



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

MENCIÓN EN EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN ARTÍSTICA Y MOTRICIDAD

TRABAJO FIN DE GRADO

EL JUDO INFANTIL MEDIANTE EL JUEGO

Propuesta de intervención en las aulas de Educación Infantil



Autora: Iris Gil Sesma

Tutor académico: Manuel Manrique Benito

RESUMEN / ABSTRACT

El presente trabajo de fin de grado se define como un puente entre el ámbito educativo y el ámbito deportivo estableciendo el judo como deporte ideal para la etapa escolar y, más concretamente, la Educación Infantil, aprendido a través del juego. Para ello, se realiza un análisis bibliográfico desde el punto de vista del juego y del mundo del judo para culminar los apartados teóricos con una vinculación entre el judo y el juego. Además recoge una propuesta de intervención diseñada para ser implementada con alumnado de segundo curso de Educación (4 años) dentro de la programación didáctica que se establece para dicho curso.

A través de este proyecto se pueden conocer los aspectos más importantes del juego y se descubre el judo como una realidad aplicable a las aulas, presentando una manera de implementarlo en las aulas de Educación Infantil a través de una metodología lúdica.

This final degree project is defined as a bridge between the educational and sporting spheres, establishing judo as an ideal sport for the school stage and, more specifically, for pre-school education, learnt through play. To this end, a bibliographical analysis is carried out from the point of view of the game and the world of judo to culminate the theoretical sections with a link between judo and the game. It also includes an intervention proposal designed to be implemented with students in the second year of education (4 years old) within the didactic programme established for the school timetable.

Through this project, the most important aspects of the game can be known, and judo is discovered as a reality applicable to the classroom, presenting a way to implement it in the infant education classrooms through a playful methodology.

PALABRAS CLAVE / KEYWORDS

Aprendizaje, juegos, judo, Educación Infantil

Learning, games, judo, Early Childhood Education

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVOS	2
3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA	3
3.1. Justificación personal	3
3.2. Justificación teórica.....	3
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
4.1. El juego.....	6
4.1.1. Características del juego	8
4.1.2. Clasificación del juego	10
4.1.3. Relevancia del juego en el currículo.....	13
4.2. El judo.....	15
4.2.1. Historia, fundamentos y características del judo	15
4.2.2. Beneficios del judo	18
4.3. Vinculación entre el juego y el judo.....	20
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	22
5.1. Contextualización.....	22
5.2. Aspectos curriculares	23
5.3. Temporalización.....	27
5.4. Recursos	27
5.5. Atención a la diversidad.....	28
5.6. Estructura de las sesiones	29
5.7. Evaluación.....	30
6. OPORTUNIDADES O LIMITACIONES	31
7. CONSIDERACIONES FINALES Y CONCLUSIONES	33
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35
9. ANEXOS	38
9.1. Anexo I: elementos del proyecto anual	38
9.2. Anexo II: sesiones	39

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Dominios de acción motriz según Larraz (2008)</i>	14
Tabla 2. <i>Relación de los cinturones utilizado en Judo</i>	19
Tabla 3. <i>Relación de los elementos curriculares de la propuesta de intervención</i>	28
Tabla 4. <i>Comparativa entre limitaciones y oportunidades del proyecto</i>	34

1. INTRODUCCIÓN

El judo es un deporte relativamente moderno, que surgió en 1882 en Japón de la mano de Jigoro Kano, su fundador, a raíz de sus inquietudes por mejorar las artes marciales que estaban tan presentes en la cultura oriental. Este deporte, se fundamenta en la utilización de la fuerza del rival para proyectarle debutó en los juegos olímpicos de Tokio en el año 1964 como homenaje a su país de origen. Cabe destacar que, aunque se introdujese en el panorama olímpico en la década de los 60, no fue hasta 1992, en los juegos olímpicos de Barcelona, cuando pudieron participar por primera vez las mujeres con la introducción de las categorías femeninas. Hasta el día de hoy, este deporte ha vivido un incremento de seguidores y deportistas que no ha dejado de aumentar. Además, se ha valorado como uno de los deportes más completos para la etapa escolar puesto que engloba capacidades físicas, psicoemocionales y socioculturales que permite al niño desarrollar su infancia con plenitud.

En este proyecto se plantea una propuesta de intervención en la que se utilizan los juegos como recurso metodológico para enseñar judo en la etapa de Educación Infantil, enmarcada dentro de una programación destinada al segundo curso del segundo ciclo de Educación Infantil, es decir, con el alumnado de 4 años aproximadamente. Para su contextualización se ha focalizado la atención en un centro de carácter público situado en una ciudad de la Comunidad Foral de Navarra. Cabe destacar que es un centro caracterizado por la pluralidad de su alumnado en todos los ámbitos (de origen socioeconómico, de modelos familiares y culturales...).

Este trabajo se divide en dos partes principales. La primera de ellas es una fundamentación teórica en la que se hace una revisión bibliográfica sobre los dos pilares del proyecto: el juego, teniendo en cuenta su definición, sus características y su importancia en la educación desde la perspectiva curricular; y el judo, haciendo un recorrido por su historia, sus fundamentos y sus características y, por último, sus beneficios en la infancia. Para terminar con la fundamentación teórica se hace una vinculación sobre el juego y el judo que supone la base del siguiente apartado: la propuesta de intervención. En la segunda parte del trabajo se recoge una propuesta didáctica centrada en el diseño de una situación de aprendizaje (viaje a Japón) fundamentada en el proyecto anual del curso (la vuelta al mundo: país por país). Por último, se analizan las limitaciones y oportunidades del proyecto y se establecen unas conclusiones y consideraciones finales, cerrando con las referencias bibliográficas que fundamentan todo el trabajo.

2. OBJETIVOS

Este trabajo de fin de grado tiene un objetivo principal que supone la base de su elaboración y es tomado como referencia a lo largo de todo el proyecto como eje vertebrador de este. Este objetivo principal se resume en:

- Comprobar la vinculación entre el juego y el judo a través de una propuesta de intervención que recoja la viabilidad de introducir el judo mediante una metodología lúdica en las aulas de segundo ciclo de Educación Infantil.

Sin embargo, para lograr su consecución, se han establecido diferentes objetivos específicos que cubran todos los aspectos necesarios y se han definido de la siguiente manera:

- Realizar una revisión bibliográfica sobre el juego y el judo a nivel escolar.
- Revisar la viabilidad según la legislación vigente de introducir el judo a través del juego.
- Proponer juegos que realicen un trabajo de iniciación en el judo.
- Facilitar herramientas lúdicas para trabajar en las aulas de 3 a 6 años.
- Conocer y saber aplicar los conocimientos iniciales del judo (caídas, técnicas de inmovilización y proyecciones).
- Promover la autonomía en el aprendizaje respetando los ritmos particulares del alumnado.
- Fomentar el compañerismo en el aula a través de un deporte individual, inculcando valores de respeto, tolerancia, superación y esfuerzo.
- Adquirir conciencia sobre las posibilidades motrices del alumnado y sus capacidades de mejora.
- Favorecer una educación integral de los niños y niñas de Educación Infantil teniendo en cuenta el carácter globalizador de esta etapa.

3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

3.1. Justificación personal

La elección del tema para realizar este trabajo de fin de grado tiene dos argumentos que suponen fundamentales en mi día a día. Por un lado, como docente, considero muy positivo y prácticamente imprescindible utilizar el juego como recurso metodológico para el proceso de enseñanza-aprendizaje, tomándolo como herramienta para aprender jugando. Por otro lado, empecé en el mundo del judo con 4 años y sigo practicándolo 20 años después. Más allá del tiempo que he pasado dentro del tatami, el judo ha tenido unas repercusiones en mi vida que me han formado como persona. En ese sentido, este deporte ha sido un ámbito fundamental en mi crecimiento y mi desarrollo, tanto a nivel físico como a nivel personal, y me ha dado unos valores que han hecho de mí lo que soy ahora.

En definitiva, este proyecto aúna dos de los pilares clave en mi vida: el judo y la docencia, y nace de las inquietudes de una docente que le gustaría transmitir a su alumnado todo lo positivo que el judo ha supuesto en su vida. Por ello, en él se hace una propuesta de intervención que fundamente la enseñanza del judo a través del juego para niños y niñas de segundo ciclo de Educación Infantil porque apuesto por esta metodología para enseñar judo en las aulas.

3.2. Justificación teórica

El trabajo de fin de grado, como proyecto culminante al periodo de formación inicial como maestra, debe mostrar la adquisición de determinadas competencias necesarias para ejercer la profesión docente. Mediante la realización de este trabajo, se aplican los conocimientos aprendidos durante la formación universitaria y se demuestran las capacidades desarrolladas que abarcan desde la revisión de bibliografía relacionada con el tema a trabajar hasta la extracción de conclusiones efectivas de una propuesta determinada pasando por el diseño de actividades didácticas basadas en el currículo establecido. De este modo, durante la realización de este documento se han adquirido las siguientes competencias del grado de Educación Infantil:

3.2.1. Competencias generales

1. Poseer y comprender conocimientos en un área de estudio -la Educación- que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

2. Aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio –la Educación–.
3. Reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.
4. Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
5. Habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
6. Desarrollar un compromiso ético en su configuración como profesional, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.

3.2.2. Competencias específicas

Formación básica

1. Comprender los procesos educativos y de aprendizaje en el periodo 0-6, en el contexto familiar, social y escolar.
2. Capacidad para saber promover la adquisición de hábitos en torno a la autonomía, la libertad, la curiosidad, la observación, la experimentación, la imitación, la aceptación de normas y de límites, el juego simbólico y heurístico.
3. Conocer el desarrollo psicomotor y diseñar intervenciones destinadas a promoverle.
4. Potenciar en los niños y las niñas el conocimiento y control de su cuerpo y sus posibilidades motrices, así como los beneficios que tienen sobre la salud.
5. Reflexionar en grupo sobre la aceptación de normas y el respeto a los demás. Promover la autonomía y la singularidad de cada alumno o alumna como factores de educación de las emociones, los sentimientos y los valores en la primera infancia.
6. Participar en la elaboración y seguimiento de proyectos educativos de educación infantil en el marco territorial autonómico y nacional e internacional.

Didáctico disciplinar

1. Promover el juego simbólico y de representación de roles como principal medio de conocimiento de la realidad social.
2. Ser capaces de utilizar el juego como recurso didáctico, así como diseñar actividades de aprendizaje basadas en principios lúdicos.
3. Ser capaces de elaborar propuestas didácticas que fomenten la percepción y expresión musicales, las habilidades motrices, el dibujo y la creatividad.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. EL JUEGO

Atendiendo a su origen etimológico, la palabra juego procede del latín “iocus” que significa broma, y el carácter lúdico que le asignamos tiene su origen en el latín “ludus” que significa juego, Como menciona Díaz (2008) el juego “está asociado con la diversión, la recreación física, el placer y la alegría.” (p. 14).

Haciendo una revisión de diferentes investigaciones surgen diferentes apreciaciones dependiendo del foco de atención como recogen Torres y Torres (2007). Klein (1929) considera el que juego es “el mejor medio de expresión del niño” (p. 12), por lo que nos muestra una capacidad expresiva del juego que nos va a proporcionar mucha información como educadores; mientras que Erikson (1972) afirma que el juego es la manera que tiene el niño de comprender la realidad y supone una tarea interminable y esencial para el crecimiento infantil. Además, apunta que es el medio infantil para prefigurar dimensiones ficticias y posibilidades futuras. Por su parte, Wallon (1942) menciona que “los juegos de los niños constituyen simulacros que facilitan el acceso y dominio del campo simbólico” (p. 14), lo cual les ayuda a comprender la realidad y participar en ella.

Conforme a estos autores, lo cierto es que el juego se considera una manera de conectar la personalidad del niño con el mundo que le rodea a todos los niveles, por lo que a través del juego se pueden observar las necesidades que surgen, sus inquietudes y sus intereses, así como sus vínculos con otras personas y con el entorno que pueden ser condicionantes de su manera de actuar y, por lo tanto, de su forma de desarrollar el juego. En este sentido, Bruner (1983) aprecia que el juego tiene, por un lado, la función de aprender de situaciones ficticias que suponen un peligro menor y, por otro lado, la posibilidad de probar conductas de una manera suavizada. Esto reafirma que el juego se utiliza como simulación de la vida real dentro de la mente infantil, por lo que se debe prestar especial atención ante el modo de juego del alumnado.

Vygotsky (1966), por su parte, hace referencia a que “Del mismo modo que toda situación imaginaria contiene reglas de conducta, todo tipo de juego con reglas contiene una situación imaginaria.” (p. 14). Con ello, condiciona el aprendizaje a las posibilidad de vivir experiencias teniendo en cuenta el cumplimiento de normas establecidas, lo cual desarrolla el respeto hacia las reglas y la responsabilidad colectiva. Piaget (1945) considera diferentes categorías lúdicas en función de la edad (hasta los dos años, repeticiones sensoriomotoras agradables; de dos a seis años, juegos de ficción; a partir de los seis años, juegos de reglas). Sin embargo, Cañequé

(1993) recoge que para Piaget “el juego es el producto de la asimilación que se disocia de la acomodación antes de reintegrarse a las formas de equilibrio permanente, que harán de él su complementario en el pensamiento operatorio o racional” (p. 6).

De la diversidad de estos autores podríamos obtener la definición de juego como el medio de experimentación y expresión que permite al niño comprender el entorno que le rodea aprendiendo de situaciones ficticias a través de ensayos conductuales. A estos aspectos, considero relevante añadir el carácter lúdico propio del juego, de manera que este sea una manera divertida de explorar el entorno social, cultural y natural así como de conocerse a sí mismo. En definitiva, el juego es empleado como un medio para comprender y establecer sus ideas conceptuales sobre el mundo.

Según la UNESCO (1980), “los juegos proporcionan un medio excelente de aprendizaje de los valores culturales de la sociedad, los cuales son representados de manera simbólica: en las reglas de juego y mediante el empleo de motivos decorativos tradicionales” (p. 17). Es por esto por lo que el modo de juego va evolucionando y adaptándose en función de las circunstancias sociales pero a lo largo de la historia siempre ha mantenido la representación simbólica y el aspecto lúdico propio del juego.

Por otra parte, como apunta López (2010) el juego tiene una finalidad educativa y desarrolla los siguientes aspectos de la personales: la afectividad, la motricidad, la inteligencia, la creatividad y la sociabilidad.

En definitiva, aunque resulta complicado realizar una definición precisa de lo que es el juego, se podría reconocer como una actividad lúdica que aporta diversión, exploración del espacio y los objetos, experimentación, descubrimiento y relación tanto con el medio natural como con el entorno social. Es una actividad que facilita la oportunidad de descubrir el mundo y comprenderlo experimentando con situaciones ficticias o simulaciones teniendo presente el carácter lúdico.

4.1.1. Características del juego

Para comprender el juego más allá de una explicación teórica debemos atender a unas características que lo definen. Según Reina (2009), el juego es una actividad placentera y divertida, que se desarrolla en un tiempo y un espacio determinado y es un medio y un fin en sí mismo. Además, conlleva algún elemento de tensión y de acción y está conectado con la realidad incluso cuando se basa en la imaginación.

Por su parte, Sandoval (2011) considera que algunas características del juego pueden ser que es una actividad libre, independiente del mundo exterior y con un carácter necesariamente subjetivo, que transforma la realidad externa creando un mundo de fantasía y es desinteresado porque transcurre dentro de la propia actividad que se practica en razón de la satisfacción que produce su misma práctica.

Estas características muy probablemente estén basadas en la teoría sobre el homo ludens de Huizinga e Imaz (1998, como se citó en Arenas, 2016), dicho autor considera que los juegos, para ser denominados como tal, deben poseer estas características:

- El juego tiene que ser una actividad libre. El juego no debe suponer ninguna obligación y es una actividad que se puede abandonar en cualquier momento.
- El juego no es la vida «propiamente dicha». El juego no forma parte de la realidad, por lo que el individuo puede ser lo que quiera ser. Además es una actividad que tiene su fin en sí misma.
- El juego tiene unos límites de tiempo y espacio. Trigueros (2002) afirmó que:
Considera que una vez que se ha jugado, esa actividad permanece en el recuerdo como creación o tesoro espiritual, pudiendo ser transmitido como tradición para que se juegue inmediatamente o transcurrido algún tiempo; cobrando una sólida estructura como forma cultural (p. 1).
- El juego exige un orden absoluto. Todas sus acciones están reguladas y la desviación más pequeña estropea el juego, le hace perder su carácter y lo anula. Posee las dos cualidades más nobles que el hombre puede encontrar en las cosas; ritmo y armonía.
- El juego produce tensión, emoción y misterio. Existe incertidumbre sobre lo que va a ocurrir. Esta característica, junto con la del orden, hacen que se tengan que considerar las reglas del juego.

Estas características recogen todos aspectos propios del juego en su propia esencia, aunque desde el punto de vista educativo considero que la actividad lúdica puede llevar consigo (y al menos en la escuela, debe hacerlo) una perspectiva didáctica de manera que posibilite la adquisición de habilidades o conocimientos sin percibir la necesidad de aprender.

Con ello, se hace referencia a que el hecho de aprender jugando no implica que el juego no sea juego, ni que el aprendizaje no sea aprendizaje; sino que el juego es una herramienta idónea para transmitir cualquier tipo de conocimiento en Educación Infantil sin necesidad de que el alumnado perciba que está aprendiendo y se consoliden los contenidos. De esta manera, el aprendizaje lúdico es fundamental en esta etapa por las características de los niños y niñas.

Teniendo en cuenta las características del juego y su papel en el aprendizaje, Achavar (2019) recoge que el juego puede ser visto como un espacio cultural (es un ámbito vivencial para niños y niñas, en el que encuentran seguridad y libertad para expresar sus emociones, necesidades, estados e intereses), una actividad (es la esencia del conocimiento del entorno, puesto que pone en práctica mecanismos de imitación y contrastación con la conducta real) y una fuente de aprendizaje (ya que provee oportunidades de construcción de mundos imaginarios que favorecen el pensamiento abstracto y la generación de guiones narrativos que exigen la producción lingüística y cognitiva).

4.1.2. Clasificación del juego

El juego, más allá del aspecto lúdico que lo caracteriza y de sus posibilidades didácticas como herramienta de aprendizaje, se puede clasificar de diferentes maneras en función del aspecto en el que pongamos el foco de atención. Por ello, surgen diversas clasificaciones según su organización, su finalidad o sus materiales.

Por ejemplo, Díaz (1993) clasifica los juegos tomando en consideración la cualidad que potencian, distinguiendo entre juegos sensoriales (donde se estimulan los sentidos), juegos motrices (que definen el dominio de los movimientos), juegos de desarrollo anatómico (a través de la estimulación muscular y articular), juegos organizados (que añaden un valor social y emocional), juegos predeportivos (donde se desarrollan habilidades propias de deportes) y juegos deportivos (donde se desarrolla un deporte en su totalidad, incluyendo el arbitraje y la competición). En este sentido, se pretende valorar el juego basándose en el campo de estimulación y desarrollo que conlleva la actividad lúdica, lo cual facilita la selección teniendo en cuenta este criterio.

Por su parte, Martínez y Villa (2008) analizan la diferencia que establece Karl Groos entre juegos de experimentación, de locomoción, los juegos cinagéticos (que se centran en la persecución e interacción con una “presa”), los juegos de combate, los juegos arquitectónicos (o de construcciones), los juegos tróficos (que se establecen cerca del juego simbólico referente al cuidado de objetos, animales o personas) y, por último, los juegos imitativos o de curiosidad. Así pues, en función de las consecuencias del juego o el mensaje que trasmite, se considera un juego u otro. Probablemente, la importancia de estos modelos lúdicos se basa en la espontaneidad del juego libre, más allá de una instrucción en la que el alumnado asume el rol que se le asigna, puesto que esta clasificación nos puede facilitar el análisis del niño a través de la observación del juego autónomo.

Otra clasificación para organizar los juegos pueden ser los dominios de acción motriz. Para ello, Parlebas (2001) entiende como dominio de acción motriz “el campo en el que las prácticas corporales son consideradas homogéneas respecto a criterios pertinentes y precisos de la acción motriz” (p. 161) y mantiene que el foco de atención debe estar “las relaciones que el individuo establece con su entorno de acción” (Parlebas, 2003, p. 3). Atendiendo a este criterio, Larraz (2008) establece la clasificación que aparece en la siguiente tabla:

Tabla 1.

Dominios de acción motriz según Larraz (2008).

Dominio de acción motriz	Definición
Acciones en un entorno físico estable	“Son actividades esencialmente medibles con parámetros espaciales o temporales o de producción de formas.” (p. 8). Este tipo de actividades facilita la potenciación de mejora de las habilidades del alumnado.
Acciones de oposición	“Las acciones motrices de enfrentamiento interindividual colocan al alumno en situaciones de antagonismo exclusivo “uno contra uno”; en ellas la incertidumbre no proviene del medio, que permanece estable, sino del adversario.” (p. 8). Mediante estas dinámicas se desarrolla un respeto muy profundo hacia las reglas y el rival.
Acciones de cooperación	“El grupo de alumnos debe colaborar para conseguir un mismo objetivo” (p. 9). Estas propuestas desarrollan el sentimiento de pertenencia al grupo así como la solidaridad y las relaciones interpersonales positivas.
Acciones de cooperación y oposición	“Las actividades de este dominio, realizadas en un espacio en el que la incertidumbre del medio está neutralizada, se basan en un enfrentamiento inter-colectivo con objeto de resolver a su favor una relación de fuerzas.” (p. 9). En los juegos de este tipo, además de la pertenencia al grupo, se adquiere un nivel de responsabilidad colectiva que permite focalizar la atención de un grupo completo y diverso en un objetivo común sin olvidar el cumplimiento de las reglas.
Acciones en un entorno físico con incertidumbre	“El alumno se ve obligado a organizar conductas adaptadas al medio físico y a elaborar acciones motrices específicas.” (p. 9-10). Este tipo de actividades permite al alumnado analizar los riesgos que implica la

	incertidumbre del medio para garantizar la seguridad y gestionar las posibilidades del propio cuerpo en función de la situación.
Acciones con intenciones artísticas y expresivas	“Pretenden finalidades estéticas y comunicativas, y pueden comportar proyectos de acción colectiva (...) destinadas a ser percibidas por otros”. (p. 10). Estas dinámicas desarrollan la expresión y la comunicación del alumnado potenciando su imaginación y despertando la inquietud estética del movimiento.

Nota. Elaboración propia basada en la publicación de Larraz (2008).

Como se puede observar, las clasificaciones son muy diferentes según el foco de interés, pero todos los juegos tienen un espacio en las diversas categorías que han surgido. En relación con el judo, del que hablaré más adelante, y los juegos que se pueden emplear para su aprendizaje (que vertebrarán la propuesta de intervención de este trabajo), podríamos definir lo siguiente:

- En cuanto a la clasificación de Díaz (1993), el judo en sus niveles iniciales podría situarse dentro del grupo de juegos predeportivos, puesto que es una aproximación al judo como deporte aunque teniendo en cuenta el nivel de iniciación.
- Respecto a la clasificación de Martínez y Villa (2008), los juegos donde se trabajan aspectos del judo serían esencialmente juegos de combate, aunque también podemos enmarcar algunos dentro de los juegos de locomoción y cinegéticos.
- En los dominios de acción motriz de Larraz (2008), el judo es, esencialmente, una acción de oposición en la que existe un profundo respeto por las normas y el compañero sin olvidar el objetivo de derribarlo.

4.1.3. Relevancia del juego en el currículo

Todo proyecto de enseñanza debe tener una fundamentación en la legislación vigente puesto que es el eje vertebrador del proceso de aprendizaje. Por ello, en este apartado se expone la presencia e importancia del juego dentro del currículo nacional y autonómico en materia de educación.

En el Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, se recogen los aspectos fundamentales de esta etapa. Atendiendo a los principios pedagógicos del artículo 6, el juego es protagonista del segundo punto, donde aparece que la práctica educativa con el alumnado de 0 a 6 años “se basará en experiencias de aprendizaje significativas y emocionalmente positivas y en la experimentación y el juego” (p. 4). Además, a través del juego se favorece el “desarrollo afectivo, a la gestión emocional, al movimiento y los hábitos de control corporal, las manifestaciones de la comunicación y del lenguaje, y las pautas elementales de convivencia y relación social” y se potencia la posibilidad de que “niños y niñas adquieran autonomía personal y elaboren una imagen de sí mismos positiva, equilibrada e igualitaria y libre de estereotipos discriminatorios” (p. 4). En lo referente a las áreas de la Educación Infantil, el juego puede estar presentes en todas ellas, siendo un medio idóneo para desarrollar “un planteamiento educativo que promueva la configuración de situaciones de aprendizaje globales, significativas y estimulantes que ayuden a establecer relaciones entre todos los elementos que las conforman” (p. 5). Por último, en los saberes básicos aparece el juego “como actividad propia para el bienestar y el disfrute”, como valor añadido a que a través del juego se puede y se debe potenciar el conocimiento del cuerpo y el control progresivo del mismo, el desarrollo afectivo de forma equilibrada, la adquisición de hábitos saludables y la interacción socioemocional con el entorno que nos rodea.

A nivel autonómico, siendo la Comunidad Foral de Navarra el lugar donde se plantea la propuesta de intervención, se analiza el Decreto Foral 61/2022, de 1 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas de la etapa de Educación Infantil en la Comunidad Foral de Navarra. En él, se recoge que el juego facilita al alumnado de Educación Infantil la vivencia de situaciones que potencian su desarrollo integral mediante el control y autonomía corporal experimentando las posibilidades motrices y sensitivas del propio cuerpo así como la adquisición de destrezas exploratorias y manipulativas. También favorece el conocimiento e

identificación de emociones y el desarrollo personal así como la interiorización de normas y valores sociales.

En definitiva, el juego supone un papel fundamental en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas, especialmente en las edades tempranas, por lo que no se puede mantener al margen del papel docente en la etapa de Educación Infantil sino que debe ser un protagonista de la programación de situaciones de aprendizaje en las aulas.

4.2. EL JUDO

4.2.1. Historia, fundamentos y características del judo

El judo es un arte marcial creado por Jigoro Kano en el año 1882 a raíz de sus inquietudes por crear un estilo propio de lucha que se basase en unos principios filosóficos, morales y físicos partiendo del jiu-jitsu. Este deporte se introdujo por primera vez en los juegos olímpicos de Tokio celebrados en 1964 en homenaje al país de origen de su creador, aunque Kano habría fallecido con anterioridad sin lograr ver el alcance del judo como disciplina olímpica.

Atendiendo a su etimología en japonés, el término “ju” significa suavidad o flexibilidad y el término “do” hace referencia al camino o principio, por lo que judo se propia traducir como camino de la suavidad. Este deporte encuentra su esencia en el nombre, puesto que el judo se basa en el principio de la no resistencia, es decir, en la utilización de la fuerza del rival para “adaptarse a su movimiento, desviarla de su objetivo y utilizarla en provecho propio” (Uequín, 2005, p. 10).

El judo se practica en un lugar denominado “Dojo” y se concibe como el espacio para la búsqueda de la perfección física, psicológica, moral y espiritual. El suelo que posee esta sala se denomina “Tatami” y está formado por un tipo de colchonetas de determinadas características que minimizan el dolor absorbiendo el impacto de las caídas.

Para la práctica de judo se utiliza un traje llamado “judogi” compuesto por un pantalón largo y liso y una chaqueta con textura rugosa, manga larga y solapas que cruzan por delante del cuerpo con unos refuerzos para facilitar el agarre. Existen judogis de diferentes colores, aunque de manera oficial se utilizan el blanco (para entrenamiento y competición) y el azul (únicamente para competición, como forma de distinguir a un competidor de su oponente).

Además del judogi, cada “judoka” (denominación de las personas que practican judo) utiliza un cinturón (en japonés, obi) anudado alrededor de su cintura y sujetando la chaqueta del judogi que representa el grado de conocimientos de judo que posee en función de su color. En contra de la idea generalizada de que los cinturones por colores existen desde el origen del judo, estos se establecieron más adelante en Europa como manera de motivar al judoka para mejorar. Así pues, a día de hoy se utilizan los siguientes colores, cada uno de ellos asociado a un significado como aparecen en la tabla 2.

Tabla 2.

Relación de los cinturones utilizado en Judo

Significado	Color en Europa	Grado	Color en Japón
Pureza		6° Kyu o Rukkyu	
Descubrimiento		5° Kyu o Gokyu	
Ilusión		4° Kyu o Yonkyu	
Esperanza		3 ^{er} Kyu o Sankyu	
Idealismo		2° Kyu o Nikyu	
Camino del conocimiento		1 ^{er} Kyu o Ikkyu	
Iniciación y maestro del conocimiento		1 ^{er} Dan o Shodan 2° Dan o Nidan 3 ^{er} Dan o Sandan 4° Dan o Yondan 5° Dan o Godan	
Doctor del conocimiento		6° Dan o Rokudan 7° Dan o Sichidan 8° Dan o Hachidan	
Vida de dedicación		9° Dan o Kudan 10° Dan o Judan	

Nota. Elaboración propia basada en la publicación de Mundo (2014).

La (Federación Navarra de judo y D.A., 2022), “programa de examen de cinturón negro de judo” recoge los fundamentos de este deporte, denominados “kihon” en japonés, con los aspectos clave del judo y son:

- Rei: el saludo muestra gratitud, cortesía y respeto. Se realiza tanto hacia rivales, entrenadores y árbitros como hacia objetos y símbolos como la imagen del fundador Jigoro Kano o el tatami. Existen dos tipos de saludos, uno de ellos se realiza de pie y otro de rodillas.
- Ukemis: las caídas están pensadas como una forma de caer evitando dolor y lesiones. Por ello, es fundamental aprenderlas correctamente y en mi primer lugar para que no aparezcan miedos a caer y no haya daños. Se diferencian en caída de espaldas (ushiro ukemi), caída lateral (yoko ukemi), caída hacia delante (mae ukemi) y caída hacia delante rodando o voltereta (mae mawari ukemi).
- Nage waza: las acciones de judo pie tienen como objetivo la proyección del rival a través de un desequilibrio y una técnica. Dependiendo de la parte del cuerpo que utilicemos para derribar a nuestro contrincante la técnica puede ser de hombro o brazo (te waza), de cadera (koshi waza), de pierna (ashi waza) o de sacrificio (sutemi waza).
- Katame waza: las acciones de judo suelo buscan controlar el cuerpo del rival partiendo desde el suelo y pueden ser inmovilizaciones (osaekomi waza) en las que la espalda del contrincante tiene que estar en contacto con el suelo, estrangulaciones (shime waza) que se basan en ejercer presión sobre las vías respiratorias o sanguíneas del compañero o luxaciones (kansetsu waza) haciendo palanca sobre el codo aunque realmente se pueden luxar prácticamente todas las articulaciones del cuerpo. Es importante que las técnicas de estrangulación y luxación no se introduzcan hasta categorías superiores puesto que si se da una falta de conocimientos o control adecuado pueden suponer un riesgo muy alto.

4.2.2. Beneficios del judo

A nivel institucional, el judo ha sido declarado por la UNESCO como el mejor deporte inicial formativo a partir de los 4 años. Esto encuentra su justificación en que hace posible, a través de la diversión y el juego, la combinación de factores fundamentales para el desarrollo de la infancia tanto motrices, potenciando el equilibrio, la coordinación, la motricidad y la orientación espacial (Peranzi, 2008) como cognitivos y sociales, trabajando la autoestima, el autoconcepto y la evolución personal sin olvidar la gratitud y la lealtad al compañero y al maestro. Por su parte, el Comité Olímpico Internacional (COI) lo ha considerado el deporte más completo ya que promueve la amistad, la participación, el respeto y la superación personal.

Como menciona Delgado (2018), el judo “empieza desde un agarre, algo innato que tienen los niños al nacer, agarrarse a algo o alguien, es una lucha suave donde se está abrazado al compañero sin necesidad de golpearle o hacerle daño, todo lo contrario tratándolo bien” (p. 4). Esto es fundamental puesto que, generalmente, la imagen de las artes marciales es de un acto violento cuando en el judo se da un ambiente de compañerismo y respeto que deben ser la esencia de cualquier acción. Además, esta misma autora menciona que otra diferencia es la necesidad de anticipación ante las acciones o reacciones de nuestro compañero, por lo que estimula la capacidad cognitiva del alumnado para prevenir y tomar decisiones de manera autónoma y en un breve periodo de tiempo.

Por otro lado, como recoge Arenas (2016) la práctica de judo posee los siguientes beneficios en los niños y niñas:

- Potencia el desarrollo del aparato locomotor y las habilidades motrices, así como aspectos de flexibilidad, coordinación y equilibrio.
- Desarrolla el pensamiento táctico de manera inmediata y prácticamente inconsciente debido a la rapidez en la toma de decisiones.
- Cubre las necesidades de movimiento propias de la infancia, reduciendo la ansiedad y promoviendo la adaptación al entorno.

Sin embargo, cabe destacar que “independientemente de los logros físicos que te aporte el judo, la aplicación de este va más enfocada a la mejora del desarrollo personal de los individuos que lo practican” (López, 2021, p. 8) por lo que me gustaría destacar también algunos aspectos como que:

- Favorece el autoconocimiento, el autocontrol corporal y la tolerancia, así como la confianza en uno mismo, la concentración y la creatividad.

- Facilita la pérdida de miedos al contacto físico y al dolor de las caídas.
- Fomenta la aplicación de las normas y su cumplimiento, lo que favorece las relaciones interpersonales teniendo presentes valores como el trabajo en equipo, el compañerismo y el esfuerzo.
- Posee un carácter socializador ya que, pese a ser un deporte individual, se aprecia en gran medida al compañero tanto en los entrenamientos como en la competición, por lo que mejora las relaciones interpersonales.

4.3. VINCULACIÓN ENTRE EL JUEGO Y EL JUDO

En la actualidad podemos observar cómo aún muchos monitores de judo siguen empleando en el diseño de sus clases el modelo de enseñanza tradicional, el cual consiste en una demostración técnica por parte del profesor, y la reproducción fiel del modelo por parte del alumno. (...) Este tipo de enseñanza reduce las posibilidades de creatividad y de adaptación individual necesaria para la resolución de problemas en una situación de oposición. (Robles, 2006)

Aunque bajo mi punto de vista todo el mundo aprendemos mejor si lo hacemos de manera lúdica, debemos tener presente que este proyecto está enfocado a la enseñanza del judo en la etapa de Educación Infantil. En estas edades se da una iniciación al deporte que sienta las bases de su motricidad y potencie sus capacidades dentro del judo, teniendo en cuenta que la enseñanza es diferente que si se comienza en la edad adulta.

Resulta esencial comprender el juego como recurso pedagógico y utilizarlo para transmitir los aprendizajes al alumnado. Esto encuentra su justificación en que el juego es “una forma de aprendizaje natural; representa una práctica significativa altamente motivante; facilita el aspecto social y la coeducación; puede reportar una corrección del movimiento; y el conocimiento de los resultados se realiza de forma global y se encuentra implícito.” (García et. al., 2006, p. 14).

Tampoco podemos olvidar que:

El aprendizaje a través del juego adecuado permite adquirir muchas experiencias y muchos conocimientos y los judocas se introducen en el deporte casi sin darse cuenta. (...) El juego motor bien planteado en el deporte del judo es un recurso pedagógico que favorece una organización específica de la conducta y que da como resultado un conjunto de acciones de tipo motriz en las que se relaciona directamente la técnica con la táctica, según las situaciones concretas que se den en el contexto deportivo. (García et. al., 2006, p. 20).

Teniendo presente la necesidad de que la motivación del alumnado es un aspecto clave para que un proyecto educativo tenga éxito, Robles (2003) considera que “es importante la utilización del juego como principal medio de aprendizaje para que los alumnos se diviertan realizando actividad física” (p. 2) aunque el propio autor menciona la importancia de profundizar en el juego para que, más allá del carácter lúdico, sea una herramienta para trabajar diferentes habilidades del judo.

En consonancia con Robles Rodríguez, entrenador de judo, considero que las sesiones de iniciación al judo deben trabajar los aspectos principales para la consecución de este deporte como la orientación espacial, el aprovechamiento de la fuerza, los desplazamientos o el equilibrio a través de los juegos, estableciendo objetivos concretos y definiendo el recurso más adecuado en función de las habilidades a trabajar. Es importante que cada dinámica conlleve una justificación técnica o táctica, que puede ir desde el calentamiento para evitar lesiones hasta el comienzo de combates desde una posición concreta o con ciertos requisitos, siempre desde una perspectiva lúdica y motivadora para el alumnado.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1. Contextualización

La siguiente propuesta de intervención ha sido diseñada para ser implementada en las aulas de segundo curso de Educación Infantil de un centro público urbano localizado dentro de la Comunidad Foral de Navarra. Este colegio alberga todos los cursos del segundo ciclo de Educación Infantil y la etapa completa de Educación Primaria, organizando a su alumnado en dos o tres líneas por curso, dependiendo del número de estudiantes.

En la etapa a la que va destinada esta propuesta existen dos aulas por nivel, que varían de los 17 a los 20 alumnos y alumnas por grupo. De esta manera, se ha planificado para su desarrollo con las dos aulas de 4 años del centro. Entre el alumnado se puede observar una gran diversidad de orígenes culturales, lingüísticos y socioeconómicos que no suponen ningún tipo de problema para la comunicación real y efectiva entre el centro y las familias.

Se debe mencionar que este proyecto, aunque esté ideado para unos grupos concretos, es susceptible de ser adaptado para cualquier curso de la etapa de Educación Infantil, incluso para Educación Primaria implementando las modificaciones necesarias.

En cuanto a la temática del proyecto, se enmarca en la programación anual e interdisciplinar diseñada para el segundo curso de Educación Infantil, relacionada con los países del mundo y utilizada como modelo vehicular para desarrollar todos los proyectos del curso lectivo. Es por ello que, aunque esta propuesta centra su atención en el desarrollo psicomotriz para conocer y practicar judo, se ve inmerso en el proyecto de Japón, pues es el deporte por excelencia ya que surgió en este país. Para dar continuidad al proyecto a lo largo de todo el año, se utilizará un mapamundi en el que se irán coloreando los países que se van conociendo y se entregará al alumnado un pasaporte donde poder sellar cada país como elemento motivador (ver anexo I)

Como punto de partida, se debe tener en cuenta que el alumnado probablemente no es conocedor de la existencia de este deporte, mucho menos de su práctica, por lo que es un proyecto de iniciación al judo a través del juego para el que no es necesario poseer conocimientos previos por parte del alumnado ni de las familias puesto que comenzará desde los aspectos más básicos. Además, tampoco es necesario que el profesorado posea unos conocimientos demasiado extensos sobre judo, aunque es importante conocer las medidas de seguridad para evitar lesiones e informarse previamente sobre el contenido a transmitir.

5.2. Aspectos curriculares

Para el diseño de este proyecto se tiene en cuenta la legislación vigente en la comunidad autónoma donde está previsto implementarlo, por lo que se fundamenta en el Decreto Foral 61/2022, de 1 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas de la etapa de Educación Infantil en la comunidad Foral de Navarra.

En el artículo 3 de este documento, se recogen las siguientes definiciones a las que se presta especial atención para desarrollar la propuesta de intervención:

- **Objetivos:** logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave. En este sentido, el proyecto contribuye a los siguientes objetivos de etapa recogidos en el artículo 8:
 - a) Descubrir y conocer su propio cuerpo y el del resto de sus compañeras y compañeros, así como sus posibilidades de acción, y aprender a respetar las diferencias.
 - c) Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.
 - g) Iniciarse en el movimiento, el gesto y el ritmo.
- **Competencias clave:** desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. En el anexo I del citado Decreto, menciona que la etapa de educación infantil supone el inicio del progreso de adquisición de las competencias clave para el aprendizaje permanente. Por ello, a través de este proyecto se pretende contribuir a las siguientes competencias:
 - Competencia personal, social y de aprender a aprender, pues a través de las diferentes dinámicas se potenciará el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de sus propias emociones y sentimientos, y que avancen en la identificación de las emociones y sentimientos de los demás, así como en el desarrollo de actitudes, de comprensión y empatía.
 - Competencia ciudadana, ofreciendo modelos positivos que favorezcan el aprendizaje de actitudes basadas en los valores de respeto, equidad, igualdad, inclusión y convivencia y presentando las condiciones necesarias para crear comportamientos respetuosos con ellos mismos, con los demás y con el medio que prevengan conductas discriminatorias de cualquier tipo.

- Competencia emprendedora, puesto que se estimula la curiosidad, la iniciativa, la imaginación y la disposición a indagar y a crear mediante el juego, las actividades dirigidas o libres, los proyectos cooperativos y otras propuestas de aprendizaje, lo cual supone una oportunidad para potenciar la autonomía y materializar las ideas personales y colectivas. Además, se potencia un pensamiento estratégico y creativo, teniendo en cuenta la resolución de problemas y fomentando el análisis crítico y constructivo.

Los siguientes aspectos, también recogidos en el artículo 3 de la citada normativa se estudian de manera conjunta ya que suponen los pilares fundamentales de cualquier tipo de proyecto educativo y no pueden tenerse en cuenta de forma aislada.

- **Competencias específicas:** desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada área. Constituyen un elemento de conexión entre por una parte de las competencias clave y por otra, los saberes básicos de las áreas en los criterios de evaluación.
- **Criterios de evaluación:** referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado o en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada área en un momento determinado en su proceso de aprendizaje.
- **Saberes básicos:** destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de un área y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.

En la tabla 3 que aparece a continuación se recoge una relación de las competencias específicas, los saberes básicos y los criterios de evaluación organizados por áreas de la etapa de Educación Infantil que se desarrollan a través de la propuesta de intervención que recoge este trabajo.

Tabla 3.

Relación de los elementos curriculares de la propuesta de intervención.

Área	Competencias específicas	Saberes básicos	Criterios de evaluación
<i>1. Crecimiento en armonía.</i>	<p>1. Progresar en el control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera segura para construir una autoimagen ajustada y positiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - El movimiento: Control de la coordinación, tono, equilibrio y desplazamientos en situaciones de juegos libre. - Adaptación del tono y la postura de las acciones y situaciones. - Utilización del juegos como actividad placentera y fuente de aprendizaje fomentando propuestas de juegos cooperativo. - Reconocimiento de sus posibilidades, aceptación de sus limitaciones y superación de estas. - Actividad física estructurada con diferentes grados de intensidad. - Estrategias de autorregulación de la conducta. Empatía y respeto. 	<p>1.1. Progresar en el conocimiento de su cuerpo, ajustando acciones y reacciones y desarrollando el equilibrio, la percepción sensorial y la coordinación en el movimiento.</p> <p>1.4. Participar en contextos de juegos dirigido y espontáneo, ajustándose a sus posibilidades personales.</p>
	<p>4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos.</p>		<p>4.1. Participar con iniciativa en juegos y actividades colectivas, relacionándose con otras personas con actitudes de afecto y empatía, respetando los distintos ritmos individuales y evitando todo tipo de discriminación.</p> <p>4.2. Reproducir conductas, acciones o situaciones a través del juegos simbólico, en interacción con sus iguales, identificando y rechazando todo tipo de estereotipos.</p>

<p>3. <i>Comunicación y representación de la realidad.</i></p>	<p>1. Manifestar interés por interactuar en situaciones cotidianas a través de la exploración y el uso de su repertorio comunicativo para expresar sus necesidades e intenciones y para responder a las exigencias del entorno.</p>	<p>- Juegos de expresión corporal y dramática.</p>	<p>1.1. Participar de manera activa y espontánea y respetuosa con las diferencias individuales en situaciones comunicativas de progresiva complejidad en función de su desarrollo individual.</p>
--	---	--	---

Nota. Elaboración propia basada en el Decreto Foral 61/2022.

5.3. Temporalización

En cuanto a la organización temporal del proyecto, se ha tenido en cuenta el horario establecido por el propio centro que organiza las sesiones de Educación Infantil de la siguiente manera:

<u>9.00 a 10.10</u>	<u>10.00 a 10.50</u>	<u>10.50 a 12.00</u>	<u>12.00 a 12.40</u>	<u>12.40 a 14.00</u>
Asamblea y estimulación del lenguaje	Baño, almuerzo y recreo	Proyectos en grupo	Baño y recreo	Rincones y trabajo en pequeños grupos

Siguiendo esta distribución horaria, las sesiones de psicomotricidad se enmarcan en el espacio central del día, destinando habitualmente los martes y los viernes para este tipo de dinámicas y contando con una hora y diez minutos por sesión.

Respecto al proyecto, aprovechando que el 28 de octubre se celebra el Día Mundial del Judo, se plantea la implementación del proyecto de Japón durante el mes de octubre. Este proyecto consta de 7 sesiones con el alumnado y culmina con una octava sesión en las que se invitará a las familias al centro para conocer el proyecto del mes y realizar una exhibición de lo aprendido como clausura. Por ello, la temporalización se da de la siguiente manera teniendo en cuenta el calendario del curso académico 2023/2024:

- Sesión 1: 3 de octubre
- Sesión 2: 6 de octubre
- Sesión 3: 10 de octubre
- Sesión 4: 13 de octubre
- Sesión 5: 17 de octubre
- Sesión 6: 20 de octubre
- Sesión 7: 24 de octubre
- Sesión 8: 27 de octubre

5.4. Recursos

5.4.1. Recursos humanos

Los recursos humanos necesarios para esta propuesta de intervención son el profesorado tutor de referencia del grupo y los apoyos que entren al aula de manera ordinaria. Además, se contará con profesorado formado en psicomotricidad para estas sesiones siempre que haya esta

disponibilidad en el centro puesto que resultará más enriquecedor para el proceso de enseñanza aprendizaje.

5.4.2. Recursos espaciales

Este proyecto se plantea para ser realizado en un gimnasio o un aula de psicomotricidad, en función de la disponibilidad del centro. En el colegio para el que se diseña, existe un aula de psicomotricidad en el propio edificio de Educación Infantil por lo que se desarrollan en ese espacio. Sin embargo, es susceptible de ser adaptado a las aulas que se dispongan, por lo que se puede implementar en un aula ordinaria realizando una reorganización del mobiliario siempre que esto sea posible.

5.4.3. Recursos materiales

A lo largo de estas sesiones, se realizan diferentes actividades en las que el foco principal se pone en el propio cuerpo y en de los compañeros, por lo que no necesitaremos demasiados recursos materiales. Sin embargo, para realizar alguna de las dinámicas de las sesiones de esta propuesta de intervención necesitaremos lo siguiente:

- Cartulina con información sobre el judo (preparada previamente)
- Judogi completo de muestra
- Cinturones de diferentes colores
- Medalla de judo
- Mochila deportiva
- Pelotas de espuma grandes y pequeñas.
- Cinturones para cada alumno (o cuerdas en su defecto).
- Pelotas de pilates infantiles.
- Altavoz

5.5. Atención a la diversidad

Como recoge el Decreto Foral 61/2022, la atención individualizada constituirá la pauta ordinaria de la acción educativa. Además, la intervención educativa contempla la diversidad del alumnado adoptando la práctica educativa a las características del alumnado teniendo presentes los procedimientos que permitan la detección temprana de las dificultades que puedan darse, así como la prevención de estas, teniendo en cuenta una intervención precoz. En el caso del alumnado que presente necesidades específicas de apoyo educativo y necesidades

educativas especiales los centros adoptarán las medidas adecuadas y se adaptará la respuesta educativa en función de las características y las necesidades personales.

Además, este Decreto recoge en su artículo 2 la importancia de que el profesorado Base su práctica educativa en el Diseño Universal para el Aprendizaje (de aquí en adelante, DUA). Como mencionan Tobón y Cuesta (2020), el DUA “busca favorecer el acceso en todos los aspectos del aprendizaje y cumplir con los objetivos de la educación desde la equidad” (p. 170). Es por esto por lo que este proyecto fundamenta su programación de actividades en los principios de equidad y accesibilidad, con la intención de que todos los aprendizajes sean accesibles para la totalidad del alumnado en su esencia.

Sin embargo, aunque se busque proponer unos materiales, unas propuestas y una evaluación que atienda a todas las necesidades del alumnado, no se debe descuidar la tarea docente de implementar cualquier tipo de adaptación que sea necesaria, detectándola lo antes posible y eliminando los obstáculos que puedan limitar el desarrollo integral del alumnado.

5.6. Estructura de las sesiones

La estructura de las sesiones de este proyecto se plantea teniendo en cuenta los ritmos del alumnado de la etapa de Educación Infantil y adaptando los tiempos al horario establecido por el centro educativo.

Teniendo en cuenta que está previsto implementar estas sesiones en el espacio destinado a los proyectos en gran grupo, el tiempo del que se dispone es de 1 hora y 10 minutos. Para no obstaculizar la dinámica establecida en el propio centro se destinarán 10 minutos al inicio de la clase para el traslado a la sala de psicomotricidad donde se dispone del espacio necesario y para la preparación del material y la indumentaria necesaria para el desarrollo de la sesión. Asimismo, los 10 últimos minutos de la actividad se destinarán a la preparación para el aseo y el tiempo de recreo del alumnado. Atendiendo a la organización temporal de Vaca (2000, p. 115) “la sesión es una sucesión de tres momentos que llamamos: encuentro, actividad motriz y despedida.” Por ello, se dispone de 50 minutos de actividad que se organizarán de la siguiente manera:

- Encuentro: aproximadamente 10 minutos de saludo y repaso de los aprendizajes anteriores e introducción de nuevos conceptos.
- Actividad motriz: aproximadamente 30 minutos de dinámicas enfocadas a la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades.

- Despedida: aproximadamente 10 minutos de vuelta a la calma, asamblea final en la que se afiancen los contenidos trabajados en la sesión y despedida.

La organización de las sesiones concretas de esta propuesta de intervención está recogida más detalladamente en el anexo II.

5.7. Evaluación

5.7.1. Evaluación del proceso de aprendizaje

Según queda dispuesto en el Decreto Foral 61/2022, la evaluación será global, continua y formativa. La observación directa y sistemática constituirá la técnica principal del proceso de evaluación. Dicho proceso deberá contribuir a mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje y se evaluará también la propia práctica educativa del profesorado.

Por eso, en este proyecto se utiliza la técnica de observación directa y sistemática como principal método de evaluación. Esto, según recoge (Aprende y enseña en Educación Infantil, 2021) permite a los educadores y educadoras, recoger de manera continuada, todos los datos necesarios para valorar los aprendizajes que se van produciendo, a lo largo de toda la actividad que se desarrolla con los niños y niñas.

Como instrumento de evaluación, se emplea un diario de campo en el que recoger todas las sensaciones, aspectos a mejorar y necesidades del alumnado que vayan surgiendo en cada sesión.

5.7.2. Evaluación del proceso de enseñanza

Además, al final del proyecto se realizará una evaluación docente por parte del alumnado en la que se comente el grado de satisfacción de los niños y niñas respecto a lo aprendido durante la propuesta de intervención. A modo de autoevaluación por parte del profesorado, en el propio cuaderno de campo se apuntan los puntos fuertes de la sesión y puntos débiles en los que se pueda mejorar en próximas intervenciones.

6. OPORTUNIDADES O LIMITACIONES

Esta propuesta de intervención, que está diseñada para ser implementada en el aula de 4 años dentro de un centro escolar requiere de un proceso de análisis para valorar las limitaciones que puedan surgir para su implementación o las oportunidades que puede significar para el proceso educativo. En este sentido, considero importante reflexionar sobre las dificultades que puedan ir apareciendo y valorar los aspectos positivos que pueden surgir de estas. Por ello, en la tabla 4 se encuentra una comparativa entre los aspectos limitantes y la oportunidad que podemos obtener de ellos.

Tabla 4.

Comparativa entre limitaciones y oportunidades del proyecto.

Limitaciones	Oportunidades
En primera instancia, puede parecer que es necesario tener un alto nivel de conocimientos previos sobre el judo, además de conocer las características de la etapa de Educación Infantil.	Sin embargo, puede ser contemplado como una oportunidad de adquirir nuevas experiencias y nuevos retos como docente que, pese a implicar una investigación previa sobre el judo, puede aportar una serie de recursos para implementar en las aulas y trabajar algunos contenidos del currículo de una manera diferente.
Por otro lado, el espacio en el que se desarrolla habitualmente el aprendizaje del judo posee unas características determinadas que no se encuentran en la mayoría de centros educativos.	Pese a ello, podemos adaptar las necesidades de las sesiones al espacio que disponemos y ser flexibles en cuanto a las características técnicas de algunos materiales, pudiendo sustituir el tatami por colchonetas, haciéndolo así accesible a prácticamente cualquier sala de cualquier colegio.
No podemos olvidar que el alumnado de la etapa de Educación Infantil puede resultar	Por ello, debemos adaptar las propuestas al grupo con el que nos encontremos, pero debemos ser conscientes de que en

<p>demasiado inmaduro para determinadas actividades.</p>	<p>numerosas ocasiones es la propia sociedad la que establece límites a la infancia, por lo que podemos valorar este proyecto como una oportunidad para potenciar las habilidades psicomotrices de los niños y niñas.</p>
<p>Tampoco se puede obviar el riesgo que entraña la implementación de un deporte de contacto en lo relativo a posibles lesiones o daños</p>	<p>Sin embargo, como toda propuesta educativa, se trata de una actuación controlada y responsable donde se garantice la integridad del alumnado asumiendo riesgos relativos e inculcando desde las primeras edad la importancia de actuar con seguridad y responsabilidad en cualquier ámbito de la vida.</p>

Nota. Elaboración propia.

7. CONSIDERACIONES FINALES Y CONCLUSIONES

Mediante la realización de este proyecto, se ha comprobado que el juego es un instrumento metodológico muy apropiado para el aprendizaje del judo en las aulas de Educación Infantil y se ha realizado una propuesta de intervención de enseñanza del judo a través del juego con el alumnado de 4 años. Además, se han recogido los aspectos teóricos y prácticos necesarios analizando los pilares fundamentales del tema. De esta manera, se puede concluir que se alcanza el objetivo principal establecido al inicio de comprobar la vinculación entre el juego y el judo a través de una propuesta de intervención que recoja la viabilidad de introducir el judo mediante una metodología lúdica en las aulas de segundo ciclo de Educación Infantil.

En cuanto a la fundamentación teórica, se ha realizado una revisión bibliográfica sobre el juego y el judo a nivel escolar que ha permitido reflexionar sobre su importancia en la etapa de Educación Infantil teniendo en cuenta la situación del juego y la motricidad en la legislación vigente a nivel autonómico y estatal.

Por su parte, la propuesta de intervención resultará ser una herramienta didáctica para promover la autonomía en el aprendizaje respetando los ritmos particulares del alumnado centrándolo en los conocimientos básicos del judo como es el caso de las caídas, algunas proyecciones y algunas inmovilizaciones. Además, mediante la implementación del judo en las aulas se fomenta el compañerismo, el respeto y la tolerancia, la capacidad de superación personal y el esfuerzo por mejorar. Para ello, se facilitan herramientas lúdicas que inician al alumnado en el judo mediante juegos. Asimismo, supone una oportunidad para el profesorado de adquirir conciencia sobre las posibilidades motrices del alumnado y sus capacidades de mejora favoreciendo una educación integral de los niños y niñas de Educación Infantil teniendo en cuenta el carácter globalizador de esta etapa.

Aunque me hubiese gustado poner en práctica la propuesta de intervención antes de la presentación de este documento, y siendo consciente de que no ha sido posible por diferentes circunstancias, debo reconocer que el aprendizaje ha tenido lugar mediante su diseño y el análisis previo que ha conllevado, por lo que ha resultado muy satisfactorio para mí en todos los aspectos, como docente y como judoca. Sin embargo, aunque no haya sido aplicable en un centro educativo, he podido observar su funcionalidad dentro de las sesiones de judo infantil que se realizan en mi centro deportivo con deportistas de la edad para la que se realiza la propuesta.

En conclusión, la realización de este proyecto ha supuesto para mí la adquisición de un enfoque reflexivo hacia las posibilidades del juego en la Educación Infantil y me ha demostrado que existe un mundo de oportunidades de introducir en las aulas determinados conceptos que, en primera instancia pueden parecer poco adecuados para niños y niñas. En este sentido, he podido adquirir conciencia sobre la importancia de no limitar al propio alumnado a nivel motor ni cognitivo, puesto que la capacidad de los niños y niñas viene condicionada en muchas ocasiones por la idea preconcebida de los adultos. Es por esto por lo que, como docente, más allá de implementar una propuesta u otra, considero fundamental potenciar las capacidades del alumnado facilitándoles todas las experiencias posibles desde las etapas iniciales.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Achavar Valencia, C. C. (2019). Beneficios del juego en la acción pedagógica. *Foro educacional*, (33), 115-122. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7287886.pdf>
- Aprende y enseña en Educación Infantil, (2021). La evaluación II. <https://www.aprendeyensenaeneducacioninfantil.es/evaluacion-en-educacion-infantil/>
- Arenas Basterra, M. B. (2016). El Judo a través del Juego en la Educación Física en Ed. Primaria. <http://hdl.handle.net/10902/8818>
- Decreto Foral 61/2022, de 1 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas de la etapa de Educación Infantil en la Comunidad Foral de Navarra <http://www.lexnavarra.navarra.es/detalle.asp?r=54862#ANEXO%20II>
- Delgado Reverón, C. (2018). Judo para una mente infantil: un deporte para niños de 2 y 3 años. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/10939/%22Judo%20para%20una%20mente%20infantil%22%20Un%20deporte%20para%20ninos%20de%202%20y%203%20anos.pdf?sequence=1>
- Díaz Mejía, H. Á. (2008). *Hermenéutica de la lúdica y pedagogía de la modificabilidad simbólica*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Díaz, A. et al. (1993) *Desarrollo Curricular para la formación de Maestros Especialistas en Educación Física*. Editorial Gymnos.
- Federación Navarra de judo y D.A., (2022). Programa de examen de cinturón negro de judo. <https://www.fnjudo.com/documento/149/Tecnicas-para-Examen-de-Cinturon-Negro-Judo-1%C2%BA-a-6%C2%BA-DAN>
- García García, J. M. Valle Díaz, S. D. & Díaz González, P. (2006). *Judo: juegos para la mejora del aprendizaje de las técnicas*. Editorial Paidotribo. <https://elibro-net.ponton.uva.es/es/ereader/uva/123774?page=19>
- Larraz Urgelés, A. (2008). Valores y dominios de acción motriz en la programación de educación física para la educación primaria. *Seminario Internacional De Praxiología Motriz, Huesca*. <http://www2.educacionfisicaescolar.es/wp-content/uploads/2016/05/Ponencia-A.-Larraz.-Huesca.-XI-Seminario-Paxiologia.Febrero-2008doc.pdf>

- López Chamorro, I. (2010) *El juego en la Educación Infantil y Primaria*. Revista de la Educación en Extremadura. <https://educacioninicial.mx/wp-content/uploads/2017/11/JuegoEIP.pdf>
- López Yanes, C. (2021). Judo Educativo. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/24131>
- Martínez Rodríguez, E., & Villa Costales, I. (2008). El juego como escuela de vida: Karl Groos. *Magister: revista de formación del profesorado e investigación educativa*. <http://hdl.handle.net/11162/4626>
- Mundo, A. (2014, 3 de agosto). *Simbolismo y significado de los colores en judo*. NOTI-JUDO. <http://judosinfroteras.blogspot.com/2014/08/simbolismo-y-significado-de-los-colores.html>
- Parlebas, P. (2001) *Juegos, deporte y sociedad: léxico de praxeología motriz*. Paidotribo.
- Parlebas, P. (2003) *Un nuevo paradigma en educación física: los dominios de acción motriz*. CONGRESO FIEP: La Educación Física en Europa y la calidad didáctica en las actividades físico-recreativas.
- Peranzi, F. G. (2008). Judo como práctica educativa. In *Jornadas de Cuerpo y Cultura de la UNLP (La Plata, 15 al 17 de mayo de 2008)*. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/17085>
- Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/02/01/95>
- Reina Ruiz, C. (2009). El juego infantil. *Cultura y Educación: Culture and Education*, 1, 71-76. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_15/CRISTINA_REINA_1.pdf
- Robles Rodríguez, J. (2003). La enseñanza del judo mediante una metodología activa. Una propuesta de entrenamiento integrado. *Lecturas: educación física y deportes*, (64), 14. https://www.researchgate.net/profile/Jose-Rodriguez-139/publication/28064077_La_ensenanza_del_judo_mediante_una_metodologia_activa_una_propuesta_de_entrenamiento_integrado/links/54778d190cf293e2da27ffce/La-ensenanza-del-judo-mediante-una-metodologia-acti

- Robles Rodríguez, J. (2006). Estrategia en la práctica global vs. analítica en la iniciación al judo. *Lecturas: Educación física y deportes*, 95, 32. <http://www.efdeportes.com/efd95/global.htm>
- Sandoval Magalhaes (2011). La educación física y el juego. *Investigación educativa*, 14 (26), 105-112. https://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtual/publicaciones/Inv_Educativa/2010_n26/a08.pdf
- Tobón Gaviria, I. C., & Cuesta Palacios, L. M. (2020). Diseño universal de aprendizaje y currículo. *Sophia*, 16(2), 166-182. <https://doi.org/10.18634/sophiaj.16v.2i.957>
- Torres, C., & Torres, M. (2007). El juego como estrategia de aprendizaje en el aula. *Obtenido de Universidad de los Andes:* http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/16668/juego_aprendizaje.pdf
- Trigueros, C. (2002). Reflexiones acerca del juego. *Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 46. https://www2.ulpgc.es/hege/almacen/download/42/42948/reflexiones_acerca_del_juego.pdf
- Uequín, J. C. (2005). *Historia del Judo*. Kier.
- UNESCO. (1980). El niño y el juego: planteamientos teóricos y aplicaciones pedagógicas. *Estudios y documentos de educación*, 34, 5-33. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000134047.locale=es>
- Vaca Escribano, M. (2000). Reflexiones en torno a las posibilidades educativas del tratamiento pedagógico de lo corporal en el segundo ciclo de educación infantil. *RIFOP: Revista interuniversitaria de formación del profesorado: continuación de la antigua Revista de Escuelas Normales*, (37), 103-120. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/118061.pdf>

9. ANEXOS

9.1. Anexo I: elementos del proyecto anual

Mapamundi para colocar en el aula e ir coloreando los países descubiertos



Pasaporte para completar a lo largo de todo el curso

<h3>NUESTRO VIAJE POR EL MUNDO</h3>  <p>Pega aquí tu foto</p> <p>Nombre: _____</p> <p>Apellidos: _____</p> <p>Curso: _____</p>	<p>Este mes hemos viajado a _____</p> <p>Esta es su bandera <input type="text"/></p> <p>Esta es su comida típica <input type="text"/></p> <p>Este es su deporte <input type="text"/></p> <p><input type="text"/> ¿Me ha gustado este país?</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/></p>
---	---

9.2. Anexo II: sesiones

Sesión 1: Introducción al mundo del judo		Fecha: 03/10/23
Objetivos	Contenidos	
<p>Introducir la información más relevante sobre el judo.</p> <p>Familiarizar al alumnado con el material deportivo.</p> <p>Trasmitir la importancia del saludo y su ejecución.</p>	<p>El origen, la historia y las características del judo</p> <p>Material necesario para practicar judo</p> <p>Fundamentos: el saludo.</p>	
Materiales		
<ul style="list-style-type: none"> - Cartulina con información sobre el judo (preparada previamente) - Judogi completos - Cinturones de diferentes colores - Medalla de judo - Mochila deportiva 		
Encuentro (15')		
Presentación del judo	<p>Cuando lleguemos a la sala, habrá una bolsa de deporte cerrada en el centro del espacio y todo el suelo estará cubierto de colchonetas.</p> <p>En asamblea, haremos una lluvia de ideas inicial sobre los conocimientos previos del grupo sobre el judo.</p> <p>En una cartulina habrá diferentes aspectos cubiertos con folios en blanco que iremos destapando según vayan apareciendo en la asamblea. Estos contenidos incluirán la bandera de japon, la imagen de Jigoro Kano (fundador), una representación de técnicas de judo pie y de judo suelo, una imagen de los trajes de judo (judogis) y de cinturones de grado y una medalla.</p>	
Actividad motriz (30')		
Exploración del material	<p>Tras la asamblea, abriremos la mochila donde podremos encontrar un judogi completo de competición y varios infantiles, diferentes cinturones y alguna medalla.</p> <p>Permitiremos que el alumnado explore el material probándose, tocándolo, moviéndose con él...</p> <p>Explicaremos cómo se coloca el traje y como se anuda el cinturón para practicar judo, así como el saludo que realizamos cuando entramos y salimos de la sala, cuando comienza la clase o cuando nos enfrentamos a alguien.</p>	
Te saludo, ¿me saludas?	<p>Tras la explicación breve, propondremos al alumnado ir caminando por todo el espacio al ritmo de la música y cuando se pare y la docente diga "rey" todo el mundo saludará a la persona que tenga más cerca.</p>	
Despedida (5')		

Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 2: Ukemis I (Caídas)		Fecha: 06/10/23
Objetivos		Contenidos
<p>Conocer la caída de espaldas (ushiro ukemi) y la caída lateral (yoko ukemi).</p> <p>Comprender la importancia de las caídas.</p>		<p>Ushiro ukemi</p> <p>Yoko ukemi</p> <p>Importancia de las caídas en judo</p>
Materiales		
- Pelotas de espuma grandes.		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	Comentaremos las características del judo y el significado del saludo.	
Pilla pilla, de rodillas	Se dispone el alumnado por toda la sala. Un par de personas serán las encargadas de pillar al resto y se desplazarán con cuatro puntos de apoyo, las manos y las rodillas. Cuando alguien esté pillado, realizará un saludo hacia el compañero que le pilló y se unirá al equipo que se encarga de pillar, adquiriendo la posición correspondiente.	
Actividad motriz (30')		
Ushiro ukemi	<p>Nos desplazamos por todo el espacio andando en cuclillas hasta que la docente dé una palmada. Cuando suene, nos quedamos quietos y nos dejamos caer hacia atrás rodando por nuestra espalda estirando el cuerpo, pegando la barbilla al pecho y golpeando el suelo con los manos.</p> <p>Cuando tengamos confianza con este movimiento, jugaremos a “simón dice” haciendo alusión a las formas de desplazarnos (de rodillas, hacia atrás, a la pata coja...). Cuando la palmada suene, nos agacharemos como un ascensor y repetiremos la caída hacia atrás.</p>	
STOP, ME CAIGO	Un par de personas del grupo tienen como objetivo conseguir que todos los demás estén en STOP, para lo que tienen que ir a pillarles. Si antes de que les pillen dicen STOP y se quedan con los brazos abiertos, tendrá que salvarse otro compañero colocándose frente a él y realizando ambos una caída de	

	espaldas. Si llegan a pillarle, tendrán que hacer la caída con la persona que les ha pillado y pasarán a pillar también.
De mano en mano	Se hacen equipo de 3 o 4 personas y se disponen en fila en uno de los laterales de la sala, mirando hacia la pared y dejando espacio entre ellos para poder realizar las caídas. El que está más próximo a la pared sujeta la pelota con sus tobillos y realiza una caída de espaldas. Cuando está en el suelo, coge la pelota con las manos y se la pasa por encima de su cabeza al siguiente compañero. Entonces, se levanta y se coloca en el último lugar, para realizar una cadena humana. Se determinará la meta en función del espacio disponible y la fluidez del alumnado con el ejercicio.
Despedida (10')	
Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 3: Ukemis II (Caídas)		Fecha: 10/10/23
Objetivos		Contenidos
Conocer la caída lateral (yoko ukemi).		Yoko ukemi
Conocer la caída de frente (mae ukemi).		Mae ukemi
Comprender la importancia de las caídas.		Importancia de las caídas en judo
Materiales		
- No es necesario.		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	Comentaremos las características del judo, el significado del saludo y la caída de espaldas.	
1, 2, 3, caída si te mueves	Una persona hará de capataz colocándose, mirando a la pared en un lateral y el resto del grupo se pondrán frente a él en el otro extremo de la sala. El capataz dirá “1, 2, 3, caída si te mueves” mirando a la pared mientras el resto avanza y se girará. A quien haya visto moverse, le nombrará y hará una caída de espaldas.	
Actividad motriz (30')		

Efecto dominó	En grupos de 4 personas, nos colocamos en fila con distancia de seguridad y en cuclillas con las rodillas juntas. El segundo, empuja al primero hacia un lado con suavidad y este se deslizará por el suelo golpeándolo con la mano en su impacto. Esto se repetirá sucesivamente y se avanzará a modo de relevos.
Déjate caer	Por parejas, uno sujeta los tobillos del compañero desde atrás y el otro se deja caer hacia delante hasta sostenerse sobre los antebrazos y los dedos de los pies. Cuando está en el suelo, mantiene esa posición y se coloca el compañero justo delante de él. Se hará carrera por parejas.
Tierra, mar y aire	Se dispone el alumnado por todo el espacio con la separación suficiente para poder realizar las caídas con seguridad. Cuando la docente diga tierra, todo el mundo realizará una caída de frente, cuando diga mar, caída de espaldas y cuando diga aire, caída lateral.
Despedida (10')	
Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 4: Caídas III (Ukemis)		Fecha: 13/10/23
Objetivos		Contenidos
<p>Conocer la caída de frente rodando (mae mawari ukemi).</p> <p>Comprender la importancia de las caídas.</p>		<p>Mae mawari ukemi</p> <p>Importancia de las caídas en judo</p>
Materiales		
- Pelotas de pilates infantiles.		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	Comentaremos la importancia de las caídas y las caídas aprendidas previamente.	
Rueda que rueda	Nos tumbamos en el suelo y comenzamos a girar sobre nosotros mismos según las directrices docentes (con los brazos hacia arriba, a ojos cerrados, agarrando las manos de un compañero, en cadena de varias personas...).	

Actividad motriz (30')	
Vaya pelota	Se dispone un espacio temporal de juego libre utilizando pelotas de pilates, hasta que un encargado designado por la docente grite "voltereta". Entonces, el alumnado agarrará las pelotas y rodará sobre ellas.
Piedra, papel o tijera	Se dispone el alumnado por parejas y comienzan jugando a piedra, papel o tijera. Si se gana con piedra, ambos realizarán una caída de frente rodando; si se gana con papel, cada uno elegirá si hace una caída de espaldas o una caída de frente; y si se gana con tijera, los dos harán una caída lateral.
Despedida (10')	
Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 5: Judo suelo		Fecha: 17/10/23
Objetivos	Contenidos	
Afianzar las caídas aprendidas anteriormente.	Ushiro ukemi, yoko ukemi, mae ukemi y mae mawari ukemi.	
Introducir las inmovilizaciones de judo suelo	Inmovilizaciones de judo suelo: hon kesa gatame y yoko shio gatame.	
Materiales		
- Pelotas de espuma pequeñas.		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	Comentaremos la importancia de las caídas y las caídas aprendidas previamente. Además, introduciremos las técnicas de judo suelo (hon kesa gatame y yoko shio gatame) y sus características principales, así como la posición defensiva.	
Actividad motriz (30')		
¿Dónde está la pelota?	Repartiremos una pelota para cada pareja. Por turnos, uno la esconderá y se colocará en posición defensiva para que el otro no consiga quitársela ni darle	

	la vuelta. Por su parte, el otro tendrá que encontrar la pelota y quitársela o voltearle y conseguir que esté 10 segundos con la espalda en el suelo.
No te escapas	Distribuidos por todo el espacio, tres personas se encargan de pillar estando sobre las rodillas y las manos. Para pillar, tienen que agarrar a alguien, lograr que llegue al suelo e inmovilizarlo durante 10 segundos. Si escapa antes, estará libre; si termina el tiempo inmovilizado, pasará a pillar.
Lobos y ovejas	Se coloca todo el grupo en un lateral de la sala, salvo dos personas que serán lobos y se colocarán en el centro de rodillas. Las ovejas tienen que pasar de un lado a otro avanzando a cuatro patas y los lobos tratarán de inmovilizarles por el camino para que no lleguen al final.
Despedida (10')	
Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 6: Judo pie		Fecha: 20/10/23
Objetivos		Contenidos
Introducir las proyecciones de judo pie y su utilidad	Proyecciones de judo pie: tai otoshi y o soto gari.	
Materiales		
- Altavoz		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	Comentaremos la importancia de las técnicas de judo suelo y sus características principales, así como la posición defensiva. Plantearemos la necesidad de llegar al suelo desde la posición erguida y valoraremos la necesidad de hacer proyecciones para ello.	
Actividad motriz (30')		
Canción motriz	Para conocer diferentes tipos de desplazamientos, bailaremos la canción "formas de caminar" https://www.youtube.com/watch?v=SJh1_d4yaEo	

Alcánzame si puedes	Se organizará al grupo en tríos donde uno sujetará a otro por la espalda y el tercero se colocará en frente de ambos. Este último tendrá que intentar tocar con el pie la pierna del compañero que está más alejado y el que esté en medio podrá intentar evitarlo. Se irán cambiando los roles. Posteriormente, el que esté en frente tirará de compañero central tratando de ponerle una zancadilla dándole la espalda y el que esté más lejos deberá sujetarle por detrás para ejercer resistencia.
STOP, ME TIRAS	Un par de personas del grupo tienen como objetivo conseguir que todos los demás estén en STOP, para lo que tienen que ir a pillarles. Si antes de que les pillen dicen STOP y se quedan con los brazos abiertos, tendrá que salvarse otro compañero colocándose frente a él y realizando una proyección de las aprendidas. Si llegan a pillarle, tendrá que hacer la proyección la persona que les ha pillado y pasarán a pillar también.
Despedida (10')	
Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 7: Enlace judo pie y judo suelo		Fecha: 24/10/23
Objetivos		Contenidos
Valorar la importancia de una consecución técnica entre las técnicas de judo pie y las técnicas de judo suelo.		Proyecciones de judo pie: tai otoshi y o soto gari. Inmovilizaciones de judo suelo: hon kesa gatame y yoko shio gatame.
Materiales		
- Un cinturón de judo por persona. Si no hay cinturones, se pueden utilizar cuerdas.		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	Comentaremos la importancia de las técnicas de judo suelo y sus características principales, así como la posición defensiva. Plantearemos la necesidad de llegar al suelo desde la posición erguida y valoraremos la necesidad de hacer proyecciones para ello.	
Actividad motriz (30')		

No llegas	Se dispone al alumnado por parejas y se dibujan círculos en el suelo con cinturones de judo (uno por persona, por lo tanto, un círculo de dos cinturones para cada pareja). Se colocan ambos dentro del círculo y tienen que intentar tocar la espalda del rival sin salir fuera del círculo. Posteriormente, se colocarán de rodillas y tratarán de girar a su compañero para que su espalda entre en contacto con el suelo.
Randori	Por parejas, se saludan entre compañeros y cada uno tratará de tirar a su rival e inmovilizarle en el suelo. Se realizarán al mejor de tres y luego cambiarán de parejas.
Despedida (10')	
Asamblea final	Realizaremos una asamblea final en la que preguntaremos al alumnado qué hemos aprendido hoy y la docente anotará las conclusiones en un papel.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.

Sesión 8: Gala final con las familias		Fecha: /10/23
Objetivos	Contenidos	
Mostrar lo aprendido a lo largo del proyecto a las familias.	<p>El origen, la historia y las características del judo.</p> <p>Ukemis: Ushiro ukemi, yoko ukemi, mae ukemi y mae mawari ukemi.</p> <p>Proyecciones de judo pie: tai otoshi y o soto gari.</p> <p>Inmovilizaciones de judo suelo: hon kesa gatame y yoko shio gatame.</p>	
Materiales		
- Pelotas de espuma pequeñas.		
Encuentro (10')		
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.	
Asamblea inicial	El alumnado, respaldado por la docente, comentará a las familias lo que hemos aprendido y su relevancia en el judo. En esta sesión, el alumnado asumirá el rol docente y realizará las explicaciones a las familias, por lo que las familias participarán en las actividades como alumnado. Es por esto por lo que se eligen dinámicas conocidas por los niños y niñas para facilitar su papel.	

Actividad motriz (30')	
Exposición	Se harán demostraciones de las caídas, las proyecciones y las inmovilizaciones.
STOP, ME CAIGO	Un par de personas del grupo tienen como objetivo conseguir que todos los demás estén en STOP, para lo que tienen que ir a pillarles. Si antes de que les pillen dicen STOP y se quedan con los brazos abiertos, tendrá que salvarse otro compañero colocándose frente a él y realizando ambos una caída a su elección. Si llegan a pillarle, tendrán que hacer la caída con la persona que les ha pillado y pasarán a pillar también.
¿Dónde está la pelota?	Repartiremos una pelota para cada pareja. Por turnos, uno la esconderá y se colocará en posición defensiva para que el otro no consiga quitársela ni darle la vuelta. Por su parte, el otro tendrá que encontrar la pelota y quitársela o voltearle y conseguir que esté 10 segundos con la espalda en el suelo.
Randori	Por parejas, se saludan entre compañeros y cada uno tratará de tirar a su rival e inmovilizarle en el suelo. Se realizarán al mejor de tres y luego cambiarán de parejas.
Despedida (10')	
Asamblea final	El alumnado preguntará a las familias qué han aprendido y qué importancia tiene cada aspecto dentro del judo. Se entregarán diplomas de judocas al alumnado y se sellarán los pasaportes del proyecto.
Saludo	Realizamos una fila frente al maestro y saludamos todo el grupo al mismo tiempo.