



# **LA PEDAGOGIA DEL JUDO**

**NESTOR FIGUEROA ORTIZ**

# **LA PEDAGOGIA DEL JUDO**

**NESTOR FIGUEROA ORTIZ**

## **CONTENIDO**

- 1. El Judo**
- 2. Deporte Social y Desarrollo**
- 3. La Educación es el Fundamento para la Calidad de Vida Social**
- 4. Generalidades Sobre el Deporte**
- 5. Direccionando hacia una Pedagogía del Judo**
- 6. El Tema de Entrenadores y Metodologías**
- 7. El Mundillo de las Competencias**
- 8. El Judo es una Disciplina Integral**
- 9. La Importante Necesidad de la Formación y el Adiestramiento de los Instructores de Judo**
- 10. Eficiencia y Formalidades Académicas de los Instructores de Judo**
- 11. Roles Institucionales en la Formación Académica de los Instructores de Judo**

## **1. El Judo**

Pedagogía del Judo, satisface la inquietud pedagógica acerca del desarrollo del Judo conforme a los fundamentos y técnicas del Judo, y también de completar una larga trayectoria como pedagogo, investigador, instructor, entrenador, promotor y masificador del Judo, en las versiones de Judo Kodokan y del Judo Deportivo o de Competencia. Así como la inquietud de transmitir algunas experiencias a las nuevas generaciones de judokas, fundamentalmente en el adiestramiento y formación de instructores de Judo, quienes tienen la importante tarea de hacer Pedagogía para la promoción del Judo.

Asegurando que los fundamentos o Kihon del Judo, no se atomizen ni se extravíen, que más bien sigan cultivándose sistemáticamente como base para alcanzar maestría y exquisito estilo en el arte y la ciencia biomecánica del Judo, a través de una genuina y eficaz metodología docente basada en los valores sociales.

Recordemos que la calidad de las competencias, la calidad de los competidores, la calidad de los judokas, dependerá de la calidad de instructores y entrenadores que hayan disponibles en el mercado de esta disciplina; un instructor que no hace investigación, que no estudia, que no se prepara, que no innova, se convierte en un instructor empírico, rutinario, repetidor por años de la misma didáctica, la cual carecerá de aportes, de creatividad, innovación y de la propia cosecha que debería tener un profesor de Judo.

En verdad ha sido una preocupación cubrir este campo del Judo, en la composición de su teoría, sus principios y fundamentos, así como de su estructura y taxonomía. Así también de su sistema que comprende procesos, técnica, biomecánica, metodologías de entrenamiento; eficiencia de la enseñanza-aprendizaje, y optimización de la performance.

En el campo bibliográfico hay trabajos y experiencias disponibles para adiestrarse en la enseñanza del Judo, algunos trabajos están orientados a describir en forma excelente aspectos relativos a la Historia del Judo, a las técnicas o Waza, tal vez unos pocos han enfatizado en la fisiología del deporte, como explorando lo científicista.

Pero el Judo de competencia, o deportivo, así como el clásico, el de recreación, o la defensa personal, requieren un enfoque basado en los principios de la eficiencia de rendimientos, y en la minimización de

esfuerzos y recursos, para enseñar cómo hacer operativos estos fundamentos.

Es así que los conceptos científicos del Judo han sido poco abordados, tampoco se ha estandarizado la metodología de la enseñanza y del entrenamiento en los diversos niveles de aprendizaje, a pesar de la evolución deportiva y olímpica de esta disciplina. Lo cual significa que el Judo como ciencia y arte del desequilibrio, es una visión poco internalizada en la enseñanza del Judo.

Pensamos que hay mucho camino por mejorar en ese aspecto, así como en la enseñanza de valores sociales y de la etiqueta del Judo como parte de esa formación integral del judoka.

Deseamos estimular a los estudiosos e investigadores del Judo, así como a los profesores, instructores y entrenadores del Judo en sus diferentes niveles, a materializar sus experiencias; porque de este modo se enriquece el mundo de los aportes pedagógicos de nuestra disciplina, contribuyendo a promocionar su práctica, a elevar la calidad de la enseñanza y de la performance en las competencias.

## **2. Deporte Social y Desarrollo**

Uno de los propósitos más nobles e importantes de la vida, es el desarrollo del ser humano, el cual podría lograrse por cuatro avenidas importantes, como son: a) La Política, b) La Religión, c) La Educación, y d) El Deporte. En el caso del Perú, la política no ha sido el medio eficaz para este logro, porque las leyes no siendo modernas, no han tenido en el poder Ejecutivo a través de casi 190 años de vida republicana, la competencia como para hacerlas cumplir eficazmente y con justicia social.

En el caso de la religión, que es un fenómeno por idoneidad saturado de valores morales, sin embargo en el Perú, la religión ha estado ligada al poder de los intereses de los gobiernos, comprometiendo su transparencia e idoneidad cristiana, lo cual ha impedido ese desarrollo de valores en la sociedad.

La educación por otro lado, desde los años 70 empieza a cambiar negativamente, se suprimen cursos y metodologías fundamentales en la idiosincrasia del peruano, y la hace sucumbir, hasta llegar a lo que hoy en día tenemos, una imitación de modelos educativos hechos para necesidades e idiosincrasias de otras realidades.

El deporte igualmente, ha sufrido la ineficacia que no ha permitido diseñar un modelo sistémico integrado, para desarrollar las disciplinas deportivas, con desarrollo de los valores sociales; el deporte en el Perú es un desconcierto, con una ley del deporte desactualizada, y un organismo rector ineficaz, que no cumple los principios de la gerencia por resultados, ni sabe sistematizar el estímulo a la promoción y la masificación de las disciplinas deportivas.

Este organismo burócratizado, tampoco ha tenido preciso el concepto **Deporte Social-Desarrollo**, por cuanto, en vez de estimular y orientarse a que el deporte debe contribuir al desarrollo social de una nación, más bien se ha orientado a que el factor humano se preocupe de hacer crecer el deporte sin un contenido social; resaltando la importancia competitiva, la violencia del deporte, a la exclusiva ganancia de medallas, y por consiguiente, se obtenga como resultado que el deporte se halla estancado, burocratizado, perpetuando el beneficio de grupos de poder.

Sin embargo, y bajo esta óptica, consideramos que la Educación es el medio general más importante para el desarrollo de los seres humanos, y obviamente también lo es para el deporte y la disciplina del Judo, por esta razón es necesario concentrar esfuerzos en formular una Pedagogía del Judo, que prepare instructores eficientes en enseñanza y transmisión del conocimiento del Judo Kodokan.

### **3. La Educación es el Fundamento para la Calidad de Vida Social**

La vida requiere de ciertos estándares de vida, las gentes deben tener comodidades, oportunidades, facilidades básicas que les permitan desarrollarse integralmente, hay que tomar en cuenta que la erosión y carencia de valores morales en una sociedad o nación subdesarrollada, configura una situación caótica y es signo de atraso social y económico, porque una sociedad sin ciudadanos ejemplares en valores morales, valores espirituales, civismo, urbanidad, educación, solidaridad y sensibilidad social, es una sociedad sin capacidad de cambio socio-económico, y menos de alcanzar algún día el desarrollo social armónico con oportunidades y justicia para todos.

Aquella será una nación sin posibilidad de auto desarrollarse, expuesta a las lacras sociales de la drogadicción, narcotráfico, de la inmoralidad, la indiferencia social, la disociación, el terrorismo, la falta de identidad social, de democracia inepta, ineficiencia de la administración pública, violencia doméstica, y de gobiernos mediocres.

Esta supresión del fundamento de la vida en valores sociales en los seres humanos y de las familias, ha ido socabando el sistema de equilibrio social, que tiene como propósito alejar al ser humano de su sensibilidad social, del amor de prójimo, de justicia, respeto, diligencia, capacidad de servicio y cooperación hacia los demás.

Los problemas externos muchas veces agobian con deudas a las naciones pobres, las asfixian, y empiezan a deteriorarse internamente en su población, porque crea desbalances entre las relaciones de capacidad, oferta y demanda económica. Como consecuencia de estos fenómenos, una nación puede enfermarse mentalmente, idiosincráticamente, el alto índice de suicidios y de divorcios dice mucho de este fenómeno.

Hay que aceptar además que 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 ejercicio físico armónico y adecuado en general mejora la condición bioquímica del organismo, así como la capacidad mental, emocional, e idiosincrática de los individuos, y con esas ventajas, eleva 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 calidad de vida social.

Ahora bien, calidad de vida no es solamente el bienestar económico, las comodidades, el dinero, o el lujo; calidad de vida es más que eso, es salud de vida mental, física, idiosincrática, emocional, material, del medioambiente, es bienestar integral en la persona con respeto a su entorno.

Si en todos estos elementos existen afinidades y bienestar, ese será el resultado de la vida armoniosa en sociedad, en familia, e individualmente, el resultado será que las formas de convivencia de las personas, sean aceptables, y se desenvuelvan bajo ciertas normas de conducta socialmente aceptadas y saludables sinérgicamente.

Calidad de vida y convivencia social son dos estados de vida interrelacionantes, asociados armónicamente, son propósitos de una

familia y de una sociedad sana.

Son el fundamento de los derechos humanos a lograr mejores condiciones de vida. En donde el ser humano tenga la aptitud de ofrecer calidad de convivencia social como respuesta a una demanda del entorno en los mismos fines.

Bajo este pensamiento, la Educación es el proceso de formación, instrucción y aprendizaje del individuo en el conocimiento de las artes, las ciencias, la tecnologías. A fin de hacerlo útil, disponible, eficaz, y participativo para el desarrollo de su comunidad.

Hay sociedades modernas que piensan que su rol esencial es formar líderes, nosotros pensamos más bien que ese rol debería ser el de formar sujetos eficaces para administrar hogares sanos. Teniendo como objetivo hacer una sociedad ofertadora, segura, motivadora, educadora, respetuosa, libre, democrática, justa, participadora; en la cual los individuos tengan todas las posibilidades para desarrollar y tener mejor calidad de vida, que permita una realimentación eficaz del trinomio individuo-familia-sociedad.

Esa apreciación de la Educación como propulsor del desarrollo humano, determina ciertas características especiales en un sistema educativo en general, esas cualidades son:

- a) Su compromiso con la sociedad y la participación en su desarrollo.
- b) Desarrollo de las capacidades individuales y grupales de sus miembros.
- c) Servicio, cooperación y utilización eficaz de sus recursos.
- d) Pedagogía moderna, docencia óptima y con visión futurista. e) Administración competitiva, eficaz y con perspectiva del beneficio social.
- f) Promover la democracia, la libertad, la deontología, y los valores morales para el beneficio de la sociedad.

En tal sentido, y pensando en el aporte del Judo como Budo y deporte estimulador de los valores sociales para las comunidades, hemos escrito este libro PEDAGOGIA DEL JUDO, que en buena cuenta es el diseño de un programa de capacitación para el adiestramiento de instructores de Judo, cuya estructura debe adecuarse a las particulares

disponibilidades y necesidades de cada realidad social.

El mismo que debe comprender todo lo concerniente a la ciencia y el arte del Judo; en aspectos relativos a la Historia, Bushido, Reigishiki, Wazas, metodologías de entrenamiento, Randori, competencias, reglas.

El alcance de objetivos evidentemente, dependerá de la frecuencia de los entrenamientos y del número de horas dedicadas a su desarrollo semanal curricular. Pero queda claro, que los objetivos fundamentales, en un proyecto pedagógico de esta naturaleza, persiguen actividades como el estudio, la enseñanza, la investigación, experimentación, aprendizaje y difusión del Judo para la formación eficiente de profesores, instructores y entrenadores de Judo.

Este programa de formación académica está destinado especialmente a los niveles de Yudansha, y convendría complementarlo con otro programa auxiliar de Anatomía general, Fisiología general, Sicopedagogía, Lesiones, Administración, Organización del Deporte, Sociología del Deporte, para llegar a alcanzar un amplio panorama del Judo.

#### **4. Generalidades Sobre el Deporte**

Por qué el deporte es importante en la vida de la sociedad ?. El deporte como tal puede ser visto como una ciencia, una actividad social, un programa de gobierno, un interés e instrumento político, un afán dirigencial, un propósito de desarrollo social, o llanamente como una actividad recreativa.

Recientes informaciones de importantes organismos mundiales han llevado a la conclusion de la trascendencia del deporte en los procesos de paz, anti violencia, educación, desarrollo social, asi como de restauración y terapia social en los desastres naturales que afectan también a las poblaciones, véase:

UNESCO: Educar con el Deporte,

<http://www.unesco.org/bpi/pdf/memobpi45educationsportes.pdf>

UNICEF: Deporte, Recreación y Juego,

<http://www.unicef.org/publications/files/5571SPORTEN.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.kennesaw.edu/iawl/Files/seminargermany.pdf>

Como quiera que sea, el deporte puede practicarse con fines competitivos y con fines de recreación; sin diferencias de género, ni de edades, ni de capacidades, ni de niveles económicos, el deporte socialmente hablando debiera estar al alcance de toda la población de una nación. Porque el deporte es una necesidad en el ser humano y en el conglomerado social, porque cubre infinidad de expectativas, propósitos y de realizaciones en el desarrollo de una nación.

Si el deporte propende al desarrollo social, entonces su difusión, promoción, y aceptación masiva, deben tener correlación con ese atributo social de desarrollo. Visto así el deporte, éste será una necesidad y justificación como fenómeno masivo, en la participación social y el desarrollo integral de la persona.

La finalidad del Deporte-Desarrollo Social en el plano individual es la formación física, mental, moral y espiritual del individuo; para hacerlo un instrumento útil y aceptable a la sociedad, de forjarlo en la participación y el aporte social y económico con eficiencia; en esa necesaria interacción social y económica de su entorno.

Otra finalidad es el estímulo de las virtudes del servicio de educar a la población, de cooperar, de cuidar su salud, de forjar conciencia en la conservación ecológica y el reciclaje de su ecosistema, y de comprender, que a través del deporte se contribuye a forjar el desarrollo de una nación.

Entendemos también que la sicomotricidad representa un fundamento y una condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socioafectivo no la podemos analizar únicamente desde el punto de vista biológico y biomecánico, sino que debemos asumir la repercusión que la misma posee sobre todas las dimensiones del ser humano, especialmente en su inserción en la vida social.

El Judo es una disciplina Budo que contiene fundamentos de vida moral aplicables a la vida cotidiana, esa es la gran virtud del Judo, no solo el perfeccionamiento físico, sino como aquel fundamento que no debe distorsionarse en las competencias, el Judo fomenta los valores sociales, y en esa dirección debe enseñarse, aún en el espíritu de las competencias.

Aquella historia de las ramas delgadas de los árboles que al peso de la nieve ceden para dejarla caer, volviendo a su posición original, es el principio de la no resistencia en la vida, de la prudencia aplicada a los problemas de la vida, cediendo para después enfrentarlos con sabiduría.

## **5. Direccionando hacia una Pedagogía del Judo**

Como fue señalado, este libro puede convertirse fácilmente en un instrumento o programa de trabajo de aprendizaje y adiestramiento de instructores, pero también en un programa académico de enseñanza del Judo a diversos niveles, no necesariamente de instructores, y considerando los siguientes propósitos:

a) Para tener un marco de referencia para la formación, enseñanza, práctica organizada y estandarizada de instructores de Judo, así como guía para el entrenamiento del Judo en general, que sirva de herramienta a los instructores o profesores cualquiera que sea su nivel.

Sucede muchas veces que cuando se va al Dojo, no se cuenta con un programa de enseñanza o aprendizaje en progresiones de trabajo de acuerdo a cada rango, y menos de guías o direcciones específicas para cada judoka, que le permitan seguir y evaluar su avance en el tiempo de acuerdo a sus personales inquietudes y aptitudes.

Otras veces la rutina de trabajo disponible, es la misma, tanto para los estudiantes principiantes, como para los avanzados, sean niños o adultos, género masculino o femenino, sin diferencias, tanto para competición como para recreación, o definitivamente, no existen guías de trabajo con objetivos más o menos definidos. Los instructores improvisan porque no tienen una guía o línea de seguimiento en la enseñanza.

En otros casos no hay escuelas, o centros con suficientes procesos metodológicos donde se "aprenda", se "progrese", se "desarrolle" realmente en Judo. Nuestro modelo programa también puede llevarse paso a paso en la búsqueda de objetivos personales, así como para tener a mano un registro o referencia de consulta del avance logrado, que sirva para el trabajo del planeamiento y evaluación.

b) Para ordenar e identificar las técnicas según su clasificación de Kodokan, pero también según la afinidad que entre ellas puedan tener

metodológicamente, sea por su rubro de (brazo, cadera, o pierna), o si son de pie o de sacrificio sobre el Tatami.

c) Para relacionar las técnicas afines de combinación Renraku waza, tanto para su defensa como para el ataque, bloqueos y contra técnicas Kaeshi waza, Gonosen waza; en un estudio necesario de cada de ellas, considerando ventajas y mejora de calidad técnica; eficiencia de performance, y eficiencia de movimientos.

d) Para avanzar y desarrollar en forma progresiva, de acuerdo a rangos y niveles; sumando cada vez un mayor bagaje de conocimientos y destrezas; adquiriendo capacidades para transmitir conocimientos y experiencias pedagógicamente; y de capitalizar recursos docentes adecuadamente.

e) Para estudiar analíticamente y en secuencia cada una de las técnicas involucradas en el proceso de trabajo; así como las articulaciones, derivaciones o complementos que estas pudieran tener entre si.

f) Para comprender mejor que hay técnicas que son mejor ejecutadas o individualizadas, de acuerdo a las características físicas y potenciales en cada judoka.

g) En buena cuenta, este programa es un archivo memoria y de referencia de lo mucho que se podría trabajar invirtiendo esfuerzo y tiempo para obtener resultados positivos, así como las satisfacciones y el gozo que se deriva de comprobar progresos personales.

El Judo practicado como arte marcial o como deporte, es un fenómeno social, el cual está sujeto a metodologías de estudio y de aprendizaje, a normas, a estructuras de combate o competencia, a expectativas, a procesos de comunicación; a acciones, a tácticas, estrategias y satisfacciones mutuas.

En tanto hay la participación individual o de equipos, y la visualización y participación de los aficionados y simpatizantes que forman parte del sistema marcial y/o deportivo; el fenómeno social deportivo requiere la participación de todos los relacionados a la disciplina, a través de la formulación de propuestas y expectativas acerca de su desarrollo.

De otro lado, considero que la disciplina deportiva se transmite por mecanismos y procesos organizados, sistematizados, de enseñanza y aprendizaje; de ahí que en toda estructura pedagógica siempre

encontraremos los siguientes elementos básicos de esos mecanismos:

a) El Profesor o Instructor o Docente

La persona que imparte docencia, conocimiento, debe estar entrenado, formado para esa conspicua función, no solamente ser eficiente en el conocimiento de su disciplina, sino ser testimonio de moral, de valores y de calidad de persona.

b) El Estudiante o Discípulo o Alumno

Son la materia prima, el elemento de transformación, las personas en las cuales se operará el proceso de transformación de crear y estimular las habilidades técnicas, las capacidades físicas, forjando en ellos una actitud positiva y de desarrollo en sus personas para el servicio de sus comunidades.

c) La Metodología, Modelo, o Técnicas de Enseñanza

Son los modelos y los mecanismos que en la relación de enseñanza y aprendizaje, darán la capacidad de realización en las personas, y el alcance de objetivos en el deporte y la sociedad. Sin educación no hay desarrollo deportivo.

d) La Temática, Área, Contexto o Disciplina

Cada disciplina tiene sus complejidad y metodologías, una disciplina requiere de una currícula de estudio y desenvolvimiento, ese es el mecanismo que la identifica, por su sistematización y comprobación de postulados. En el caso del Judo, este es arte y ciencia del desequilibrio, y ese es el fundamento de la disciplina.

De allí que la pedagogía del Judo es un conjunto de procesos integrados y sistematizados que se orientan en base a objetivos y decisiones de quienes se involucran en la disciplina; en el uso metodológico de las conductas culturales, de las capacidades físicas, de las fisiológicas, de las actitudes mentales y anímicas; de las habilidades y talentos para la disciplina, y de los métodos de la transmisión del conocimiento, o sea en la formación de profesores, instructores y entrenadores hábiles para la docencia y la preparación deportiva en Judo.

Así como en la estructuración académica de una enseñanza basada en el aprender- haciendo y en el enseñar-demostrando, mejor dicho, en

una amalgamada combinación de teoría y entrenamiento del Judo. Combinada con un plan de evaluaciones y promociones que reflejen el desarrollo integral académico del estudiante del Judo Budo y del Judo deporte.

Conviene precisar que la estructuración de mecanismos pedagógicos de la disciplina del Judo, deben partir de un reconocimiento o evaluación de las actuales modalidades de la didáctica de este deporte, y de sus resultados no sólo en competencias, sino además en su promoción y masificación social, o sea en su gerencia deportiva; así como en la calidad de profesores, instructores y entrenadores en la materia.

Los núcleos de enseñanza del Judo por lo general están configurados en los llamados clubes y academias particulares, y algunas pocas escuelas. En Japón por ejemplo, el Judo es practicado y está promovido en todos los niveles sociales, colegios, universidades, fábricas, empresas, centros policiales, e instituciones.

Así como lo es el deporte del fútbol en casi todo el mundo, claro está, todo parte del nivel de aceptación, internalización y popularidad de una disciplina. Pero como antes ya hemos mencionado, el Judo siendo una disciplina tan completa para la formación integral humana, conviene introducirla y popularizarla en la vida social. Para ello, se necesitan capacitados dirigentes o gerentes deportivos, excelentes maestros y profesores, y calificados entrenadores.

El aspecto de la capacidad instalada, de locales o escenarios aparentes para su práctica, que no tienen que ser necesariamente en los clubes particulares; estos tienen que formarse o desplazarse hacia las comunidades, centros laborales, fuerzas armadas y policiales, colegios y universidades. Con la promoción de los municipios, ayuntamientos, organizaciones de promoción social, organismos regionales, empresas privadas.

Por lo difícil que es proveer capacidades físicas instaladas óptimas, y de una logística oportuna y requerida, es que se necesitan dirigentes con preparación académica en Administración, con vocación social, con conocimiento de la problemática deportiva en su entorno, con práctica de la disciplina que dirigen.

Porque de esta manera se asegura que la función de gestión, tendrá un planeamiento, una organización, y una evaluación que genere desarrollo sostenido en el deporte a través de la Educación, el Judo es

un deporte que no es barato, los Tatamis son costosos, los uniformes también son escasos en muchos lugares. De manera que hay que ser creativo, ingeniar salidas y soluciones que sustituyan esos materiales o equipos necesarios para la práctica del Judo.

El soporte de la empresa privada en un área que aún está poco captada en el deporte, como es el caso del Judo, el aporte de este sector a cambio de publicidad puede resultar de gran beneficio para la Educación de la actividad deportiva del Judo.

Hay formas de ofrecer publicidad en canje de patrocinios con las empresas, por ejemplo ofreciendo poner sus nombres en los polos, vestimentas de atletas, nombres en carteles durante las competencias, nombres en los documentos y formatos, exoneración de impuestos de acuerdo a ciertas leyes que beneficien el deporte.

## **6. El Tema de Entrenadores y Metodologías**

El entrenamiento deportivo como profesión y especialidad deportiva ha ido evolucionando, y los profesionales de esta especialidad ocupan posiciones en todos los deportes, como investigadores, docentes profesores, instructores, entrenadores.

Este progreso ha beneficiado al deporte sin duda y sigue abriendo nuevas avenidas en el conocimiento y las experiencias de las capacidades y los rendimientos deportivos.

Un técnico o entrenador deportivo debe tener por ejemplo un claro concepto de asuntos como los glúcidos, lípidos, proteínas, vitaminas, minerales, sin ser un experto en nutrición, también de los métodos de entrenamiento y periodizaciones, de las capacidades físicas de resistencia, velocidad, potencia, agilidad, flexibilidad, estrategias de desempeño, biotipos y antropomorfología del atleta, de la actitud mental y emocional, primeros auxilios y CPR (cardio pulmonar respiratorio), y de todo lo concerniente a los aspectos técnicos biomecánicos de su disciplina.

Resulta complejo el campo de conocimiento que debe tener un entrenador como base general de sus habilidades cognoscitivas de su especialidad, más todavía con la demanda de performance que hoy día exige el mundo de la competición, con esa fenomenología que enfrentamos, al ver asombrados cómo el Judo se distorsiona y se mezcla con la Lucha Libre y los movimientos acrobáticos, ante la aceptación y confusión de los mismos árbitros.

El entrenador es pues doblemente responsable de la elaboración, medición y registro de los rendimientos y calidades, hoy en día cuenta para ello con la poderosa ayuda de las herramientas informáticas, una importante razón para mantenerse actualizado en la tecnología del Internet y los programas de computadores aplicados a la metodología y las performances del Judo.

La formación de los entrenadores deportivos demanda capacidades de inteligencia, sicomotoras, de análisis, reflexión, investigación, de resumen y síntesis, transmisión del conocimiento, evaluación, de buen trato y respeto, buena salud, mente abierta y positiva, solvencia moral; para que los contenidos, conceptos e instrumentos pedagógicos que se ponga en práctica sean realmente eficientes, de acuerdo a las tareas y responsabilidades.

Estas capacidades deben ir aparejadas con un amplio y profundo conocimiento y práctica de la disciplina deportiva que dirigirá, tomando en cuenta los riesgos y la seguridad de su trabajo, los niveles del entorno, el futuro de la misma, el técnico deportivo debe ser un innovador, creativo, con visión científica y pragmática también. Todo este perfil es el que se desea y debería tener un técnico o entrenador de Judo obviamente, no puede esperarse menos.

Por ello los instructores y entrenadores de Judo deben ser personas con formación universitaria en alguna especialidad profesional, o también en educación física, la idea es que esta persona esté familiarizada con procesos pedagógicos de estudio, investigación, análisis, inferencias, hipótesis, formulación de ensayos, trabajos, monografías, informes, elaboración de planes y programas, de saber observar hechos y registrarlos para evaluación y estadísticas.

En otras palabras un instructor de Judo debe tener una mentalidad abierta a los cambios científicos y tecnológicos, de manera que le sea fácil actualizarse y capacitarse continuamente, y no se convierta en un empírico conocedor de las mismas fórmulas y costumbres, que convierte su experiencia en una capacidad pasiva, aletargada, ineficiente, estática.

Sobre estos hechos nos preguntamos, es este el perfil de muchos instructores de Judo ? creemos que muchos no tienen ese perfil eficaz, hay un elevado porcentaje de instructores que no cubren esos requisitos básicos de capacitación, sin embargo están a cargo incluso de seleccionados nacionales, y eso es serio realmente, los resultados

son los que hablan.

Japón con su eficiencia técnica y la continuidad de sus resultados en competencias, y la observancia de su pedagogía del Judo, es tal vez uno de los países donde para ser instructor de Judo será menester ser titulado en alguna profesión, o sea, haber tenido experiencia de vida universitaria completa, y ser certificado con su Menkyo o licencia de instructor.

## **7. El Mundillo de las Competencias**

El mundo del Judo tiene una fuerte inclinación a sintetizar la actividad deportiva en solo competencias incluso las promociones de rangos tienen como requisitos prioritarios el participar en un número mínimo de competencias, como si las competencias produjeran maestría en el Judo, pareciera que se quiere ver el Judo como sinónimo de torneos y medallas.

La focalización del Judo excesivamente competitiva desvirtúa su naturaleza y los postulados del Judo y del deporte como fenómeno social, no olvidemos que el deporte propende al desarrollo humano y social, a su difusión, promoción y aceptación masiva, por ello debe tener correlación con ese atributo social de desarrollo.

El deporte social es una necesidad y justificación, viéndolo como un fenómeno masivo en la participación social y el desarrollo integral de la persona. Pero lo esencial de la finalidad del deporte social en el plano individual, es la formación física, mental, moral y espiritual del individuo; para hacerlo un instrumento útil y aceptable a la sociedad; de forjarlo en la participación y el aporte social y económico con eficiencia; en esa necesaria interacción social y económica de su entorno.

Formarlo en las virtudes del servicio de educar a la población, de cooperar, de cuidar su salud; de forjar conciencia en la conservación ecológica y el reciclaje de su ecosistema, y de comprender, que a través del deporte social se contribuye a forjar el desarrollo de una nación. Sin duda que esos son los propósitos nobles del deporte.

El Judo ha sido influido con un sentido de reto obsesivo propio de la era en que se vive, que empuja ahora el Judo a entenderlo y orientarlo exclusivamente a la práctica de un deporte competencia, de Shiai, de torneos; teniendo esa preferencia como objetivo y sed de victoria compulsiva; que va dejando de lado a veces el Bushido, el Reigishiki, y

los principios científicos del Judo.

Alejándose del concepto tradicional magisterial y perdiendo tal vez su calidad artística, restando trascendencia a su filosofía y al científicismo de su teoría; situación que no fuera el deseo ni la visión de Kano. Sin embargo, no se negará que a pesar de todo ello, el Judo levanta un gran interés mundial, sus adeptos y practicantes van creciendo día a día en el mundo.

Las competencias son muy necesarias e importantes en la formación del Judoka, pero no lo son todo en el Judo, por eso es necesario abordar el aprendizaje del Judo con un sentido pedagógico excelente, global, integral, que además se vea en esta disciplina la formación de valores, el adiestramiento de la técnica con propósitos de perfección a través del estudio biomecánico, las pruebas, las correcciones, el Randori en sus diversas modalidades, los aspectos nutricionales, el sinergismo de la interrelación, la potenciación razonable.

He encontrado en muchos casos de no solamente Judokas intermedios sino en avanzados también, el desconocimiento de las nomenclaturas técnicas del Judo, así como incluso del vocabulario tan indispensable para comunicarse y entender los procesos técnicos.

Por esta razón se necesitan instructores calificados que sepan encontrar y proporcionar una armonía entre las cargas de trabajo y las intensidades de los adiestramientos físico- técnicos, pensando que la mejor manera de alcanzar el éxito en las competencias es dando una formación integral a sus atletas tanto de la teoría como los procesos del Judo.

## **8. El Judo es una Disciplina Integral**

El Judo como Arte Marcial es ciencia y arte del desequilibrio, y en esa composición confluyen los movimientos del cuerpo humano, con las fenomenologías de la mecánica física, de la observación de fenómenos astrofísicos, de los animales, de los fenómenos naturales, de lo que comprende la estructura y los procesos del Judo, haciendo de toda esa integración de conceptos y fenómenos, una teoría con valor científico.

El Judo tiene mucho de ese binomio excluyente del conocimiento humano, como son el arte y la ciencia, así encontramos interesantes observaciones de la mecánica física y su extraordinaria relación con los Waza, es decir la biomecánica del Judo. El Judo además tiene un lenguaje propio, el mismo que se habla y entiende en el mundo

entero, merecido honor además para Japón, en la difusión y conocimiento de su idioma y de su notable y rica cultura.

Hablar de Judo es hablar en lenguaje de Judo, no se entiende de otro modo; en las clasificaciones de sus Waza y Kata, de los equipos y accesorios utilizados, en las reglas. El lenguaje técnico del Judo está ahí presente, así como se aprecia en otras terminologías de otras disciplinas humanísticas y científicas.

Hay además, un cuerpo estructurado e interactivo de lenguaje, metodología, sistematización y taxonomía, a lo que llamamos estructura o teoría del Judo; haciendo del Judo un cuerpo ordenado y sistematizado de Budo y disciplina deportiva con bases científicas y esencias artísticas.

En el Judo existe también una coordinación e integración de la relación estrecha de Estructura-Procesos, y así como en otras disciplinas del saber humano, hay una articulación y secuencia sistemática en el desenvolvimiento de sus partes técnicas y de métodos, que vienen a constituir los procesos del Judo, y que son parte a su vez, del sistema del Judo.

Tal vez convendría precisar más la idea de estructura, lo cual entendemos por aquellos elementos como son la clasificación de los Waza; los principios y la filosofía del Judo; de las metodologías de la pedagogía, de todos los fundamentos que forman la teoría del Judo.

Cuando hablamos de procesos, nos referimos a la descripción biomecánica de las técnicas, de sus movimientos; de los principios y fundamentos dinámicos de los Waza; de los métodos de trabajo, estilos, tiempos, ángulos; del ataque y la defensa; de la modalidad de entrenamientos, de los ciclos, de las tareas físicas; de todo aquello que compone la dinámica del Judo.

En la práctica del Judo se agregan otros factores que corresponden o son propios de las aptitudes o capacidades individuales, así como de la sensibilidad y de las emociones de cada practicante o persona como son: Elegancia y plasticidad, belleza y precisión; resistencia y fuerza, agilidad y flexibilidad, equilibrio y elasticidad.

Otros factores importantes además como: destreza y talento, reacción y coordinación; madurez emocional y mentalidad positiva; conocimiento y experiencia, educación y formación; comunicación y creatividad, cooperación y esfuerzo mutuo; satisfacción y virtuosismo,

modestia y humildad.

## **9. La Importante Necesidad de la Formación y el Adiestramiento de los Instructores de Judo**

La enseñanza en el caso de la disciplina del Judo deporte, lleva el complemento de llevar una pedagogía que integra varios focos de interés, a través de la práctica eficaz de sus principales procesos técnicos. Así como la preocupación por una metodología del adiestramiento y la eficacia de esta Cultura Física, como elemento de la educación del cuerpo, de la mente, de la salud, en la mejora de la calidad de vida, sin lo cual el arte y la ciencia del Judo deporte no tendrían soporte para su perfeccionamiento biomecánico.

Sin embargo, el Judo deporte moderno está cojo de algunos de estos elementos, porque solamente se ha focalizado el desarrollo en el aspecto físico de la disciplina, en el estímulo de la fuerza bruta, especialmente como factor pragmático y primordial de la competencia. Por esa razón la importancia de la metodología científica en el Judo es necesaria porque sin ella la transmisión del conocimiento y de las experiencias se harán desarticuladamente, ineficazmente.

Ello implica entonces que en el deporte del Judo se tengan diferentes maneras no estructuradas de enseñarlo, que responden a las propias visiones, conceptos y experiencias de sus instructores; porque no existe un modelo estandarizado para formar instructores de Judo. Ese es el foco importante para compactar una teoría y pragmática estandarizada del Judo, en su Educación y en sus procesos de preparación para las competencias.

Vemos por ejemplo que el Bushido, los Kata, el Kuatsu, los Atemi, Gokyo no waza, Shimmeisho no waza y otras técnicas del Judo que no son enseñados en las escuelas porque no se conocen completamente, o se piensa que no son importantes; o que toda la enseñanza del Judo debe focalizarse y orientarse exclusivamente a la práctica de un coro de técnicas para la competición.

Hay competidores campeones, que fuera de conocer las dos únicas técnicas que utilizan en las competencias, y aunque estas los hacen ganar medallas y prestigio, no son capaces de demostrar el Gokyo no waza completo.

Tampoco se les exige en sus promociones de rangos que demuestren suficiencia en la clasificación de los Waza del Judo, solamente se les

toma en cuenta sus performances como competidores, esa es una política común entre muchos instructores y asociaciones, que menoscaban de esa manera el Judo deporte.

Incluso, en la enseñanza de los Waza no se pone énfasis en la enseñanza del Kuzushi, Tsukuri y el Kake como pasos fundamentales para lograr un lance. O sea, que esta es la predisposición metodológica de usar la fuerza como sustituto de la técnica, lo cual debe ser corregido. El Kiai es otro elemento del Judo que va en desuso y no se enseña, aquella energía que sale de adentro y se articula en el Kake, ayudando a concretar el lance.

La idea es una pedagogía del Judo deporte completa, tradicional, fidedigna, y con propósitos de futuro, que se aplique a la compleja sicomotricidad humana, particularmente en los niños; es en ellos donde está el campo fértil, sin adherencias y sesgos, y en quienes se puede sembrar buenas semillas de la educación de un Judo completo, integral, interconectado y secuencial en sus elementos y partes.

El propósito de la Educación en el Judo deporte no es exclusivamente la adquisición de determinados conocimientos o habilidades basadas en una teoría científica del Judo, para obtener medallas; lo es además en el desarrollo de un ser humano plenamente solidario, libre, creador y recreativo de su propia cultura, con el fin último de mejorar su calidad de vida en su entorno social.

Que produzca más tarde cosechas de buenos frutos, en judocas campeones, de gran estilo, y en buenos maestros del maravilloso deporte del Judo. El arte de la flexibilidad y del camino suave, la ciencia y el arte del desequilibrio, para una vida saludable y llena de positivas y mutuas satisfacciones.

Sobre estas bases conceptuales hemos estructurado un Programa de formación del Judo para Instructores en diversos niveles de experiencia y para diversos campos de trabajo. El cual comprende algunos propósitos como:

a) Formar y perfeccionar la ejecución técnico táctica tanto del Judo recreativo como competitivo.

b) Programar y dirigir el entrenamiento de atletas y equipos de diversos niveles.

c) Asesorar, y ejecutar el entrenamiento de atletas o grupos

deportivos.

d) Dirigir a atletas y equipos durante su participación en competiciones de diversos niveles.

e) Promover y masificar el Judo en colegios, universidades, comunidades, municipios, y otras instituciones.

f) Fomentar y cuidar de las acciones de administración del riesgo, seguridad, lesiones, primeros auxilios.

g) Planificar y dirigir Programas de Desarrollo del Judo como abordaje de la NO violencia social, basado en la formación de Valores Sociales.

h) Dirigir algún programa, departamento, academia o escuela de Judo. Estas políticas se relacionan con cierta estrategia didáctica para que el Judo sea enfocado con sentido de una educación completa y eficaz, será necesario entonces describirlo bajo cierto estructuramiento pedagógico y situacional, que a la vez sea un modelo estándar de enseñanza del Judo en todos los niveles.

Enriqueciéndolo con cursos o asignaturas complementarias a los Waza y Kata, como Anatomía general, Fisiología general, Psicopedagogía, Lesiones, Administración y Organización del deporte, Sociología del deporte, Promoción, Masificación, Desarrollo. Sin embargo entendemos que esta iniciativa involucraría contratar profesionales en la materia.

## **10. Eficiencia y Formalidades Académicas de los Instructores de Judo**

Por qué es necesaria la condición o formalidad de tener licencias para ejercer la docencia deportiva ?, llanamente por las mismas razones que a un mecánico se le exige una licencia para ejercer ese trabajo, un médico por ejemplo de hoy en día en cualquier parte del mundo necesita no sólo una licencia sino estar colegiado en una asociación profesional de su gremio.

Hay países donde los instructores de Judo tienen tres niveles, de menor a mayor, así: nivel 1 monitor, nivel 2 entrenador, y nivel 3 profesor; además de solicitárseles licencia nacional o Menkyo de instructor de Judo, deberán hacer la especialidad en una de estas áreas: trabajo de pie, trabajo de suelo, Kata, o defensa personal, y cuentan con un Plan de Estudios. Igualmente para ser juez de Kata se

requiere ser maestro nacional y hacer el curso respectivo del Kata elegido.

En otros países los Yudanshakai igualmente son las asociaciones que agrupan a los cinturones negros, estas entidades están encargadas de normar los procesos pedagógicos, tales como titulaciones, grados, planes de estudios, requerimientos de exámenes, requerimientos para cargos en la enseñanza o entrenamiento. Sin duda estas instituciones preservan que el desarrollo del Judo se canalice por caminos y mecanismos eficientes y aceptables.

Estimamos que deben haber tres áreas funcionales para la difusión, promoción, enseñanza y dirección técnica del Judo; por ejemplo habrá un tercer nivel básico o de inicio, en donde se debe masificar y promover el deporte y competitivo a nivel de colegios, universidades, municipios, comunidades, asociaciones, clubes, e instituciones. En este segmento los instructores deben tener entre 1er y 2do grado o Dan, y enseñaran los fundamentos del Judo y las técnicas básico-intermedias.

En un nivel segundo o intermedio, de donde se extraerán los talentos, los estudiantes con capacidades y habilidades especiales para la competencia, procedentes de colegios, universidades, municipios, comunidades, asociaciones, clubes, e instituciones, en este segmento los instructores a cargo deben tener entre 3er y 5to grado o Dan.

Enseñaran la biomecánica del movimiento y de las técnicas, el estímulo de las capacidades físicas de resistencia, potencia, velocidad, elasticidad, reflejos, flexibilidad, así como técnicas o Waza de Judo de nivel intermedio-avanzadas.

Finalmente un primer segmento dirigido para atletas de alta performance o grupos de élite, cuyo trabajo consistirá en alcanzar mejores rendimientos físicos, y el perfeccionamiento de las técnicas, así como aprender conceptos de eficiencia de resultados, optimización de la biomecánica y estrategias de combate. Se enseñaran técnicas avanzadas y estímulo de la creatividad para innovar o adaptar Waza que sean concordantes al biotipo y antropomorfología de cada atleta.

## **11. Roles Institucionales en la Formación Académica de los Instructores de Judo**

Así como no existen escuelas, institutos para la formación exclusiva de árbitros de Judo, ni de jueces de Kata, tampoco los hay para formar instructores de Judo, aunque ciertamente si existen cursos y seminarios al respecto, pero que obviamente no tienen la

frecuencianí la rigurosidad académica necesaria para cumplir sus cometidos con eficiencia.

Las federaciones, asociaciones, e instituciones que tienen la responsabilidad de normar, dirigir, promover, y desarrollar el Judo en cualquier parte del mundo, especialmente International Judo Federation y sus organizaciones de Uniones Continentales y Federaciones de países miembros de los cinco continentes del mundo, deberían diseñar programas de esta naturaleza, para que la pedagogía del Judo tenga esa excelencia que preserve el Kihon o fundamentos del Judo.

En Asia y Europa, nadie que no tenga un título universitario puede enseñar Judo, quizá suene drástico o incomprensible, pero creo que para poner a los deportistas en manos de técnicos, estos deben ser urgidos de llenar necesariamente los requerimientos mínimos o estándares para cumplir esa importante y delicada función.

El deporte del Judo tiene muchas justificaciones y procesos sociales suficientes como para pensar seriamente, que una actividad olímpico deportiva, debe ser organizada, y normada bajo una doctrina pedagógica y eficiencia de performances, y en ese objetivo, se haría necesario, formar organismos y procesos educativos que cumplan el rol de formar instructores de Judo.

Me pregunto, qué padre pondría en manos de inexpertos la educación de sus hijos?, en algún colegio que no reúna los requisitos mínimos de formación?. O en el campo de la salud, de alguien que ejerza la medicina sin los requisitos académicos y experiencias correspondientes?.

En toda área de la actividad humana se exige excelencia de calificaciones, por qué entonces en un deporte Olímpico como es el Judo tendrían que aceptarse excepciones de ineficiencia?, cuando bien se pueden encontrar o formar instructores competentes con adecuados programas de educación para instructores de Judo.

Hagamos entonces un estilo de enseñanza y aprendizaje, a través de una genuina Pedagogía del Judo, los resultados vendrán muy rápido.