



**PROYECTO PILOTO**

**JUDO POR LA PAZ EN EL NIVEL ESCOLAR  
LIMA PERÚ.**

**Nestor Figueroa Ortiz**

**JUDO POR LA PAZ EN EL NIVEL SCOLAR  
LIMA PERÚ.**

**Nestor Figueroa Ortiz**

[info@sinchijudokan.com](mailto:info@sinchijudokan.com)  
[www.sinchijudokan.com](http://www.sinchijudokan.com)

*"Judo es el camino para utilizar el poder del cuerpo y de la mente más eficientemente. Esta práctica del ataque y la defensa por el constante entrenamiento, significa el cultivo del cuerpo y la mente humana y la personificación de este espíritu en uno mismo. De esta manera, uno mejora su personalidad y contribuye al mundo. Esto es el último objetivo del Judo".*

**(Jigoro Kano)**

## **CONTENIDO**

**1. LA VIOLENCIA SOCIAL EN EL PERU**

**2. EDUCACION, VALORES, Y DESARROLLO SOCIAL**

**3. EL DEPORTE DEL JUDO Y EL DESARROLLO SOCIAL**

**4. FUNCIONAMIENTO DEL PROGRAMA**

**1. LA VIOLENCIA SOCIAL EN EL PERU**

## 1. LA VIOLENCIA SOCIAL EN EL PERU

Este proyecto pedagógico-deportivo tiene el propósito de responder a una necesidad urgente de promover **el Deporte Social al servicio del desarrollo humano**, y particularmente, la disciplina del Judo como deporte social, como agente del desarrollo humano; el Judo visualizado como un sistema social deportivo, se puede aplicar para insertar calidad de valores sociales en la población escolar, tratar una mejor calidad de vida, de menguar la violencia social, de tener calidad convivencial, y mejorar las relaciones familiares, orientándose a obtener mejores ciudadanos.

Obsérvese que solamente las Artes Marciales tienen en su estructura disciplinaria el desarrollo de valores, lo cual no se observa en ninguna otra disciplina deportiva, en las que prevalecen los contenidos mecánicos, metodologías de entrenamiento, reglas, competencia, violencia.

Por otro lado, la distribución ineficaz de la riqueza económica en el mundo, la injusticia social, la escasez de recursos naturales, y la desproporcionalidad de los mercados logísticos; ha generado la explosión de un mal endémico, llamado Violencia Familiar, y que en el Perú, se ha constituido en un problema de salud mental pública.

En el Perú, según cifras del MIMDES 6 de cada 10 hogares sufren violencia familiar, siendo devastador el impacto de la violencia en las personas que forman parte de una familia, como son mujeres, niñas, niños, ancianos e incluso los mismos varones que generalmente son los agresores.

Según el BID las víctimas de agresión física o mental, tienen una limitada atención social sobre asuntos de salud, con consecuencias de traumatismos físicos, psicológicos, y culturales originados por actos violentos, y que representan una importante carga financiera y logística para los servicios sanitarios del Estado.

Según esta misma fuente la violencia familiar reduce la productividad y causa ausentismo laboral. También aumenta los costos para los servicios de salud, servicios municipales, judiciales, policiales y educativos.

En este marco de violencia social crecen los niños de nuestro país, realizando el aprendizaje de estos modelos, y reproduciendo esas conductas en su vida adulta, generando a su vez una cadena generacional hereditaria de las mismas características.

La etapa de niñez y adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo humano; los niños y adolescentes requieren amor y relaciones afectivas permanentes, requieren también aceptación en el ámbito social en que se desenvuelven, en su hogar, la escuela, con sus padres; requieren también experiencias exitosas apropiadas a su desarrollo, oportunidades y guías, pero también adquirir educación y cultura en materia de valores sociales.

Los niños y adolescentes deben contar con ambientes seguros en casa, escuela y vecindario, que les permita socializar. Asimismo deben diseñarse mecanismos que enseñen de una nutrición saludable, de los beneficios de la actividad física, medicina preventiva, y del sueño reparador.

La realidad nos muestra que tenemos grupos de niños y adolescentes en grave riesgo en desamparo moral y físico, socializando en las calles, formando parte de pandillas, o de barras bravas, sin espacios adecuados para el uso de su tiempo libre, sin actividades recreativas debido a su extrema pobreza.

Este Proyecto del JUDO POR LA PAZ EN LA ESCUELA PERUANA, busca motivar hacia el desarrollo pleno de la persona, plantea la enseñanza de hábitos y habilidades sociales integradas a la disciplina deportiva, para lograr la integración social y resolución de conflictos por vías no violentas, en las áreas de familia, hogar, amistades, escolar, laboral y social.

## **2. EDUCACION, VALORES, Y DESARROLLO SOCIAL**

En el deporte no se ha logrado diseñar un modelo sistémico integrado, para desarrollar las disciplinas deportivas, y el desarrollo de los valores sociales, el deporte en el Perú atraviesa serias deficiencias, con una ley del deporte desactualizada, y un organismo rector de pobres resultados, débil en la promoción y masificación de las disciplinas deportivas.

Sin embargo, y bajo esta óptica, consideramos que la educación es el medio general mas importante para el desarrollo de los seres humanos, y obviamente también lo es para el deporte, por esta razón es necesario concentrar esfuerzos en formular una Pedagogía de valores sociales, que prepare ciudadanos eficientes, aptos en fomentar el desarrollo nacional.

Por ello debe reflexionarse en la calidad y salud de nuestra mentalidad e idiosincrasia social, y cómo ello afecta en nuestras actitudes como trabajadores y consumistas en la sociedad. El costo social se atenuará en la medida que las actitudes, decisiones, y que las respuestas del medio social sean capaces de mejorar su efectividad.

La practica regular y sistematizada de la actividad recreativa y deportiva ofrece muchas ventajas en la conservación físico, mental, emocional y fisiológica de la persona, le mantiene una salud integral adecuada, porque hace del individuo una persona con disposición positiva para enfrentar los problemas de la vida, contribuyendo a mejorar el ambiente emocional y de relación en la familia y en la comunidad.

El deporte social sabiamente practicado, y el ejercicio físico armónico y adecuado en general, mejoran la condición bioquímica y fisiológica del organismo, asi como la capacidad mental, emocional, e idiosincrática de los individuos, y con esas ventajas, elevan las condiciones de calidad de vida en una sociedad; una sociedad sana mentalmente, es una sociedad más fuerte para buscar su desarrollo y enfrentar como nación los retos de modernización y eficiencia de vida social.

### **3. EL DEPORTE DEL JUDO Y EL DESARROLLO SOCIAL**

El Judo como deporte social se puede convertir en una actividad recreativa de las masas sociales, sea para bajar de peso, mantenerse en forma, lograr una armonía de mente, hipertensión, depresion, espíritu y cuerpo, o por recreación, competencia, o defensa personal. Contribuye además esta disciplina a mejorar las capacidades de interaccion humana, de comunicación, de asociación, de cooperación, de ayuda mutua.

El deporte del Judo es una disciplina olímpica de práctica mundial, y como tal un fenómeno social con arraigo de masas, con visión y objetivos de desarrollo social, es una alternativa para mejorar la

condición física y emocional del individuo, su calidad de vida, hacerlo eficaz ciudadano, sostenedor una cultura de paz, solidaridad, servicio. Países como Japón, Francia, China, Korea, Inglaterra, Alemania, son los que lideran en esta disciplina, e invierten fuertemente en su desarrollo.

Importantes organizaciones mundiales están preocupados de promover el deporte con un espíritu de desarrollo humano, de valores, de promoción de la paz, sin discriminación de géneros.

- UNESCO: Educar con el Deporte,  
[http://www.unesco.org/bpi/pdf/memobpi45\\_educationsport\\_es.pdf](http://www.unesco.org/bpi/pdf/memobpi45_educationsport_es.pdf)
- UNICEF: Deporte, Recreación y Juego,  
[http://www.unicef.org/publications/files/5571\\_SPORT\\_EN.pdf](http://www.unicef.org/publications/files/5571_SPORT_EN.pdf)
- OEA: La Violencia en el Deporte, Estudio Multidisciplinario,  
<http://unesdoc.unesco.org/images/0007/000731/073148so.pdf>
- International Council of Sport Science and Physical Education  
ICSSPE:  
El Deporte y su Intervención en Post Desastres,  
<http://www.icsspe.org/index.php?m=16&n=32&o=145>  
<http://www.icsspe.org/index.php?m=16&n=32&o=89>

Nuestro interés en este punto, es despertar la preocupación y la conciencia de promover el Judo en los colegios, municipios, instituciones educativas, entidades privadas, instituciones del Estado, y de toda persona que de alguna forma tenga vinculación con el deporte recreativo.

La actividad deportivo recreativa tiene dos aspectos fundamentales para su promoción, como son: a) el desarrollo físico atlético, técnico y competitivo, y b) el aspecto de formación emocional, mental, moral y social de los individuos.

Esas vías dependiendo de los propósitos finales que se persigan, son por ejemplo las actividades recreativas deportivas masivas interactivas. Que contribuyen a la formación de futuros talentos para el deporte de alto rendimiento como componente del deporte social.

El Judo como disciplina en modalidad recreativa, o de competición, o de defensa personal, para personas funcionales o discapacitados, contribuye a mejorar en el individuo la actitud de trabajo, el equilibrio emocional y la formación de actitudes positivas; es una disciplina que permite adquirir auto-control, temperamento, paciencia, disciplina,

orden, diligencia, afecto, respeto, cortesía, autoconfianza, mutua satisfacción, solidaridad, compañerismo, autoestima y seguridad.

En el plano mental el Judo ayuda a estimular la concentración, la determinación y las decisiones, la capacidad de liderazgo, la seguridad, el autoestima, así como la coordinación y los reflejos. Aprendiendo a través de la meditación y la concentración a relajarse, a restablecer y controlar la armonía interior y el pulso cardíaco. El Judo es disciplina para todas las edades y sexos, porque se practica al propio ritmo de cada necesidad personal que estimula a conservar una mente y un cuerpo saludables en cualquier edad.

#### **4. FUNCIONAMIENTO DEL PROGRAMA**

##### **- Localización**

Este programa pedagógico-deportivo de JUDO POR LA PAZ EN LA ESCUELA PERUANA, se focalizará inicialmente en los colegios del Estado o Privados. Estará dirigido a la población escolar entre 7 años a 18 años, de ambos géneros.

El Dojo o centro de prácticas será ubicado en un ambiente seguro, y acondicionado para ese propósito, en donde se ubicaran los tatamis; camerinos, baños y duchas, sala de estar o de visitas. La invitación, convocatoria, y difusión para inscribirse en el programa, estará a cargo del colegio.

##### **- Objetivos**

- a. Contribuir a la disminución de la violencia, a través de la enseñanza pedagógica del Judo y de los valores fundamentales.
- b. Enseñar a los alumnos a convivir socialmente en paz, armonía y tolerancia social con su entorno.
- c. Desarrollar un espíritu de amor a la familia, respeto vecinal, y probidad social.
- d. Enseñar la disciplina deportiva del Judo, como recreación, competencia, insertando hábitos positivos de calidad de vida, nutricionalidad, e idoneidad ciudadana en los estudiantes.
- e. Captar y desarrollar un talento de Bancos en Judo, para la participación y representación nacional e internacional en el ámbito escolar y de futuros atletas deportivos.

#### - Inicio, Duración y Etapas

El programa se iniciará en paralelo con el inicio del año escolar, su calendario de vacaciones o interrupción de las clases de Judo, se sujetará al calendario del año escolar. Su primera etapa es de DIFUSION, segunda etapa de CAPTACION DE TALENTOS, y tercera etapa de FORMACION y PREPARACION, todas las etapas, están estimadas para desarrollarlas a lo largo del año escolar, continuando en los años siguientes, hasta formar un BANCO DE TALENTOS.

Este modelo piloto pedagógico-deportivo permitirá contar con equipos idóneos de atletas escolares, que puedan representar al Perú en diversos eventos escolares a nivel nacional e internacional. Formando en el tiempo un grupo de atletas élites con futuro deportivo para el país.

#### - Supervisión y Evaluación

La supervisión y evaluación del programa estará a cargo de Sinchijudokan Institute y de las autoridades del colegio. De acuerdo a las normas y políticas pertinentes de cada escuela.

#### - Instructor

La instrucción y dirección del programa estará bajo dirección del profesor Nestor Figueroa Ortiz y de un selecto equipo de alumnos avanzados del profesor. Sensei Figueroa es 7mo grado en Judo Kodokan, y con 45 años de experiencia deportiva. Registrado en la United States Association Judo, y en la Internacional Judo Federation. Autor de dos libros publicados en Judo, y varios proyectos sobre desarrollo del deporte social.

El profesor Figueroa es también MBA en negocios y EdD en Educación. Con una experiencia profesional laboral de 35 años en el sector público y privado. Autor de varios libros en administración. Fue también profesor universitario.

#### - Metodología

La metodología a emplearse será la misma que se hace en los centros académicos del Japón. O sea enseñar haciendo o demostrando. Tomando en cuenta las capacidades y potencialidades individuales de los estudiantes.

Así como los fundamentos o Kihon de la disciplina. Poniendo énfasis en la enseñanza de valores de urbanidad, disciplina, orden, respeto, tolerancia, civismo, amor de prójimo, solidaridad, paz, no violencia.

El programa tiene una curricula de desarrollo en base a rangos y grados, ya estandarizados internacionalmente en Judo. Para cada grado hay una estructura que contiene variedad de técnicas. Este proceso de avance en el programa de estudio será de acuerdo a los progresos de los estudiantes, en frecuencias de cada 4 a 6 meses.

Los alumnos deberán disponer de un uniforme de Judo para las prácticas respectivas.

Los horarios serán tres veces por semana y de 2 horas de duración cada sesión. Los exámenes de rangos y grados estarán a cargo del instructor, y serán de acuerdo a los estándares de la Federación Internacional de Judo y del Instituto Kodokan de Tokio, o sea; cinturones de color: blanco, amarillo, naranja, verde, marrón y negro.