



Fecha de presentación: 22/4/19 Fecha de aceptación: 25/9/2019 Fecha de publicación: 15/11/2019

## CONSIDERACIONES TEÓRICAS PARA LA ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LOS ELEMENTOS BÁSICOS DEL JUDO AL TASHI WAZA

## THEORETICAL CONSIDERATIONS FOR THE TEACHING-LEARNING OF THE BASIC ELEMENTS ENCOMPASSING FROM JUDO TO TASHI WAZA

Luis Leonardo León-Vázquez<sup>1</sup>; Joel Ernesto de la Paz-Ávila<sup>2</sup>; Raúl Ramón Siles-Denis<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Licenciado en Educación, especialidad Educación Primaria. Licenciado en Cultura Física. Máster en Ciencias de la Educación. Cinturón Negro 2° Dan Judo. Profesor Auxiliar. Universidad de Sancti Spíritus Facultad de Cultura Física. Email: [luisleonardo@uniss.edu.cu](mailto:luisleonardo@uniss.edu.cu) ORCID ID: 0000-0002-4370-2163 <sup>2</sup>Licenciado en Cultura Física. Master en Ciencias de la Educación. Dr. Ciencias Pedagógicas. Profesor Titular. Universidad de Sancti Spíritus. Facultad de Cultura Física. Email: [joelpa@uniss.edu.cu](mailto:joelpa@uniss.edu.cu) ORCID ID: 0000-0001-6748-3543 <sup>3</sup>Licenciado en Cultura Física. Doctor en Ciencias Pedagógicas. Maestro Emergente en Informática, Especialista en Voleibol para el Deporte de Alto rendimiento. Profesor titular e investigador del Departamento de Calidad de la Universidad de Sancti Spíritus "José Martí Pérez", Cuba. Email: [rsdenis@uniss.edu.cu](mailto:rsdenis@uniss.edu.cu), [raulsilesdenis@gmail.com](mailto:raulsilesdenis@gmail.com) ORCID ID: 0000-0001-9677-717X.

### ¿Cómo citar este artículo?

León Vázquez L. L., De la Paz Ávila, J.E. & Siles Denis, R. R. (noviembre-febrero, 2019). Consideraciones teóricas para la enseñanza-aprendizaje de los elementos básicos del judo al tashi waza. *Pedagogía y Sociedad*, 22(56), 38-60. Recuperado de <http://revistas.uniss.edu.cu/index.php/pedagogia-y-sociedad/article/view/886>

### RESUMEN

El artículo titulado Consideraciones teóricas para la enseñanza-aprendizaje de los elementos básicos del judo al tashi waza forma parte de las acciones del proyecto de investigación No Asociado a Programas Nacionales "La iniciación deportiva escolar en Sancti Spíritus, no solo medallas" que a la vez constituye una de las tareas del informe de Tesis Doctoral relacionada con la enseñanza-aprendizaje de los elementos básicos del Judo al tashi waza en la iniciación deportiva. En este trabajo se realiza un acercamiento teórico al término elementos básicos del Judo, a partir de posiciones adoptadas por diferentes autores nacionales y extranjeros, para realizar precisiones en torno a su conceptualización y así establecer una delimitación entre ellos, a partir de su contextualización para la iniciación deportiva.

**Palabras clave:** elementos básicos del Judo; enseñanza-aprendizaje; iniciación deportiva; judo

## **ABSTRACT**

This article entitled Theoretical Considerations for the Teaching-Learning of the Basic Elements Encompassing from Judo to Tashi Waza is part of the actions of the Not Related to National Programs research project: *The School Sport Initiation in Sancti Spíritus, Not Just Medals*. Additionally, it is one of the tasks of the report of a Doctoral Thesis dealing with the teaching-learning of the basic elements from judo to tashi waza in sport initiation. A theoretical approach to Judo's basic elements considering the criteria of several national and international authors is carried out. This input is crucial to specify some points for the conceptualization, as well as to establish a delimitation of concepts according to their contextualization for sport initiation.

**Key words:** teaching-learning; basic elements of Judo; sport initiation

## **INTRODUCCIÓN**

**E**l proceso pedagógico de la actividad físico deportiva, entiéndase Educación Física, Enseñanza Deportiva o Entrenamiento Deportivo, se desarrolla sobre la base de leyes y regularidades que abarcan la esfera de las ciencias pedagógicas y de las ciencias deportivas (Ruiz, 2011). De las ciencias pedagógicas se derivan las regularidades del proceso instructivo-educativo del hombre, tanto en sus conexiones regulares con el desarrollo social y con el desarrollo de la personalidad, como en las regularidades internas del propio proceso instructivo-educativo. 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.

La escuela cubana de Judo ha recorrido un largo camino que establece las bases para la consolidación de un modo nacional de formación y preparación de los judocas, la cual ha evidenciado con creces su eficacia en las hazañas deportivas realizadas por los atletas en el ámbito internacional y en el gran número de practicantes de judo que existen en todo el país.

Independientemente de estos progresos tan evidentes, en la actualidad es consenso general, que en los materiales didácticos que tratan de la técnica del judo se hace referencia comunmente a los *elementos básicos del Judo*, pues por sus características son esenciales para el desarrollo del joven judoca y como tales merecen, dentro del proceso formativo, un tratamiento pormenorizado.

La práctica pedagógica del Judo se sustenta en un diseño metodológico que tiene como plataforma el dominio y conocimiento de los elementos básicos, tanto para el tashi waza (*Judo desde la posición de pie*) como para el ne waza (*Judo desde la posición de acostado o en el suelo*). Tal sentencia se convierte en uno de los aspectos que justifican el proceso de enseñanza-aprendizaje de los elementos básicos del Judo.

Entre las problemáticas más sobresalientes en torno al tratamiento de los elementos básicos del Judo, esta es la referida a la definición del término, sus particularidades y la identificación sobre cuáles son los elementos básicos del Judo en el tashi waza.

Los criterios al respecto de esta temática son diversos. Kazuzo (1973) se refiere a 4 *fundamentos* del Judo de pie; Jiménez, (1991) define el termino elementos básicos, Inokuma y Sato (1986) mencionan 7 fundamentos básicos; Copello, (2005) redefine el término y delimita 3 elementos básicos del Judo al tashi waza; Mesa y Becali (2017) retoman el posicionamiento de Jiménez (1991) y delimitan 9 elementos básicos del Judo, para las técnicas al tashi waza.

La ausencia de una definición concreta del término *elementos básicos del Judo* y su *delimitación para los diferentes contextos* -iniciación deportiva y alta competencia- no permite comprender con exactitud cuál es la verdadera esencia y su función durante el proceso de enseñanza-aprendizaje del Judo.

El análisis de esta situación conduce al estudio de los diferentes posicionamientos teóricos relacionados con el tema y a establecer criterios que puedan contribuir a una mejor interpretación del valor de los elementos básicos del Judo al tashi waza durante la formación inicial del judoca.

Las investigaciones y documentos consultados revelan, como principales aportes, la importancia que encierran estos contenidos para el entrenamiento deportivo; no obstante, su definición y delimitación para la iniciación deportiva aún se muestran comprometidos.

En este sentido, el presente artículo tiene como objetivo realizar un acercamiento teórico al término *elementos básicos del Judo* a partir del posicionamiento de diferentes autores para realizar precisiones en torno a su conceptualización, y a la vez establecer una delimitación entre ellos, a partir de su contextualización para la iniciación deportiva.

## DESARROLLO

A criterios de Ávila (2017), en la literatura pedagógica abundan las denominaciones sobre el proceso donde tiene lugar la vinculación entre el educador y el educando. Entre ellas se encuentran: proceso pedagógico, educativo, formativo, de aprendizaje, de enseñanza, de enseñanza-aprendizaje, docente-educativo e instructivo, los que han sido caracterizados y definidos en el ámbito internacional y nacional por varios autores. En este artículo se asume como denominación *proceso de enseñanza-aprendizaje*, el que ha sido definido por: Instituto Central de Ciencias Pedagógicas ICCP (1981), Álvarez (1996), Fuentes (1998), Silvestre y Zilberstein (2000), Castellanos et al. (2001), López (2006), Ginoris (2006), Addine et al. (2007), Dorantes y Campos (2011).

A partir de estas concepciones, los autores asumen el concepto elaborado por Castellanos et al. (2002), que plantea los aspectos teóricos fundamentales para el sustento de los aportes que se presentan en este trabajo y por concebirlo como:

El proceso dialéctico de apropiación de los contenidos y las formas de conocer, hacer, convivir y ser, construidos en la experiencia socio-histórica, en el cual se producen, como resultado de la actividad del individuo y de la interacción con otras personas (p. 56).

En el ámbito de la Cultura Física, el término *proceso de enseñanza-aprendizaje* ha sido utilizado consecuentemente para referirse al proceso que se desarrolla desde la Educación Física como asignatura dentro del Sistema Nacional de Enseñanza o para referirse a la práctica deportiva donde el niño se apropia de conocimientos, habilidades y hábitos propios de una disciplina deportiva, Ruiz (2011), aborda esta idea, y aunque no ofrece una definición concreta, sí denomina al proceso que se desarrolla en la educación física y el entrenamiento deportivo como proceso de *enseñanza-aprendizaje físico-deportivo*.

En este sentido, expresa:

El proceso de enseñanza-aprendizaje que tiene lugar en la Educación Física y en el entrenamiento deportivo se fundamenta en las regularidades y principios pedagógicos que rigen de forma general cualquier proceso de enseñanza-aprendizaje, sobre la base de la teoría dialéctico-materialista del desarrollo de la personalidad (p. 65).

La enseñanza-aprendizaje en el ámbito de la Cultura física adquiere un carácter eminentemente práctico, por lo que la ejecución práctica y sistemática de un ejercicio garantiza el éxito del proceso. En este sentido cobran fuerzas las ideas abordadas por Leontiev (1903–1979), Vygotsky (1896-1934) y otros, en relación a la teoría de la actividad, la cual presupone la transformación del hombre en su propia actividad, (en este caso la práctica deportiva) al cambiar la naturaleza, él evoluciona.

Durante el proceso de enseñanza-aprendizaje del Judo, el profesor deportivo debe concebir este, acorde a las posibilidades reales de sus alumnos. La concepción y planificación de las actividades a partir de los volúmenes de trabajo y el tipo de ejercicio se realizará teniendo en cuenta las características de este deporte, las particularidades del período de desarrollo de sus alumnos, las condiciones de vida y educación en las que estos se desenvuelven, las características etáreas de su madurez biológica, física, maduración sexual y otras que complejizan su praxis pedagógica en el ámbito físico deportivo.

De esta manera, la categoría planteada por Vygotsky, situación social del desarrollo, sirve de guía y orientación metodológica, pues ella se refiere a la combinación especial de las condiciones externas e internas que determinan las particularidades específicas de una etapa determinada, y la aparición al final de cada etapa de una formación psicológica nueva y cualitativamente superior. Estas ideas de Vygotsky cobran mayor fuerza al comprender que el proceso de enseñanza-aprendizaje del Judo se concreta en la práctica pedagógica de la iniciación deportiva.

Noa (2016) subraya que: “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) y 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.

El referido autor 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 con ciertas especificidades y condiciones (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 (2006) 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.

El Judo es una disciplina deportiva que cuenta con un arsenal técnico muy variado y dinámico. Se reconocen en él casi un centenar de acciones técnicas, ya sean de proyección o de control, 66 técnicas de proyección (nage waza) y 33 técnicas de control (osae waza), (Leiva y Peñalver, 2007).

El dominio de la técnica en el Judo conduce ante todo a la posibilidad de lograr un mayor y mejor resultado en la actividad competitiva, conjugado a su vez con el desarrollo del resto de los componentes de la preparación (*táctico, físico, psicológico, teórico*). Sin embargo, dominar una técnica de Judo no es dominar un simple movimiento de brazos o piernas; es realizar coordinadamente un grupo de acciones motrices (agarrar, desplazar, desequilibrar, atacar, proyectar y caer) que conducen al resultado final. Estas acciones motrices son conocidas como los elementos básicos del Judo.

Los elementos básicos del Judo se asumen como una determinante para poder ejecutar cualquiera de las formas de proyección o control; se deben estudiar fundamentalmente durante la iniciación deportiva (primera etapa de la formación del judoca) ya que

constituyen el soporte cognitivo-motriz para asimilar todo el conjunto de elementos técnicos del Judo. Los elementos básicos son en todas las acciones fundamentos de la ejecución y punto de referencia para la corrección de errores (Copello, 2005).

En este sentido, a pesar de que en el Programa Integral de Preparación del Deportista de Judo (Mesa y Becali, 2017) no se alude a las particularidades del diseño metodológico para el proceso de enseñanza-aprendizaje, en él se propone una estructura metodológica para la enseñanza-aprendizaje de las técnicas del Judo y se define como "...la división en fases que se realiza en las técnicas de Judo, para garantizar una mejor asequibilidad durante el proceso de aprendizaje y con ello propiciar una mejor formación básica que garantice rendimientos deportivos elevados..." (p. 91).

A continuación, se plantean las cuatro fases que forman esta estructura, así como las características de ellas, las cuales se nombran tomando en cuenta la acción y finalidad que persigue cada fase.

- I. Kuzushi. Alterar o romper el equilibrio del oponente.
- II. Tsukuri. Inicio de la proyección.
- III. Kake. Parte principal de la técnica (ataque).
- IV. Nage. Proyección de la técnica.

**El kuzushi** es la acción que rompe el equilibrio del centro de gravedad, creando así una situación inestable, una alteración del equilibrio o la causal de un estado de dinámica inestable. Para que uke (compañero de practica), pueda ser proyectado, se debe: primero, *alterarle* el equilibrio, después, *romperle* su equilibrio totalmente. Por medio de fuerzas de tracción, empujes, presión, alzamiento y algunos cambios de posición en los centros de giros se logra alcanzar la alteración y rompimiento del equilibrio.

Existen dos formas de kuzushi: directo (*sen*) o Indirecto o de reacción (*sen-no-sen*)

**El tsukuri**, es el movimiento con el cual tori (el que realiza la técnica), lleva a uke a una posición adecuada para la proyección, propicia un momento y llega al kake, es así como el oponente es despojado de su área de apoyo, para su posterior proyección. El tsukuri de uke, es el movimiento que está relacionado con una posición dinámica inestable o una alteración del equilibrio. Cuando termina el tsukuri, debe uke tener una postura inestable y

ser despojado totalmente de su libertad de movimiento, por tanto, no podrá recobrarla más, hasta la última fase de la proyección.

**El kake**, es la fase principal de la técnica, cuando tori ataca y despega con cualquier parte de su cuerpo (pierna, cadera o brazo) o su cuerpo completo en caso de zutemi waza.

**El nage**: Es la fase final de las técnicas de proyección, donde después del kake el uke experimenta una fase de vuelo y cae según la valoración de la técnica en: waza ari e ippon.

Una mejor comprensión de las fases de la técnica se aprecia a partir de la representación gráfica que ofrece Copello, 2005 (ver figura 1) partiendo de la disposición estructural de la técnica en tres fases; desequilibrio, preparación y ataque (*tsukuri*, *kuzushi* y *kake*) (Jiménez, 1991).



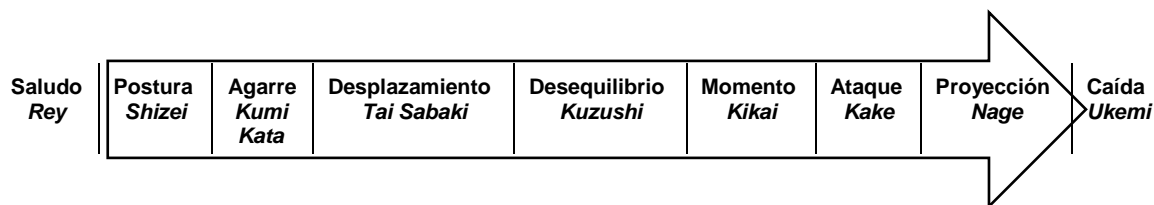
Figura 1. Fases de la técnica de Judo. Copello (2005)

El conocimiento de la estructura de la técnica constituye para los profesores deportivos el fundamento principal en la selección de los pasos metodológicos durante la enseñanza de los distintos elementos técnicos. En cambio, para los practicantes constituye el principal eslabón en la adquisición del carácter consciente del proceso, donde el conocimiento de las características generales de la actividad, en este caso la ejecución de la técnica deportiva, con toda su diversidad de formas, exige profundizar en su estructura y funciones.

Una mirada más profunda a las fases o partes que componen la estructuración de la técnica para su enseñanza-aprendizaje revela que su fragmentación conduce a los elementos básicos. Visto de esta manera, los elementos básicos se convierten en las unidades estructurales que componen la técnica del Judo los cuales se hacen visibles a partir de la fragmentación de la estructura de la técnica tal y como se muestra en la figura 2.



Figura 2. Representación gráfica de los elementos básicos del Judo como secuencia en una acción técnica al tashi waza.



Fuente: Elaboración propia (2019).

Los elementos básicos del Judo al tashi waza no son más que acciones motrices a las que se les ha concedido un valor didáctico y metodológico en el proceso de enseñanza-aprendizaje del Judo. Tal y como puede apreciarse, la Escuela Cubana de Judo asume como concepción para el proceso de enseñanza-aprendizaje un diseño que descansa en gran medida en la selección de los elementos básicos que toma como base los referentes metodológicos de China y Mesa (1984).

El diseño metodológico que propone el Programa Integral de Preparación del Deportista Judo (2017), establece a las claras la relación que se constituye entre las partes de la estructura de la técnica y los elementos básicos. La situación de aprendizaje durante el tratamiento a las técnicas de Judo es determinante; en primer lugar, se debe enseñar la ejecución técnica con el uke sin desplazamientos, y posteriormente, con el uke en desplazamientos.

Tabla 1. Partes de la estructura de la técnica de Judo al tashi waza y su relación con los elementos básicos.

Partes de la estructura de la técnica	Sin desplazamientos de uke	Con desplazamiento de uke
Parte preparatoria	Postura (shizei)	Postura (shizei)
	Agarre (kumi-kata)	Agarre (kumi-kata)
	Desplazamiento (shintai)	Desplazamiento (shintai)
Parte principal	Desequilibrio (kuzushi)	Momento (kikai)
	Momento (kikai)	Desequilibrio (kuzushi)
	Ataque (kake)	Ataque (kake)
Parte final	Proyección (nage)	Proyección (nage)

Fuente: Mesa y Becali (2017).

Este diseño ofrece un orden para el tratamiento de los elementos básicos en correspondencia con la situación de aprendizaje: **uke en el lugar** (sin desplazamientos) y **uke en movimiento**. La particularidad del orden de los elementos básicos de cada situación de aprendizaje radica en la ubicación del momento (*kikai*), el cual, durante la enseñanza con el uke en el lugar, este actúa sobre el elemento básico ataque (*kake*). En cambio, cuando se enseña el elemento técnico con desplazamientos del uke, el momento (*kikai*) actúa sobre el desequilibrio (*kuzushi*).

La concepción de que los elementos básicos del Judo son el resultado de la fragmentación de la estructura de la técnica resulta contradictoria con el modelo didáctico analizado y que se emplea en la actualidad, pues a su vez, se niega que las acciones técnicas son el resultado de la interrelación de los elementos básicos.

A pesar de la situación expresada anteriormente, el análisis de la relación que se establece entre los elementos básicos y las partes de la estructura de la técnica tiende a ser reduccionista, en el sentido que a primera vista, parece ser que los elementos postura, agarre y desplazamiento se ejecutan solo a la parte principal de la técnica y no a lo largo de toda la acción.

Una interpretación sobre la base de la dialéctica materialista de la relación que se establece entre elementos básicos y la técnica del Judo, se obtiene a través del análisis de las categorías singular o particular y universal. Lo singular, lo particular, lo universal, lejos de estar aislados entre sí, son aspectos diferentes de un todo único. Sin lo singular no hay universal: éste sólo existe gracias a lo singular. Pero lo singular a su vez, no es sino un aspecto de lo general y es inconcebible al margen de éste. En el caso del Judo, los elementos básicos no existen más que en función de la técnica y a su vez, la técnica, no puede ejecutarse sin la presencia de ellos.

A partir de estas valoraciones han surgido alternativas para el proceso de enseñanza-aprendizaje que muestran la creación de nuevas formas de gestionar y dirigir el proceso, ya sea a través de juegos (Velázquez et al. 2006), (Carratalá, 2007), (Arenas, 2016) o mediante el empleo de actividades desarrolladoras (Hernández Solís, 2014).

## **Reflexiones teóricas sobre los elementos básicos del Judo al tashi waza en la iniciación deportiva**

Para una acertada comprensión del proceso de enseñanza-aprendizaje del contenido de los elementos básicos del Judo en la iniciación deportiva es necesario precisar lo que el autor entiende por elementos básicos del Judo al tashi waza para la iniciación deportiva, su delimitación para este contexto. Para ello, se realiza un análisis de distintos conceptos y delimitaciones a partir de los cuales se deriva el significado que se le atribuye al término elementos básicos del Judo al tashi waza, así como su delimitación para la iniciación deportiva.

Una de las problemáticas más sobresalientes en torno al tratamiento de los elementos básicos del Judo es la referida a la definición del término, así como a la identificación o delimitación de cuáles deben ser los elementos básicos del Judo.

Es un rasgo común en la bibliografía consultada percibir como los autores se limitan a nombrar y mencionar los elementos o fundamentos básicos del Judo, y reconocen el valor de estos para la enseñanza-aprendizaje de los judocas, no obstante, la definición del término no es apreciable con claridad.

Kudo (1986) plantea que los fundamentos básicos que componen la técnica de pie están dados por: posición (*shizei*), agarre (*kumi kata*), desplazamientos (*tai sabaki*), desequilibrios (*kuzushi*), caídas (*ukemi*). Este autor en su obra no ofrece una definición de lo que él considera fundamentos básicos limita su estudio solo a nombrarlos.

Kolychkine (1990) no lega una conceptualización específica sobre el término, no obstante, se refirió a los mismos como: “algunas evoluciones específicas que se agrupan bajo el nombre de elementos básicos”, más adelante plantea que: “por sus características son fundamentales para el desarrollo del judoca y como tales merecen en el proceso formativo del atleta una particular atención y comprensión”

Dentro de las aportaciones que ofrece este autor a la enseñanza-aprendizaje del Judo, la cual nombró como *Judo la nueva didáctica*, está la referida a la definición de dos campos de acción; el técnico y el táctico.

Según su punto de vista los elementos básicos del Judo corresponden al campo técnico teniendo un reflejo en lo táctico.

Otros autores como, Jiménez (1991) y Copello (2005) aportan definiciones concretas que expresan la esencia de los elementos básicos del Judo.

Jiménez, en el Programa de Preparación del Deportista (1991) plantea que los elementos básicos del Judo “son los elementos necesarios para desarrollar la práctica o competencia en nuestra disciplina, implican de por sí un conocimiento técnico y práctico” (p. 105) esta definición evidencia a las claras la universalidad de los elementos básicos, teniendo en cuenta que los declara necesarios tanto para la práctica o la competencia. Se considera un aporte también la interpretación del dominio de los elementos básicos no solo desde su praxis sino también desde el punto de vista teórico.

Independientemente de ello consideremos que esta definición resulta genérica por ser aplicable tanto a la iniciación deportiva como al entrenamiento deportivo, etapas con características muy diferentes fundamentalmente es su esencia; la iniciación deportiva orientada hacia la enseñanza-aprendizaje del deporte, donde se crean las bases para el posterior desarrollo competitivo y el entrenamiento deportivo orientado hacia la especialización deportiva donde se exige del practicante un elevado dominio técnico-táctico que posibilite el aprovechamiento de los fundamentos técnicos en busca de elevados resultados.

Esta idea no pretende opacar el valor metodológico de los elementos básicos pues conocemos que aún durante el entrenamiento deportivo los elementos básicos constituyen la estructura de la acción técnica y por tanto el perfeccionamiento de estos conlleva al mejoramiento de la acción motora.

Copello (2005) considera que los elementos básicos son “aquellas habilidades más simples cuya relación expresa lo más esencial en el Judo y, constituye el soporte sobre el cual se ejecutan todas las acciones posibles de este deporte”. Todo esto a partir de su tesis (2001) donde aporta el concepto citado.

Este autor a su vez declara como elementos básicos del Judo las posturas (shizei), los desplazamientos (tai sabaki) y los agarres (kumi kata). En este sentido el autor señala tres niveles de profundidad que permiten sistematizar y proyectar el proceso pedagógico a lo largo de la vida deportiva de los judocas. Los niveles de profundidad establecidos por Copello (2005) son:

Los elementos básicos como niveles de iniciación, que incluye el trabajo individual introductorio, el trabajo en parejas respecto a la postura, el desplazamiento y el agarre.

Los elementos básicos como sostén de la estructura de las acciones ofensivas y defensivas del judo (ataques combinados, contra ataques, acciones defensivas)

Los elementos básicos como índice de maestría,

Esta propuesta, en contradicción con las ideas de Kolychkin, asume como referente una interpretación táctica del Judo como deporte de combate, tomando en consideración el modo de aplicación de las acciones, el carácter de los movimientos, así como la comunicación con la pareja de estudio o el contrario.

A juicio de los autores uno de los aportes más relevantes de la conceptualización de Copello (2005) es el reconocer a los elementos básicos como habilidades, lo cual le imprime el carácter de contenido de la enseñanza.

**El Programa Integral de Preparación del Deportista de Judo (2017)** en relación a los elementos básicos declara:

Durante la enseñanza y el perfeccionamiento de las habilidades en el Judo ocupan un lugar importante los elementos básicos, los que tienen como particularidad fundamental que constituyen atributos esenciales en el aprendizaje y son de fácil asimilación al incorporarse a la enseñanza desde el primer contacto de los alumnos con este deporte. (Mesa y Becali, p. 93).

El tratamiento dado al concepto de elementos básicos en el documento rector vigente para el ciclo olímpico 2017–2020, evidencia una intencionalidad dirigida al dominio y conocimiento de estos pues explicita que *constituyen atributos esenciales en el aprendizaje*. Al respecto se considera inapropiado desde el punto de vista didáctico reconocer a los elementos básicos como “atributos del aprendizaje”, pues esta nomenclatura resulta de poca claridad a la hora de comprender el tratamiento metodológico que deben recibir los elementos básicos en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por otra parte, es opinión de los autores de esta investigación, que en la definición expuesta en el documento vigente se minimizan y subvaloran los elementos básicos como acciones motrices al considerarlos “*de fácil asimilación*” máxime si se toma en consideración que al delimitarlos se hace referencia a los elementos momento (kikai),

ataque (*kake*), preparación (*tsukuri*), proyección (*nage*), que, como ya se explicó anteriormente su aprendizaje y ejecución demandan cierto desarrollo de las habilidades coordinativas.

A la luz de estos análisis y tomando posicionamiento epistemológico en los aportes de Kolychkin (1990), Jiménez (1991) y Copello (2005) se puede comprender con claridad la necesidad de emitir una definición de elementos básicos del Judo al *tashi Waza* que se ajuste a las particularidades de la iniciación deportiva como proceso de enseñanza-aprendizaje y que cubra tanto las expectativas de los especialistas, como las exigencias de los objetivos del presente artículo.

Por lo cual los autores de este artículo definen que: **Los elementos básicos del Judo al *tashi waza* en la iniciación deportiva son** las acciones motrices que integran el sistema de conocimientos del Judo y devienen en habilidades motrices deportivas que, a sus estructuras secuenciales para la ejecución de la técnica. Su estudio posibilita transmitir los valores educativos del Judo, así como, corregir, evaluar y reorientar la ejecución técnica en las etapas del perfeccionamiento deportivo.

Una vez definido el término elementos básicos del Judo al *tashi waza*, se hace necesario abordar la delimitación de estos para la iniciación deportiva.

Al igual que la conceptualización del término elementos básicos la delimitación de estos también ha sido abordada por varios autores independientemente de sus puntos de vista.

El Ilustred Kodokan (Kano, 1955) considerado un clásico de la literatura científica de esta disciplina deportiva dedica uno de sus capítulos a los *movimientos básicos*. Entre sus páginas se deja claramente plasmado cuales son los movimientos básicos del Judo en opinión de sus autores.

En ese entonces se consideraron como elementos básicos los siguientes: postura (*shizei*), agarre (*kumi kata*), desplazamientos (*shintai* y *tai sabaki*), desequilibrios (*kuzushi*), preparación y ataque (*tsukuri* y *kake*), caídas (*ukemi*).

Esta delimitación de elementos básicos ha servido de base para las concepciones de otros autores quienes comparten los mismos criterios acerca de los elementos básicos del Judo al *tashi waza* tal es el caso de Kazuzo, (1973).

Inokuma (1986). reconsideró las ideas anteriores e incorporó como elemento básico el saludo (*rey ho*), cuestión esta que sirve como plataforma para las concepciones marciales y educativas del Judo. La propuesta de elementos básicos de este autor no incluye el uso de la fuerza como parte de los fundamentos del Judo.

En Cuba, China (1984) con la presentación del Subsistema del deporte de alto rendimiento delimita los elementos básicos del Judo al *tashi waza*. En tanto plantea que los elementos básicos del judo al *tashi waza* son: postura (*shizei*), agarre (*kumi kata*), desplazamientos (*tai sabaki*), desequilibrios (*kuzushi*), momento (*kikai*), ataque (*kake*), proyección (*nage*) y caída (*ukemi*). En esta delimitación a diferencia de las anteriores, no se incluye el *tsukuri* y el *kake* y se incorpora el momento (*kikai*) el ataque (*kake*) y la proyección (*nage*).

Esta propuesta de elementos básicos del Judo al *tashi waza*, constituyó la guía para la conformación del modelo metodológico que actualmente se emplea en Cuba.

Kolychkine (1990), fundamentado en su “Nueva didáctica” delimita con un enfoque más sencillo los siguientes elementos básicos del Judo arriba: postura (*shizei*), agarre (*kumi kata*), desplazamiento (*tai sabaki*), desequilibrios (*kuzushi*) y caídas (*ukemi*). Esta delimitación, no ha sido muy difundida en nuestro país, pues no se ajusta al diseño metodológico que se emplea para la enseñanza-aprendizaje del Judo que asume la escuela cubana de Judo.

Con la edición del Programa de preparación del deportista (Jiménez, 1991) tomando como plataforma los aportes de China (1984) se establece para el Judo cubano los siguientes elementos básicos; Saludo (*rey ho*) postura (*shizei*), agarre (*kumi kata*), desplazamientos (*tai sabaki*), desequilibrios (*kuzushi*), momento (*kikai*), ataque (*kake*), proyección (*nage*) y caída (*ukemi*).

Por otra parte, Copello (2005), propone solo tres elementos básicos, postura (*shizei*), agarre (*kumi kata*) y desplazamientos (*tai sabaki*) alegando que los demás no cumplen la condición de ser básicos. No obstante, considera que el resto de los elementos deben ir incorporándose al aprendizaje en la medida que se va progresando en el dominio de los elementos básicos.

Leiva y Mesa (2007) en el Programa de Preparación del Deportista delimitan y expresan la esencia de cada elemento básico y sus variantes. Esta delimitación se ha mantenido vigente hasta el más reciente Programa Integral de preparación del Deportista de Judo (Mesa y Becali, 2017).

- Saludo (*Rei*)
- Postura (*Shizei*)
- Agarres (*Kumi-kata*).
- Desequilibrio (*kuzushi*).
- Desplazamiento (*shintai*).
- Momento (*Kikai*).
- Ataque (*kake*)
- Proyección (*nage*).
- Caídas (*ukemi*).

La unanimidad de criterios en cuanto a delimitación y variantes de los elementos básicos es común, los autores coinciden al expresarse en relación a la esencia y variantes de cada elemento. Como norma general los autores nacionales que han participado en la elaboración de los documentos rectores de la enseñanza-aprendizaje del Judo, China (1984), Jiménez (1991), Leiva y Mesa (2007), Federación Cubana de Judo (2014), Mesa y Becali (2017) coinciden en que; postura (*shizei*), agarre (*kumi kata*), desplazamientos (*tai sabaki*), momento (*kake*), desequilibrio (*kuzushi*), caídas (*ukemi*) forman parte de los elementos básicos del Judo al tashi waza. El saludo (*rei ho*) se incorpora como elemento básico a partir de la propuesta de Jiménez (1991). De igual manera el elemento ataque (*kikai*) no fue considerado en la propuesta de Leiva y Mesa (2007).

Al analizar las ideas de Noa (2016) en torno a la concepción de la iniciación deportiva, donde se plantea que esta consiste en el *proceso de enseñanza-aprendizaje* de una especialidad deportiva y relacionarla con la definición del término elementos básicos del Judo se puede establecer a las claras la existencia de un paralelismo entre ellas. No obstante, al estudiar la delimitación de los elementos básicos del Judo al tashi waza que se propone en los documentos normativos surge una duda *¿Son realmente todos estos elementos básicos del Judo al tashi waza factibles para la iniciación deportiva?*



Para esclarecer la anterior interrogante es preciso basarse en los estudios de Copello (2005) cuando muy acertadamente caracteriza a los elementos básicos a partir de tres ideas fundamentales; señalando lo siguiente:

**Son de estructura simple:** Las estructuras de los elementos básicos, en el sentido de que se trata de la forma más elemental en que puede descomponerse cualquier técnica. Los componentes correspondientes a una acción cualquiera pueden ser abstraídos del sistema y hasta ejecutarse aisladamente.

**Asequibles:** Por lo menos en sus formas elementales no resulta complicado ejecutar los elementos básicos y la exigencia para su aprendizaje es mínima. Cuando por primera vez comienza la enseñanza, los elementos básicos son el puente entre la ignorancia de todo lo relacionado con el judo y las acciones técnicas que son el punto de partida hacia formas más complejas.

**Universales dentro del judo:** La relación entre los elementos básicos es en todas las acciones fundamentos de la ejecución y punto de referencia para la corrección de errores, ellos son aplicados para dar lugar a los numerosos elementos técnicos que conforman el judo.

Tomando como referencia estos criterios podemos valorar si realmente los elementos básicos propuestos pueden ser asumidos durante la iniciación deportiva del Judo. En este sentido centraremos el análisis en los elementos siguientes, momento (*kikai*), ataque (*kake*) y proyección (*nage*), por considerar los más controversiales, tomando como punto de partida la definición que brinda Jiménez (1991).

Elementos básicos *Momento (kikai)* se define como; el intervalo de tiempo en el cual debe realizarse el ataque cuando el oponente se desplaza, para que la técnica aplicada logre la proyección del mismo, los momentos pueden ser: con el uke estático, cuando se desplaza o cuando inicia o termina el desplazamiento.

La enseñanza-aprendizaje de este elemento básico está sujeta a dos situaciones: estático y en movimiento (Mesa y Becali, 2017) donde:

En primer lugar, metodológicamente el *momento* cambia, altera el orden de la estructura de la técnica según la situación de aprendizaje.

En un segundo lugar, durante el movimiento el *momento* puede a su vez, manifestarse en tres ocasiones (cuando el uke se desplaza, cuando inicia el desplazamiento o cuando lo termina).

Por otra parte, el momento no puede, como dice Copello (2005) abstraerse del sistema para ejecutarse de manera aislada durante la enseñanza-aprendizaje, siendo este otro aspecto que limita su tratamiento durante la iniciación.

Es considerable en este análisis que este se sostiene en dos magnitudes físicas, tiempo y espacio, conceptos muy abstractos para ser tratados durante la práctica del Judo en la iniciación deportiva teniendo en cuenta las características de los practicantes.

Elemento básico *ataque (kake)* son las posiciones que ocupa el cuerpo de un practicante en relación con el del oponente para realizar los esfuerzos mayores para proyectarlo o para sostenerlo contra el tatami (tabla 2).

Tabla 2 Clasificación de los ataques y sus variantes

De frente	Internos	Altos, Medios, Bajos
	Externos	Altos, Bajos
De lado	Derechos	Altos, Medios, Bajos
	Izquierdos	Altos. Bajos
Por detrás	Derechos	Altos, Bajos
	izquierdos	Altos, Bajos.

Fuente: Programa Integral del Deportista Judo (Mesa y Becali, 2017).

Al respecto de este elemento básico coincidimos con las ideas de Copello (2005) cuando plantea que el ataque es una acción que encierra a todos los elementos básicos en sí, pues el *ataque* es la estructura misma de la técnica. Quiere esto decir que al igual que el *momento* también resulta imposible aislar este elemento básico de la estructura de la técnica, aspecto que denota la complejidad del mismo para su inserción dentro de la iniciación deportiva.

Además, la diversidad de tipos de ataques se corresponde con el conjunto de técnicas del Judo y no todas las formas de ataque se pueden trabajar durante la iniciación deportiva el alto nivel de complejidad de ciertas acciones técnicas.

Proyección (*nage*): Son las formas de arrojar al oponente contra el tatami con ímpetu y fuerza, las proyecciones se clasifican de acuerdo a la mayor utilización de los grupos musculares del atacante para arrojar a su oponente. Estas pueden ser: de piernas, de caderas, de brazo, de sacrificio directamente por encima de la cabeza, de sacrificio al lado. Las proyecciones en el Judo son observables a partir de la conducta que se le impone al uke como resultado del uso de las fuerzas de tracción y empuje a que es sometido y que, con el empleo de alguna parte de nuestro cuerpo es lanzado sobre el tatami. Para la realización de una proyección se exige un alto grado de coordinación motriz inter e intramuscular en estrecha relación con el desarrollo del sistema nervioso central. Aspecto este que no se logra desarrollar hasta tanto no exista un adecuado desarrollo de las habilidades coordinativas.

Tomando en cuenta los aspectos tratados anteriormente se considera que; momento (*kikai*), ataque (*kake*) y proyección (*nage*) no deben considerarse como elemento básico del Judo al tashi waza a tratar en la iniciación deportiva.

Retomando los aportes de Noa (2016) en cuanto a la conceptualización del término iniciación deportiva, quien lo considera como proceso de enseñanza aprendizaje donde se estimulan valores propios de una especialidad deportiva se asume la incorporación de un nuevo elemento básico del Judo para la iniciación deportiva, el cinturón (*obi*).

El cinturón en Judo independientemente de su función principal práctica que es mantener cerrada la chaqueta encierra un alto valor educativo y son estos últimos fundamentalmente los criterios que se tienen presente para considerarlo un elemento básico del Judo para la iniciación deportiva.

Los colores en el cinturón aparecen como parte de la estrategia del profesor Mikinosuke Kawaishi en su intención de extender la práctica del Judo en el mundo occidental. Esta idea trajo como resultado que se agruparan con cierta intención didáctica, metodológica y educativa los elementos técnicos del Judo en correspondencia con los colores del cinturón.

La intencionalidad didáctica se enmarca en la posibilidad de organizar la materia de aprendizaje por grados Kyu, siempre en orden descendente comenzando por el 6<sup>to</sup> kyu, cinturón blanco y terminando con el 1<sup>er</sup> kyu cinturón marrón. Desde el punto de vista metodológico el empleo de los colores y grado kyu favorece la organización de las enseñanza-aprendizaje de las acciones técnicas del Judo.

Se organizan las técnicas en orden de complejidad de las más sencillas para el cinturón blanco a las más complejas para el cinturón marrón. Desde una mirada educativa a cada color del cinturón o grado kyu se la ha asignado una cualidad o valor moral.

En Cuba son usado los siete colores que generalmente emplea el resto de los países del mundo y representan las cualidades que se van formando en los alumnos a través de la práctica de este deporte.

Al respecto el Leyva y Mesa (2007) relacionan la correspondencia que se establece entre el grado kyu, color del cinturón (*obi*) y cualidad que representa o simbolismo.

Tabla 3 Relación de los grados de Judo con su correspondiente color y simbolismo espiritual que lo identifica.

<b>Grado Kyu</b>	<b>Color del Obi</b>	<b>Simbolismo</b>
6° Kyu	Blanco	Ingenuidad-Pureza
5° Kyu	Amarillo	Descubrimiento
4° Kyu	Naranja	Ilusión-Amor
3° Kyu	Verde	Esperanza-Fe
2° Kyu	Azul	Idealismo
1° Kyu	Marrón	Iniciación al conocimiento
1° Dan	Negro	Profesor – Maestro

Fuente: Programa de Preparación del Deportista de Judo, (Leiva y Mesa, 2007).

El programa de grados kyu, es un documento que forma parte del Programa integral de preparación del deportista, en él se orienta hacia el contenido a impartir a los practicantes, según el nivel alcanzado y a su vez constituye la guía metodológica de organización del contenido para la enseñanza-aprendizaje del Judo.

La incorporación del cinturón (*obi*) como elemento básico del Judo en la iniciación deportiva obedece a la concepción de entender la enseñanza-aprendizaje del judo como un proceso de desarrollo integral, donde los sentimientos y cualidades que se le atribuyen a los colores del cinturón (*obi*) constituyen las células principales del proceso formativo a través del cumplimiento consciente de las normas del reglamento deportivo, el ideal aspirado referente al cambio de color en el cinturón, así como los motivos e intereses del practicante y el grupo clase como unidad social.

Concluido el análisis sobre los elementos básicos del judo al tashi waza contamos con los argumentos necesarios para delimitar a juicio de los autores cuáles elementos básicos del Judo al tashi waza deben ser abordados durante la enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva.

- Cinturón (*obi*)
- Saludo (*rei*)
- Posturas (*shizei*)
- Agarres (*kumi kata*)
- Desplazamientos (*tai sabaki*)
- Desequilibrios (*kuzushi*)

- Caídas (*ukemi*)

## CONCLUSIONES

El estudio teórico de las diferentes conceptualizaciones que se analizaron en relación al término elementos básicos del Judo, revela el rol de estos en la formación inicial de los judocas. Asimismo, permitió realizar las precisiones necesarias para su contextualización en la iniciación deportiva destacando que los elementos básicos del Judo al tashi waza son acciones motrices que integran el sistema de conocimientos de Judo y devienen en habilidades motrices deportivas y a su vez constituyen estructuras secuenciales para la ejecución de la técnica. Su estudio posibilita transmitir los valores educativos del Judo (marcialidad, disciplina, responsabilidad, ayuda mutua) así como, corregir, evaluar y reorientar la ejecución técnica en las etapas del perfeccionamiento deportivo.

Tomando en consideración las aportaciones de Copello (2005), en cuanto a la estructura Asequibilidad y Universalidad de los elementos básicos del Judo, se delimitaron para la iniciación deportiva los siguientes elementos básicos al tashi waza: cinturón (*obi*), saludo (*rei*), posturas (*shizei*), agarres (*kumi kata*), desplazamientos (*tai sabaki*), desequilibrios (*kuzushi*) y caídas (*ukemi*)

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Addine Fernández, F., Recarey Fernández, S., Fuxa Lavastida, M., & Fernández González, S. (2007). *Didáctica: Teoría y Práctica*. (2 ed.). La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Arenas Bastera, M. B., & Canales Leonart, F. J. (2016). *El Judo a través de juegos en la Educación Física*. España: (Tesis de grado). Universidad de Rioja. España

Ávila Solís, M. Á. (2017). *Atención a la diversidad de rendimiento físico en escolares de seis a diez años*. (Tesis de doctorado inédita). La Habana, Cuba.

Carratalá Sánchez, E. (2007). Los juegos y deportes de lucha con agarre/judo. Una propuesta de enseñanza. Recuperado de [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjb6sX30b\\_IAhUJrVkkHTbgCOUQFjAAegQIBBAC&url=https%3A%2F%2F3yr.yua3n3eu3i4gih2iopzph-wpengine.netdna-ssl.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2016%2F07%2Fpdf%2Fresearch5.pdf&usg=AOvVaw0TaKyaocrsQeXsIFC-BdL1](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjb6sX30b_IAhUJrVkkHTbgCOUQFjAAegQIBBAC&url=https%3A%2F%2F3yr.yua3n3eu3i4gih2iopzph-wpengine.netdna-ssl.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2016%2F07%2Fpdf%2Fresearch5.pdf&usg=AOvVaw0TaKyaocrsQeXsIFC-BdL1)

Castellanos Simons, D., Castellanos Simons, B., & Llivina Lavigne, M. J. (2002). *Aprender y enseñar en la escuela: Una concepción desarrolladora*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Castellanos Simons, D., Mora Carnet, M., & Castellanos Simons, B. (2001). *Hacia una concepción del aprendizaje desarrollador*. La Habana, Cuba: Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona".

China, S. (1984). *Sub. Sistema del Alto Rendimiento*. La Habana, Cuba: Unidad de medios de propaganda del Instituto Nacional de Deporte y Recreación (INDER).

Copello Janjaque, M. (2005). *El arte de enseñar Judo*. Venezuela: Andrés Eloy Blanco.

Dorantes, J., & Campos, G. (s.f.). *El proceso enseñanza-aprendizaje en Educación Física. Una aproximación a la competencia situada*. Recuperado de [http://www.portalfitness.com/7797\\_el-proceso-ensenanza-aprendizaje-en-educacion-fisica.aspx](http://www.portalfitness.com/7797_el-proceso-ensenanza-aprendizaje-en-educacion-fisica.aspx)

Federación Cubana de Judo. (2014). *Programa de integral de preparación del judoca*. La Habana, Cuba: Deportes.

Fuentes González, H., et al. (1998). *Modelo holístico configuracional de la didáctica*. Santiago de Cuba: material impreso CEES "Manuel F Gran".

Ginoris Quesada, O., Addine Fernández, F., & Turcaz Millán, J. (2006). *Didáctica General*. La Habana, Cuba: Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño.

Hernández Solís, E. (2014). *Metodología para el aprendizaje del gesto técnico deportivo en el Judo*. (Tesis Doctoral inédita) Villa Clara, Cuba.

Inokuma, I., & Sato, N. (1986). *Best Judo*. Japón: Kodansha.

Instituto Central Ciencias Pedagógicas (ICCP). (1984). *Pedagogía*. La Habana, Cuba. Pueblo y Educación.

Jiménez Amaro, J. S. (1991). *La preparación del deportista*. La Habana, Cuba: Unidad de medios de propaganda del Instituto Nacional de Deporte y Recreación (INDER).

Kano, J. (1955). *Ilustred Judo Kodokan*. Tokio, Japón: Kodansha.

Kudo, K. (1986). *Judo en acción, técnicas de proyección*. (2. ed.) La Habana, Cuba: Ediciones deportivas.

Kolychkini Thonson, A. (1990). *Judo Arte y Ciencia*. La Habana: Científico Técnica.

Leiva Infante, R., & Peñalver Mesa, J. (2007). *Programa de preparación del deportista Judo*. La Habana, Cuba: Deporte.

López Rodríguez, A. (2006). *La educación física mas educación que física*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Mesa Peñalver, J., & Becali Garrido, A. E. (2017). *Programa Integral de Preparación del Deportista Judo*. La Habana, Cuba: Deportes.

Noa Cuadro, H. (2016). *El talento deportivo: Selección e iniciación al alto rendimiento*. La Habana, Cuba: Deportes.

Ruiz Aguilera, A. (2011). *Teoría y metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar*. Sto Domingo: Aplusele.

Silvestre Oramas, M., & Zilberstein Toruncha, J. (2000). *Cómo hacer más eficiente el aprendizaje?* México: CEIDE.

Velázquez Velázquez, R., García García, J., & del Valle Díaz, S. (2006). *Juegos para la mejora del aprendizaje de las técnicas de Judo*. Barcelona, España: Paidotribo.

Pedagogía y Sociedad publica sus artículos bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

