408303 - Judo 2

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Fonaments dels esports **Tipus matèria:** Obligatòria
Tipus assignatura: Obligatòria
Departament: Rendiment Esportiu
Idiomes: Castellà
Curs: 2n **Semestre:** 4t
Crèdits ECTS matèria: 42
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 0 **Grups teoria:** 0
Crèdits ECTS pràctica: 6 **Grups pràctica:** 1
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Pascal Tayot	Sí	6	ptayot@gencat.cat

Competències bàsiques

1. Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en un àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.
2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.
3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.
4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.
5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències generals

1. Compromís ètic (capacitat crítica i autocrítica/capacitat de mostrar actituds coherents amb les concepcions ètiques i deontològiques).
2. Capacitat d'aprenentatge i responsabilitat (capacitat d'anàlisi, de síntesi, de visions globals i d'aplicació dels coneixements a la pràctica/capacitat de prendre decisions i adaptació a noves situacions).
3. Capacitat comunicativa (capacitat de comprendre i d'expressar-se oralment i per escrit en català, castellà i en una tercera llengua, dominant el llenguatge especialitzat/capacitat de buscar, usar i integrar la informació).

4. Saber emprar les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC).
5. Desenvolupar habilitats d'adaptació a noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
6. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.
7. Actuar amb ètica i valors professionals.

Competències específiques

1. Identificar i analitzar els trets estructurals i funcionals de l'activitat física i de l'esport.
2. Adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i de l'esport.
3. Reconèixer i comprendre els diferents factors que condicionen l'activitat física i de l'esport.
4. Aplicar els coneixements adquirits en l'activitat física i de l'esport a la pràctica professional.

Objectius

- Conèixer les regles del judo de competició
- Millorar els coneixements tècnics específics del judo
- Realitzar una demostració de les habilitats motrius bàsiques en judo

Continguts

- **Bloc 1: Pràctica**
  - Domini tècnic de les tècniques de base (O soto gari, Ippon seoie nage, Morote seoie nage, De ashí Barai, Hiza guruma) en situació estàtica i de desplaçament.
  - Ampliació del contingut tècnic
    - Ne Waza: Hadaka Jime, Juji Jime, Juji gatame
    - Tachi Waza: Harai goshi, tai otoshi, Okuri ashi Barai, O uchi gari, Ko uchi gari.
  - Introducció dels conceptes de tàctica i estratègia en els esports d'oposició
    - Les combinacions
    - Els contraatacs
- **Bloc 2: Teoria**
  - Organització, reglament i sistema de competició.

Activitats formatives

Activitats dirigides

- Fórums/Debats

Classes presencials

- Pràctica d'Activitat Física i Esportiva
- Lliçó Magistral

Treball autònom de l'estudiant

- El·laboració d'apunts
- Estudi individual
- Lectures

Activitats d'avaluació

Assistència i dinàmica de participació

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Assistència entre 80 i 90 % de les classes : 0,25 punts

Assistència entre 90 i 95 % de les classes : 0,5 punts

Assistència entre 90 i 95 % de les classes : 0,75 punts

Assistència a totes les classes : 1 punt

També es valorarà el grau de participació a classe (1 punt)

Objectius associats a l'activitat

- Conèixer les regles del judo de competició
- Millorar els coneixements tècnics específics del judo
- Realitzar una demostració de les habilitats motrius bàsiques en judo

Examen teòric

Ponderació: 30%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

L' alumne haurà de demostrar el seu coneixement dels principals paràmetres a tenir en compte per organitzar una trobada o una competició infantil.

Objectius associats a l'activitat

- Conèixer les regles del judo de competició
- Millorar els coneixements tècnics específics del judo

Lluita a terra

Ponderació: 25%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

1) Realitzar demostracions d'habilitats motrius bàsiques relacionades amb el Ne waza

2) L' alumne haurà de realitzar un anàlisi tècnic mitjançant el registre i anàlisi de vídeo. Caldrà detectar i descriure les principals errades a nivell tècnic i proposar els canvis tècnics que l'executant hauria d'adoptar.

Objectius associats a l'activitat

- Millorar els coneixements tècnics específics del judo
- Realitzar una demostració de les habilitats motrius bàsiques en judo

Lluita de peu

Ponderació: 25%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

1) Realitzar demostracions d'habilitats motrius bàsiques relacionades amb el Tachi waza

2) L' alumne haurà de realitzar un anàlisi tècnic mitjançant el registre i anàlisi de vídeo. Caldrà detectar i descriure les principals errades a nivell tècnic i proposar els canvis tècnics que l'executant hauria d'adoptar.

Objectius associats a l'activitat

- Millorar els coneixements tècnics específics del judo
- Realitzar una demostració de les habilitats motrius bàsiques en judo

Requisits avaluació continuada (específics)

Característiques de l'avaluació continuada

És necessària una assistència mínima d'un 80% a les sessions pràctiques per poder acollir-se a l'avaluació continuada.

Si l'alumnat supera el 20% de faltes permeses, no tindrà dret a ser avaluat (les absències justificades per activitats esportives, visites mèdiques, etc. s'inclouen en aquest 20%).

La qualificació final de l'assignatura (global) s'obtindrà de la mitjana ponderada de les diferents activitats.
La qualificació "No presentat" -NP-, en qualsevol de les activitats, no dóna accés/dret a la reavaluació i obliga a la qualificació "NP" en la assignatura global.

Condicions específiques si l'alumnat no pot fer pràctiques o una activitat d'avaluació

1. En relació a l'assistència: L'estudiant haurà de realitzar una activitat d'avaluació alternativa en els terminis establerts.
2. En relació a les activitats d'avaluació: L'estudiant haurà de realitzar una prova d'avaluació alternativa.

Requisits avaluació única

L'avaluació única es realitzarà en un únic dia i tindrà dues proves:

Prova 1 : Un examen teòric (50% de la nota final) que es realitzarà en base a la bibliografia específica de l'assignatura.

Prova 2 : Un Examen pràctic (50% de la nota final)

L'alumnat haurà de demostrar el seu coneixement teòric i la seva competència pràctica en l'execució tècnica i ensenyament dels elements treballats a classe (Ne-waza i Tachi-waza)

També haurà de mostrar la competència per desenvolupar una classe individual, a nivell d'iniciació, amb un altre alumne o company.

L’alumne que es presenta a l’examen pràctic té l’obligació de dur una parella per poder-lo realitzar.

Per aprovar, la nota mitjana de l’examen teòric i de l’examen pràctic ha de ser superior a 5.

El alumne que tendra dret a la reavaluació serà aquell que obtingui entre 3,5 i 4,9 en la qualificació de la assignatura.

Bibliografia i altres recursos

Brousse, M., y Matsumoto, D. (1999). *Judo a sport and a way of life*. International Judo Federation.

Burger, R. (1989). JUDO (primer ciclo). Madrid, Agrupación deportiva de estudiantes y licenciados de educacion física (ADELEF).

Inogaï, T., y Habersetzer, H. (1983). *Judo pratique, du débutant à la ceinture noire*. Editions Amphora SA.

Toshiyasu, U. (1981). *Pedagogía del Judo*. Coleccion KINE de educacion y ciencia deportiva. Editorial Miñón.

Villamón, M. (1999). *Introduccion al judo,* Hispano Europea s.a.