fase de perfeccionamiento

Tabla 2. Fases de la iniciación a la enseñanza de los deportes de lucha (Amador 1990)

Etapas	Fases	Edad (años)	Estructura de la actividad	Estrategias
Pre-lucha	Aprox. Macrogrupal	6-8	Juegos de oposición juegos de lucha	Metodología global instructiva
Pre-lucha	Aprx. Microgrupal	8-10	Actv. de lucha juegos oposición juegos de lucha	Meto. Global instructiva participativa
Lucha	Aprox. Dual	10-12/13	Juegos de lucha deporte de lucha	Met. Global- analítica Instruc-particip.
Lucha	Dominio técnico- táct.	12/13-15	Deporte de lucha	Met. Mixta participa-emancipativa
Lucha	Perfeccionamiento	16 y +	Deporte de lucha	Met. Mixta emancipativa

Carratalá (1996), establece varias etapas en el proceso de enseñanza- aprendizaje del judo, estableciendo la etapa de iniciación de los 6-8 años. Establece las siguientes etapas:

- La iniciación: 6-8 años (del cinturón blanco al amarillo)
- El perfeccionamiento global: 9-12 años (del cinturón amarillo al verde).
- El perfeccionamiento individualizado: 13-15 años (del cinturón verde al marrón)

En Cuba se aborda la iniciación deportiva como un estadio pedagógico (según el *Sistema de Control Técnico- Metodológico* del Departamento técnico metodológico de la Dirección de Alto rendimiento INDER), que se orienta hacia la formación y promoción de atletas para el alto rendimiento. Varios son los términos que se relacionan con la iniciación deportiva, y que, a su vez, constituyen las etapas de este proceso, aunque oficialmente así no se reconozca, pues la diferencia en la práctica deportiva para la totalidad de los deportes está marcada a partir de estos términos.



Estas etapas están estrechamente relacionadas con las edades de iniciación a la práctica de cada disciplina deportiva, y por tanto se organizan de manera escalonada, ascendente, selectiva y exclusiva. En este caso nos referimos a los términos; *reserva deportiva, atleta perspectiva inmediata*.

Se reconoce como reserva deportiva para el eslabón de base; al grupo etéreo que conforma la matrícula en la categoría inicial del deporte. Al respecto se plantea que la reserva deportiva está orientada hacia *niños, adolescentes y jóvenes que se inician en la práctica del deporte o disciplina deportiva y que no forman parte de la matrícula de las EIDE y de las Escuelas Nacionales de Formación de Atletas*. (Reunión Nacional de Alto Rendimiento, mayo 2014, Ciego de Ávila).

Se reconocen como alumnos perspectiva inmediata para el eslabón de base; al grupo etéreo que conforma la matrícula subsiguiente a la de iniciación y a la vez es la antesala para el ingreso al centro de alto rendimiento provincial. Se sobreentiende que estos alumnos ya fueron en la categoría anterior reserva deportiva, y por sus condiciones (somáticas o físicas) pueden acceder al centro de alto rendimiento.



2.2 MATERIAL Y MÉTODOS.

Se asume esta investigación desde un diseño de investigación no experimental, realizando un estudio de tipología descriptiva del campo de acción declarado.

2.2.1 Muestra seleccionada.

Teniendo en cuenta las características del tipo de investigación, se trabajó con diferentes muestras la cual quedó constituida por; las instalaciones deportivas de la provincia Sancti Spíritus en las que se desarrolla la práctica del Judo en la iniciación deportiva, los profesores deportivos que asumen esta responsabilidad, el metodólogo provincial del deporte Judo y el Jefe de Cátedra de la institución provincial de alto rendimiento.

Las características de estas muestras se describen a continuación:

- Instalaciones deportivas.

MUNICIPIO	COMBINADO DEPORTIVO	LOCALIZACIÓN DEL ÁREA
Sancti Spíritus	Julio Antonio Mella.	Tello Sánchez s/n
	Eduardo García.	Cuartel Viejo
	Marcelo Salado	Polideportivo (reparación)
Cabaiguán	Mártires de Cabaiguán	Sala Techada
Jatibonico	Mártires Barbados	Máximo Gómez s/n
Fomento	Daniel Alberto Calderón	Dirección municipal de deportes.
Trinidad	Renan Turiño	Estadio de béisbol

- Recursos humanos (Profesores deportivos, metodólogo y jefe de cátedra)

MUNICIPIO	Cantidad de profesores frente a alumnos	Media de años de experiencia
Sancti Spíritus	5	9.3
Cabaiguán	3	3.4
Jatibonico	2	2.8
Fomento	1	5
Trinidad	1	7
Metodólogo provincial	9 años de experiencia en el cargo. 5 dan en Judo Especialista en Judo para el alto rendimiento.	
Jefe de cátedra	5 años de experiencia en el cargo. Licenciado en Cultura Física. Cinturón Negro 4. dan	



2.2.2 Métodos y técnicas empleados.

Se emplean durante el proceso investigativos métodos del nivel teórico y del nivel empírico que se corresponden con el diseño de investigación mixto, pues se emplean métodos de la investigación cualitativa y métodos de la investigación cuantitativa.

Del nivel teórico.

El inductivo-deductivo: Permitió la valoración del estado actual en que se expresa el campo de la presente investigación y la determinación de sus causas, propiciando arribar a importantes inferencias y regularidades.

El analítico-sintético: Se utilizó en el estudio y procesamiento de la información recopilada producto a la aplicación de las técnicas e instrumentos seleccionados.

Del nivel empírico.

Análisis de documentos: Permitió determinar las regularidades que presentan los documentos para la planificación y organización de la práctica del Judo en la iniciación deportiva. Se trabajo con; la Estrategia del deporte Judo para el ciclo olímpico 2016/2020, el Sistema de control técnico metodológico y el Programa integral de preparación del deportista de Judo.

Entrevista: Permitió conocer las particularidades individuales de los profesores deportivos, así como los aspectos relacionados con el practicante sistemático. Se trabajo con una entrevista semiestandarizada e individual, fueron entrevistados todos los profesores y directivos seleccionados como muestra.

Observación científica: Permitió conocer las particularidades de las instalaciones deportivas en cuanto a la su estado constructivo y condiciones en que se desarrolla la práctica del Judo en la iniciación deportiva. Se realizaron observaciones al 100 % las instalaciones donde se desarrolla la practica el Judo en la iniciación deportiva. Se empleo una observación estructurada no participante.



2.2.3 Metodología empleada

Para el proceso investigativo se consideraron tres categorías fundamentales; instalaciones deportivas, profesor deportivo y matrícula deportiva. Estas categorías fueron conceptualizadas y se les determinaron dimensiones y sus respectivos indicadores los cuales permitieron dar cumplimiento al objetivo general de la investigación. A continuación, se muestra el tratamiento dado a cada categoría de investigación.

Instalaciones deportivas:

Espacio acondicionado con los implementos necesarios para utilizarlos en la práctica de determinados deportes (Hernández y Suárez, 2007, p. 82)

Tabla 3. Dimensiones e indicadores para el estudio de la categoría instalaciones deportivas

DIMENSIÓN	INDICADORES
Infraestructura	Locación
	Estado constructivo
	Cubierta
Higiénico - sanitario	Agua potable
	Baño sanitario
	Camerino
	Iluminación
Recursos materiales	Ventilación
	Superficie de practica
	Medios para el desarrollo de capacidades físicas
	Muñecos
	Judogui

Profesor deportivo:

“Es el pedagogo que dirige todo el proceso de formación del individuo por medio del conocimiento y la práctica de una actividad física reglada, con un perfil lúdico y recreativo, que contempla un posible futuro rendimiento a medio y largo plazo, asegurando una correcta orientación educativa del deporte y una adecuada formación de los que participan en su iniciación”. (Rodríguez, 2015)



Tabla 4. Dimensiones e indicadores para el estudio de la categoría profesor deportivo.

DIMENSIÓN	INDICADORES
Grado en Judo	Kyu / Dan
Nivel profesional	Tec. Medio / Licenciado / Especialista / Máster
Actualización deportiva	Curso de reglas y arbitraje
	Curso técnico metodológico
Fondo de tiempo	Horas diarias para atender la práctica del Judo
	Otras actividades que completan el fondo de tiempo

Matrícula deportiva

” Listado oficial de nombres que se anotan para la práctica de una disciplina deportiva determinada” (Hernández y Suárez, 2007. p 97)

Tabla 5 Dimensiones e indicadores para el estudio de la categoría practicante sistemático.

DIMENSIÓN	INDICADORES
Forma de Captación	Procederes utilizados (planificación, organización, ejecución y control)
	Período en que realiza las captaciones
	Actividades que realiza
Reserva deportiva	Matrícula categoría 9-10 años
	Reserva deportiva 9-10 años
	Horario y frecuencia semanal de trabajo
	Asistencia a clases
Alumnos perspectiva inmediata	Matrícula categoría 11-12 años
	Reserva deportiva 11-12 años
	Perspectivas inmediatas
	Horario y frecuencia semanal de trabajo
	Asistencia a clases



2.2.3. Análisis e interpretación de los resultados.

El estudio de la situación actual de la práctica del Judo en la iniciación deportiva se realizó en un primer momento a partir del método de **revisión de documentos**, con la finalidad de recopilar información acerca de las orientaciones e indicaciones que deben cumplirse durante el ciclo olímpico establecido, así como para valorar la planificación del proceso por parte de los decisores (metodólogo provincial). La revisión se efectuó bajo el empleo de una guía (anexo 2). Este análisis permitió determinar cómo aspectos de interés los siguientes:

Estrategia del deporte Judo para el ciclo olímpico 2016 / 2020

Se concibe la iniciación deportiva solamente para la práctica del deporte con fines competitivos, en busca de resultados deportivos, enfocándose solamente en la conformación de la reserva deportiva y los alumnos perspectiva inmediata.

Se establece un proyecto de trabajo que aborda la selección, formación y promoción de la reserva deportiva.

Se elabora sobre la base de los resultados de la matriz DAFO, en relación a la práctica del Judo en la iniciación deportiva o en la base la estrategia destaca lo siguiente:

Debilidades

1. El trabajo con la reserva deportiva en la base es limitado
2. Limitaciones en la preparación técnico y profesional de los entrenadores en la base.
3. No se ha logrado que el Consejo de Ciencia e Innovación Tecnológica (CCIT) de nuestro deporte funcione de forma eficaz y eficiente.
4. El desarrollo de competencias a nivel de combinados, municipal y provincial resulta insuficiente.
5. Pobre masividad de la práctica del Judo en la base, debido a las limitaciones de horario para la práctica deportiva a este nivel, condicionado en cierta medida por los incumplimientos del Convenio INDER / MINED.
6. Deterioro de las instalaciones deportivas y déficit de judoguis y lonas.
7. Limitaciones en el control al trabajo técnico metodológico en cada nivel y desde los niveles superiores de dirección.
8. Ubicación de entrenadores de Judo como profesores de Educación Física.



Sobre la base de las debilidades anteriores la estrategia establece como **prioridades de trabajo**

1. La selección, formación y promoción de las reservas deportivas.
2. Promover la efectividad del sistema competitivo a todos los niveles, centrando la atención en los incrementos de las competencias de base (combinados, municipales y provinciales) y la organización de los eventos nacionales.
3. La superación de nuestros directivos y entrenadores a todos los niveles, centrando la atención en la elevación del nivel técnico y el desarrollo de las habilidades profesionales y la maestría pedagógica.
4. La formación, superación y evaluación de árbitros nacionales e internacionales, potenciando la evaluación de internacionales.
5. La generalización de la actividad científico-técnica a todos los niveles, centran-do la atención en la producción científica intencional y la generalización de los resultados
6. Aplicación del Programa Integral de Preparación del Deportista elaborado para el actual ciclo, controlando de forma sistemática y rigurosa su empleo.

A partir de las prioridades de trabajo se establece un sistema de acciones entre las acciones que se encaminan a desarrollar la práctica del Judo en la base se destacan las siguientes:

1. Iniciar la selección de talentos durante el desarrollo de los eventos: Competencia Provincial categoría 9/10 años y la Copa Pionero Nacional categoría 11/12 años respectivamente, y luego, darle seguimiento en las categorías sucesivas.
2. Enriquecer el sistema de selección de talentos con la aplicación de estudios científicos realizados sobre el tema.
3. Definir en los Colectivos de Catedra de los respectivos niveles, los posibles API a seleccionar durante los recorridos provinciales.
4. Durante el recorrido provincial Alto Rendimiento seleccionar los API (posibles nuevos ingresos del curso siguiente).
5. Durante los eventos correspondientes dar seguimiento a los API (posibles nuevos ingresos para el curso siguiente).



6. Realizar pruebas físicas, técnicas, tácticas, médicas y psicológicas a los API (posibles nuevos ingresos para el curso siguiente).
7. Analizar en los Colectivos de Catedra de los respectivos niveles, las propuestas de posibles bajas y posibles nuevos ingresos para el curso siguiente.
8. Analizar en reunión de la Comisión Técnica, las propuestas de posibles bajas y posibles nuevos ingresos para el curso siguiente.
9. Entregar a los Departamentos de Alto Rendimiento, las propuestas de posibles bajas y posibles nuevos ingresos para el curso siguiente.
10. Ejecución del proceso de entrega pedagógica.
11. Realizar concentrado en el equipo provincial de los posibles nuevos ingresos para el curso siguiente, en el marco del mismo, realizar pruebas médicas, técnicas y psicológicas.
12. Asegurar el proceso de matrícula de los nuevos ingresos.

Programa integral de preparación del deportista de Judo. 2016 / 2020

Al igual que la estrategia se encamina hacia el entrenamiento deportivo, este aspecto lo explicita en su capítulo 1 el cual se titula “*El entrenamiento de judo en el nivel de base*”. En este sentido el documento normativo para el deporte Judo en el país plantea, como primera categoría para la práctica o “entrenamiento” del Judo, la categoría 9 / 10 años.

El programa declara los objetivos generales para estas categorías y a su vez establece las actividades que se deben desarrollar por categorías de manera dosificada.

Contradictoriamente a la intención de “*entrenar*” en la base, como anuncia el título del capítulo, el documento señala que estas categorías deben planificarse por “*programas de enseñanza*”. Así mismo se vuelve a acercarse al entrenamiento deportivo y separarse de la enseñanza, cuando plantea componentes de la preparación (preparación física, técnico-táctica, psicológica y teórica) para estas categorías del nivel de base.

Resultados de la **entrevista** al Metodólogo provincial de Judo y al jefe de cátedra de Judo del centro de alto rendimiento. Como resultados más significativos se obtuvieron los siguientes.

- En la provincia de Sancti Spíritus existen 7 espacios físicos o áreas deportivas donde destinados a la práctica del Judo en la iniciación deportiva, por municipios se comportan de la siguiente manera; 3 áreas en Sancti Spíritus, 1 área en Cabaiguán,



1 área en Jatibonico, 1 área en Trinidad, 1 área en Fomento. En relación a los municipios donde no se desarrolla la práctica del Judo (La Sierpe, Taguasco y Yaguajay) el metodólogo provincial alega que existe la posibilidad y la capacidad de empleo, no obstante, manifiesta que las limitaciones fundamentales se centran en la falta de fuerza técnica especializada con residencia en esas zonas, y la disponibilidad del espacio físico donde establecer el área, este último aspecto solo para los municipios de Yaguajay y La Sierpe.

- La Comisión Provincial de Judo, en su afán de lograr un mayor espectro para la práctica del deporte y garantizar la selección y promoción deportiva adoptó estratégicamente la opción de *profesores rurales itinerantes*, esta estrategia consiste en ubicar un profesor de Judo que se mueve por zonas rurales de los municipios conformando grupos clases, los cuales atiende con cierta frecuencia. Esta práctica tiene como característica que; las clases no son diarias, no se emplea la misma locación en todas las sesiones y el profesor debe trasladar los medios (colchones) de un lugar a otro. Los municipios en que se implementó esta estrategia son Cabaiguán y Jatibonico.
- El deporte Judo transitó desde inicios del ciclo olímpico (2016) hasta finales del año 2018 por un período de inestabilidad en cuanto a la dirección metodológica. Esta situación trajo como resultado que no se estableciera correctamente la estrategia del deporte en la provincia, así como tampoco el sistema de control técnico metodológico para cada curso escolar, documentos que no se pudieron consultar durante la realización de la investigación.
- La matrícula del centro provincial de alto rendimiento en la categoría 13 / 14 años está conformada por 8 judocas del equipo masculino y 6 del equipo femenino, de ellos solo 3 del equipo masculino y 1 del femenino son promovidos por las áreas deportivas. El resto de los judocas carecen de experiencia en el deporte. No obstante, en el pasado Campeonato Pioneril Provincial de Judo se presentaron un total de 63 judocas, representando 5 áreas deportivas, de ellos solo fueron seleccionados 3 para formar parte de la nueva matrícula de la escuela provincial de deportes.



Resultados de la entrevista a profesores deportivos.

En relación a los aspectos que caracterizan a los profesores deportivos de Judo que atienden la práctica del deporte en la iniciación, se obtuvo como resultado que;

No todos los profesores ostentan el Cinturón Negro en Judo, sin embargo, poseen experiencia en el deporte, y han alcanzado grados Kyu superiores. En relación al grado alcanzado la situación se manifiesta de la siguiente manera:

Grado Dan	6 ^{to}	5 ^{to}	4 ^{to}	3 ^{ro}	2 ^{do}	1 ^{ro}	x
Cantidad profesores	1			1	3	4	2

El nivel profesional alcanzado por los profesores de Judo se muestra de la siguiente manera.

Nivel profesional	Especialista Judo	Máster	Licenciado Cultura Física	Técnico medio EPEF	Estudiando Cultura Física
Cantidad profesores	1		6	3	4

Desde el punto de vista de la actualización deportiva solo han participado en los cursos de actualización del arbitraje, que se imparten a nivel provincial. No han participado en cursos técnicos metodológicos nacionales, así como tampoco han recibido el reciclaje correspondiente.

Al analizar las actividades que contemplan en el fondo de tiempo dedicadas a la práctica del Judo en la iniciación deportiva se pudo conocer que todos trabajan una frecuencia diaria con los grupos de iniciación, durante los días de la semana, el horario de prácticas coincide para todos los profesores a partir de las 4 y 30 pm, esta situación trae como resultado el hacinamiento de practicantes sistemáticos y el deterioro de la calidad del proceso, pues trabajan dos y cuatro grupos clases en el mismo espacio durante el mismo tiempo los días de la semana.

En relación al fondo de tiempo también se pudo comprobar que, 7 de los 11 profesores de Judo imparten clases de Educación Física en diferentes enseñanzas (primaria y secundaria), y que, a su vez, contemplan actividades del *deporte para todos* en el fondo de tiempo, sin embargo, en ninguno de los casos aprovechan estas



oportunidades para motivar hacia la práctica del Judo o realizar actividades propias de su deporte.

En relación a la matrícula se conoció que solo un profesor alega que desde los primeros meses del año inicia el proceso de captación, no obstante, lo hace de manera espontánea y sin previa organización. El resto de los profesores manifiesta que realizan las captaciones a partir del mes de septiembre, una vez que se inicia el curso escolar. El fin de las captaciones generalmente se orienta en función de completar las divisiones de peso de la categoría que atiende cada profesor, por tanto, se convierte en un proceso selectivo y exclusivo.

Los profesores alegan además que no realizan ningún tipo de actividad con carácter promocional para poder captar alumnos para el área, dígame exhibiciones, conversatorios con padres o alumnos, proyección de películas o video, etc. También comentan que no se realizan coordinaciones con los centros educacionales del territorio y que seleccionan a los practicantes a partir de la propia observación del somatotipo.

Al abordar el tema de la reserva deportiva todos los profesores aseveran tener alumnos con la categoría de reserva deportiva por divisiones de peso, curiosamente en muchos casos hay un solo alumno por división de peso y es la reserva deportiva. También llama la atención que estos alumnos reserva deportiva, que son de la categoría 9 y 10 años no siempre continúan en la categoría siguiente.

Para el caso de los alumnos perspectiva inmediata la situación no difiere mucho, están identificados e incluso hay 3 profesores que tiene identificadas reservas deportivas en esta categoría, esta cualidad de reserva deportiva se le es dada a los alumnos de nuevo ingreso en esta categoría (11 y 12 años) y que por sus características de peso y estatura “puede” ser un buen judoca.

El dato más significativo durante el análisis de la matrícula en la categoría 11 y 12 años (alumnos perspectiva inmediata) es que, todos los profesores manifiestan tener matrícula completa (16 practicantes sistemáticos por categoría) e identificados los alumnos perspectiva inmediata; e incluso, la reserva deportiva en esa categoría, pero, la promoción para el centro de alto rendimiento es de uno o ningún practicante por año.



Resultados de la observación científica.

Las observaciones a las instalaciones deportivas aportaron los siguientes datos.

- Las 7 áreas deportivas donde se desarrolla la iniciación deportiva en Judo están ubicadas en edificaciones sólidas, con espacios propios, el municipio Trinidad es el que menor espacio tiene para la práctica del deporte, están localizadas en la zona urbana de cada municipio con fácil acceso a los practicantes. De forma general el estado constructivo es bueno, y tres de ellas (municipio Sancti Spíritus) están en fase de reparación.
- Desde el punto de vista higiénico sanitario se convierte en una debilidad la falta de agua potable en 6 de las instalaciones observadas, 4 poseen camerino o espacio para cambiarse de ropa y guardar las pertenencias.
- La iluminación y ventilación de todas las instalaciones es adecuada para la práctica del Judo.
- En relación a los recursos materiales con que disponen las áreas deportivas se comprobó que el área de Sancti Spíritus 3, ubicada próxima al Coopelia cuenta con un aparato de multifuerzas, el resto de las áreas cuentan con una soga y algunos medios elaborados por los mismos profesores o padres de practicantes (pomos con arena, bolsas de arena, etc.). Los judoguis con que cuentan los practicantes son en su mayoría gestionados por los propios padres de los practicantes.

De modo general la provincia Sancti Spíritus cuenta con una infraestructura que puede permitir la práctica del Judo en la iniciación deportiva



III CONCLUSIONES

La práctica del Judo en la iniciación deportiva es pobre, propiciando poca promoción al centro de alto rendimiento de judocas sin el nivel requerido.

El Programa de preparación integral del deportista de Judo como documento para la planificación y organización de la práctica del deporte se caracteriza por; estar orientado hacia el entrenamiento deportivo y la obtención de resultados, las acciones del proyecto de trabajo para la formación y desarrollo de la reserva del deportiva en el eslabón de base no se desarrollan según lo planificado

Los profesores deportivos que asumen la práctica del Judo en la iniciación deportiva se caracterizan por poseer un grado en Judo que evidencia experiencia en el deporte, sin embargo; el nivel técnico-metodológico que poseen no es el adecuado, y se basa en la experiencia personal, por lo que no se corresponde con las exigencias de la práctica del Judo en la iniciación deportiva.

La matrícula del deporte Judo en la iniciación deportiva de Sancti Spíritus, en cuanto a; reserva deportiva y alumnos perspectiva inmediata se caracteriza por: no ser real y no es confiable, pues ambas se constituyen sobre la base de las 9 divisiones de peso, un practicante sistemático por división de peso y los alumnos perspectivas inmediatas no son promovidos al centro de alto rendimiento. Ha sido necesario promover a la EIDE atletas en edad escolar y otros no contemplados alumnos perspectiva inmediata.

La conformación de la matrícula es un proceso que se realiza de manera empírica, sin la utilización de métodos científicos, así como tampoco se realizan actividades que propicien la incorporación de nuevos practicantes al área.

La provincia cuenta con 7 áreas deportivas para la práctica del Judo en la iniciación, su estado constructivo general es favorable, no obstante, las superficies de practica no es la más aconsejable, carecen de agua potable y de medios para el desarrollo de habilidades y capacidades.



IV RECOMENDACIONES.

Se recomienda utilizar los resultados de la investigación como punto de partida para la confección de la estrategia deportiva del próximo ciclo.

Elaborar acciones que se encaminen a mejorar los aspectos que están afectando el desarrollo del Judo en la iniciación deportiva.



BIBLIOGRAFÍA

- Amador, F. (1993). *La enseñanza de los deportes de lucha*. Barcelona: INDE.
- Blázquez Sánchez, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Blázquez Sánchez, D. (199). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. España: INDE.
- Blázquez Sánchez, D. (1992). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Blázquez Sánchez, D., & Batalla Flores, A. (s/f). La edad de iniciación: vísteme despacio que voy de prisa.
- Carratalá Sánchez, E. (2007). Los juegos y deportes de lucha con agarre/judo. Una propuesta de enseñanza. *Lecturas en Educación Física y Deportes. Revista digital*.
- Carratalá, V. (1997). La enseñanza del Judo en edades tempranas. En S. Camarero, *La actividad deportiva en el ámbito escolar*. (págs. 245-267). Ed Camps.
- Carratalá, V. (2000). La iniciación al Judo. *III Jornadas internacionales de Judo*. Málaga: Unisport.
- China Pérez, S., & Peñalver Mesa, J. (1976). *Planes y programas para áreas deportivas masivas y especiales*. La Habana, Cuba: Impresora José Antonio Huelga.
- Constitución de la República de Cuba. Edición especial con fines docentes*. (Cuarta reimpresión 2008). La Habana: Ed Pueblo y Educación.
- Giménez Fuentes, F. J., & Castejón Oliva, F. (2017). Conocimiento del contenido y conocimiento pedagógico del contenido de educación física en educación secundaria. *RETOS Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación* (32), 146-151.
- Giménez, F. J. (2000). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Sevilla: Wanceulen.
- Hechevarría Urdaneta, Mirtha; Collazo Macías, Adalberto; Falero Rodríguez, Rodolfo. (2006). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. La Habana: Ed Deportes.
- Hernández Lamoth, N. M., & Suárez Tamayo, H. (2007). *Diccionario deportivo de la lengua española*. La Habana: Ed Deportes.
- Hernández Moreno J. (2000). *La Iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Aplicación a la Educación Física Escolar y al Entrenamiento Deportivos*. Zaragoza: INDE. Publicaciones.
- Instituto Nacional Deportes Educación Física y Recreación. (2016). *XXVIII Seminario Nacional de Preparación del curso 2016-2017*. La Habana: Ed Deportes.



- Jiménez Amaro, J. S. (1991). *La preparación del deportista*. La Habana: J. Antonio Huelga.
- Leiva Infante, R., & Peñalver Mesa, J. (2007). *Programa de preparación del deportista Judo*. La Habana: Editorial Deporte.
- Matveev, L. (1988). *Fundamentos generales de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Moscú: Ed Raduga.
- Mesa Peñalver, J., & Becali Garrido, A. E. (2017). *Programa Integral de Preparación del Deportista Judo*. La Habana: Ed Deportes.
- Navarro Falgóns, S. (2007). *La Iniciación Deportiva y la Planificación del Entrenamiento*. La Habana: Editorial Deportes.
- Ruiz Aguilera, A. (2012). *Teoría y metodología de la educación física y el deporte escolar*. La Habana: Ed Pueblo y educación.



ANEXOS

Anexo 1 Guía para el análisis de documentos.

Documentos: Programa integral de preparación del deportista de Gimnasia rítmica y Estrategia deportiva para el ciclo olímpico 2016-2020.

Objetivos: Constatar los objetivos y contenidos precisando las orientaciones metodológicas dirigidas a la iniciación deportiva.

Tareas para la revisión y el análisis del documento.

1. Efectuar una lectura completa del documento, analizando los objetivos y contenidos principales en relación con el propósito final de la iniciación deportiva.
2. Determinar aspectos referidos a la iniciación deportiva o deporte en el eslabón de base.
3. Comprobar si existen, o no, orientaciones para el tratamiento de la enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva. Si existen, precisar sus objetivos, métodos, técnicas y ejercicios a utilizar



Anexo 2. Guía de entrevista a los profesores deportivos

Objetivo: Conocer los aspectos más relevantes de los profesores deportivos y la matrícula con que trabajan en el eslabón de base.

Aspectos a considerar:

Datos generales

1. Municipio de trabajo:
2. Años de experiencia como profesor deportivo:
3. Grado en Judo:
4. Nivel profesional:
5. Categoría con que trabaja:
6. Matrícula real:
7. Horario de clases:
8. Lugar alcanzado en los tres últimos años en el evento provincial.
9. Evaluación del desempeño alcanzada en los últimos tres años:
10. Otro aspecto de interés:

Condiciones del área de enseñanza:

1. Posee un área fija para su trabajo:
2. Esta techada:
3. Tiene baño disponible:
4. Tiene agua corriente:
5. Tiene iluminación:
6. Tiene adecuada ventilación:
7. Otro aspecto de interés:

Condiciones de los recursos materiales:

1. Tiene algún tipo de colchón para realizar su trabajo.
2. La superficie del colchón es lisa
3. Las dimensiones del colchón son suficientes para su matrícula.
4. Posee medios auxiliares para la realización de su trabajo.
5. Posee usted el vestuario deportivo adecuado para trabajar (judogui)
6. Usa diariamente el vestuario deportivo.
7. Cuentan sus alumnos con el vestuario deportivo.



8. El vestuario deportivo es del área o propio del practicante.
9. Otro aspecto de interés

Sobre la labor de los padres:

1. Participan los padres de los alumnos en las sesiones de clases.
2. Se identifican los padres con las problemáticas existentes en el área contribuyendo a su solución:
3. Otro aspecto de interés

Sobre el desempeño profesional.

1. Trabaja usted con los documentos normativos establecidos.
2. Menciónelos
3. Recibe sistemáticamente preparación para el trabajo en el área.
4. Resulta interesante y provechosa esta preparación para su desempeño profesional.
5. Cubre usted su fondo de tiempo con otras actividades docentes fuera del área.
6. Cuál (Educación física, Deporte para todos, Recreación, Cultura Física)
7. Relaciona estas actividades con la práctica del judo:
8. Su labor fundamental en el área la encamina hacia: el entrenamiento o la enseñanza.

Sobre la matrícula

1. Trabaja todos los años con la misma categoría:
2. Realiza todos los años captaciones para su área:
3. Hace las captaciones cumpliendo con una planificación u organización de las instancias superiores (metodólogo, jefe de catedra o departamento)
4. Cuando hace las captaciones solo busca para su matrícula o para toda el área.
5. Le exigen sus superiores la realización de actividades en los centros escolares o la comunidad para motivar hacia la práctica del Judo.
6. Cantidad de alumnos promovidos por curso escolar.
7. Cantidad de alumnos que abandonan la práctica del deporte.
8. Motivos fundamentales por los cuales se abandona la práctica deportiva.



Anexo 3. Guía de observación a las instalaciones deportivas.

Objetivo: Constatar el estado constructivo y condiciones higiénico sanitarias de las instalaciones deportivas donde se desarrolla la iniciación deportiva del Judo.

Aspectos a observar.

1. Locación.
2. Estado constructivo.
3. Cubierta.
4. Agua potable.
5. Baño sanitario.
6. Camerino.
7. Iluminación.
8. Ventilación.
9. Superficie de práctica.
10. Medios para el desarrollo de capacidades físicas.
11. Muñecos.
12. Judogui.



Anexo. Resultados de la observación realizada a las instalaciones deportivas

Áreas	INDICADORES											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Sancti Stus (1)	Polideportivo	En reparación	Buena	Si	Si	Si	Buena	Buena	Buena	No	No	Algunos
Sancti Stus (2)	Cuartel Viejo	En reparación	Buena	No	No	No	Buena	Buena	Regular	No	No	Algunos
Sancti Stus (3)	Coppelia	En reparación	Buena	No	Si	Si	Buena	Buena	Mala	Si	No	Algunos
Cabaiguán	Sala techada	Bueno	Buena	No	Si	No	Buena	Buena	Regular	No	No	Algunos
Trinidad	Estadio	Regular	Buena	No	Si	No	Buena	Buena	Regular	No	No	Algunos
Jatibonico		Muy Bueno	Buena	Si	Si	Si	Buena	Buena	Buena	No	No	Algunos
Fomento	Nave del INDER	Regular	Buena	No	Si	Si	Buena	Buena	Mala	No	No	Algunos

SIMBOLOGIA

- | | |
|------------------------|-----------------------------------|
| 1. Locación | 7. Iluminación |
| 2. Estado constructivo | 8. Ventilación |
| 3. Cubierta | 9. Superficie de practica |
| 4. Agua potable | 10. Medios desarrollo capacidades |
| 5. Baño sanitario | 11. Muñecos |
| 6. Camerino | 12. Judoguis |