

## **EL JUDO EN EDADES TEMPRANAS.**

### **UNA PROPUESTA DE COMPETICIÓN**

*Carratalá Deval, Vicent  
Carratalá Bllod, Helio  
Universidad de Valencia*

---

#### **RESUMEN**

Considerando que en el judo el 73% de los niños/as que se inician en este deporte se encuentran en edades comprendidas entre los cuatro y los ocho años, y que es entre la edad de los diez y catorce años es en donde existe una mayor aproximación al deporte reglado a través de la licencia federativa. Y analizadas las actividades competitivas realizadas por los distintos profesionales y las instituciones oficiales, y atendiendo a las propuestas de la RFEJyDA, la FFJyDA, varias comunidades autónomas, proponemos un modelo de competición adaptada y/o con modificación del reglamento de judo.

#### **PALABRAS CLAVE**

Judo, competición, niños/as

## **1 INTRODUCCIÓN**

El mundo del deporte y mundo infantil no son conceptos que coincidan totalmente, y es necesario hacer una adaptación del primero al segundo. Esta adaptación debemos realizarla en todos los ámbitos, incluida la competición, dando una orientación plural con relación a los diferentes itinerarios deportivos, y en el caso de la competición adaptarla a la etapa de desarrollo y a los intereses de los practicantes. Tratando de desarrollar al lado de éste, otros componentes de la actividad deportiva, como son el componente lúdico, el expresivo, o el creativo, relegados a un segundo plano, cuando no olvidados por la lógica de la competición (Vázquez,1991).

La competición es una fuente de motivación eficaz en la práctica del deporte, ya que por una parte es una motivación espontánea en el niño que se manifiesta desde una edad temprana, y por otra el éxito en la competición da prestigio social sobre todo en una sociedad básicamente competitiva como la nuestra. No olvidemos que el niño vive la competición con tendencia a aumentar la significación afectiva de los resultados, dándole ocasión de fuertes alegrías pero también de grandes decepciones, al respecto Passer (1982), sostiene que muchas bajas performances, y abandonos, son consecuencias negativas indirectas del stress provocado por la competición al ser vivida frecuentemente como fuente de amenaza y angustia. Angustia que puede ser incrementada ante el hecho de que la competición deportiva siempre se hace en público, y por lo tanto se trata de una situación de evaluación social constante; evaluación que hacen los espectadores, pero también los padres y sobre todo el entrenador, ante los que el niño-deportista quiere quedar bien. Por lo tanto debemos eliminar las consecuencias negativas de la competición mal aplicada, introduciendo una pedagogía adecuada a la situación (Vázquez,1991).

Si tenemos en cuenta que el 73 % de los niños se inician en el judo entre los cuatro y los ocho años de edad, y que la mayor aproximación hacia el deporte reglado a través de la licencia

federativa se encuentra entre las edades de los 10 los 14 años, Carratalá (1997), es necesario debido al gran número de practicantes y como consiguiente la realización de actividades competitivas que se realizan en estas edades, adaptar la competición a las características de los implicados.

## **2 OBJETIVOS**

El presente trabajo tiene como objetivo, aportar nuevas perspectivas sobre el diseño de la competición en el deporte del judo en edades tempranas.

## **3 MÉTODO**

Se ha realizado una profunda revisión de los sistemas aplicados en Francia, Andorra y en la federaciones autonómicas madrileña, aragonesa y valenciana del estado español.

## **4 DISCUSIÓN**

### **4.1 La competición como parte del proceso formativo**

Arnold (1995) manifiesta que la competición es una concepción previa del desarrollo personal y del progreso social y que proporciona un marco dentro del cual pueden distribuirse justa y libremente beneficios y cargas, e indica que la competición puede lograr y logra nuevos talentos, a menudo inimaginados y en sus diferentes formas nutre diversas capacidades y distintas aptitudes y destrezas. Estimula además nuevos empeños y suscita el anhelo de un mayor conocimiento y de una más honda autorrealización. No existe razón técnica ni científica que indique que la competición no pueda tener los mismos componentes que según De Knop se le atribuyen al deporte recreativo, placer por la actividad, alegría en la participación, sociabilidad, comunicación, compensación y salud pueden y deben ser objetivos de la competición; es decir del deporte, como concepto unívoco, en el que el elemento recreativo, es indudablemente un componente más, Solar (1997). Arnold (1995) argumenta que el deporte al igual que la historia o las matemáticas, es lo que es y no deben ser confundido, tanto si resulta recreativo como si puede impartirse recreativamente, y continua diciendo que “ el problema suscitado por todas las tentativas precedentes de alterar el carácter central de la competitividad en el deporte, orientándolo en una dirección diferente y reduciéndolo así a una forma de instrumentalismo, es que ya no sigue siendo deporte, al menos en su sentido tradicional.

Campos (1997) indica que la imagen que actualmente ofrece el deporte y los deportistas profesionales, así como los excesos producidos por las especializaciones excesivamente precoces de los jóvenes, ha creado un clima desfavorable para que la sociedad siga confiando y reconociendo los valores formativos que reporta la práctica del deporte de competición entre los jóvenes en edad escolar. En este sentido, sería conveniente difundir la idea de que el deporte de competición genera una serie de beneficios positivos que van más allá del calendario escolar. Este

ámbito deportivo dispone de una red organizativa que moviliza, directamente a los jóvenes deportistas, e indirectamente a sus padres, amistades, y a los centros escolares en actividades que tienen lugar a lo largo de la semana escolar, y también durante los fines de semana. Por ello, terminan conformando grupos sociales dinámicos con un alto grado de cohesión grupos y cuyo valor fundamental reside en promocionar y formar hábitos saludables de vida que pueden ayudar a afrontar problemas tan importantes para la población juvenil como el consumo de drogas, la falta de comunicación y cooperación, la insolidaridad, o la inadaptación social. Este mismo autor, haciendo referencia a las manifestaciones de un grupo de expertos sobre la problemática existente en la detección de talentos deportivos, indica que, la sociedad española está cambiando sus hábitos y sus expectativas sobre la práctica deportiva y que, en esas circunstancias, el deporte de competición debía adaptarse a esta nueva realidad social. En su opinión, la pérdida de los “valores” tradicionales asociados a la práctica deportiva como forjadora del carácter, como escuela de vida, revalorizadora del esfuerzo, de la disciplina, etc., constituirían una evidencia objetiva del proceso de despersonalización y pérdida de entidad al que se está llegando. Reflexión que invita al planteamiento de una iniciación deportiva con un marcado carácter educativo, en donde se potencie la adquisición de valores, para posteriormente, en función del itinerario elegido por el propio practicante y a partir del momento en el cual el joven deportista se sienta como deportista confirmado poder abordar el deporte competición de forma más directa Campos (1997). Piaget (1961), indica que el elemento lúdico competitivo aparece de forma espontánea en el niño, siendo la competición un elemento importante en el proceso de integración social del niño.

En la actualidad, los niveles de contraposición de lo competitivo, lo educativo y lo recreativo se han suavizado, tal vez y como señala Solar (1997), los treinta años que han transcurrido desde la aparición del fenómeno del deporte para todos, han aportado una importante dosis de madurez deportiva a la sociedad. En este mismo sentido, la nueva emisión de la Carta Europea del Deporte, redactada en Rodas en 1992, modifica y mejora la redacción de la anterior, dando por sentado que el deporte, el único deporte es un derecho y una posibilidad de todos y para todos. Cada uno lo podrá interpretar como crea oportuno y según sus intereses y posibilidades, sin necesidad de desdeportivizar el propio deporte.

En lo que al judo respecta un correcto proceso en la iniciación al judo y a la competición, facilitará el camino a profesores/entrenadores y judokas, ya que tras el abanico de posibilidades ofertado, cada uno habrá elegido lo que cree más conveniente o motivante, lo que sin duda alguna habrá acrecentado su interés y persistencia en la práctica del judo y por consiguiente las posibilidades de progresar en esta disciplina. Aspecto que en líneas generales no es respetado debido a las exigencias del deporte competición y a los planteamientos erróneos de algunos entrenadores que fuerzan el proceso, exigiendo un elevado nivel de esfuerzo a los jóvenes con el fin de que pueden obtener algunos resultados deportivos, llegando estos a la edad más óptima para el rendimiento, ya cansados del sistema y con miras a otra forma de práctica del judo en el mejor de los casos o al abandono deportivo. A lo largo del proceso debemos tener presente que: a) en ciertos períodos óptimos existen comportamientos que se adquieren con el mínimo, esfuerzo y la máxima eficacia si el niño/a posee los prerrequisitos necesarios, b) el niño no debe realizar actividades complejas si no ha alcanzado la edad en la que las actividades básicas se realizan normalmente, c) el niño puede aprender más fácil y rápidamente si alcanza un nivel de madurez específico para la actividad, d) la maduración del sistema neuro-muscular, que se consigue hacia los seis años, permite el desarrollo de las sensaciones cinestésicas, visuales y laberínticas en la estructura del esquema corporal, e) la edad de la adquisición de la técnica se sitúa entre ocho y doce años.

## 4.2 Propuesta

### 4.2.1 *Orientación de la competición en judo desde la perspectiva del deporte en edad escolar*

De lo expuesto podemos deducir en líneas generales que, las connotaciones educativas tanto del deporte como de la competición van a depender de la persona que lo aplique, es decir del educador o entrenador. En este sentido Oliver y Sosa (1996), indican que una competición cuya orientación no suponga una actitud de rivalidad, sino de reto, esfuerzo y superación personal, reconociendo y aceptando las diferencias individuales y las oportunidades y limitaciones propias y de los demás, será sin duda alguna una experiencia positiva para el joven deportista

Autores como Coubertin, 1938; Prvulovich, 1982; Trepac; Blázquez; Amador; Lopez; 1995; Año, 1997; Campos, 1997, abogan por un tratamiento de la iniciación deportiva y de la competición que responda a la características de los implicados, centrando el proceso en el educando, otorgando al contenido, en este caso el deporte del judo, el papel de hilo conductor del proceso de aprendizaje motriz, proceso que debería estar basado en la creatividad y autonomía personal. Siguiendo estas directrices, Sánchez Bañuelos, 1984; Hahn, 1988, plantean propuestas concretas en el tratamiento de la competición en las edades tempranas, es en esta línea en la que planteamos una propuesta para el tratamiento de la competición en el deporte del judo, basada en:

Modificar los aspectos reglamentarios del judo y adaptarlos a la edad y características de los participantes.

A modo de ejemplo y basado en el trabajo de varias federaciones autonómicas de judo de este país proponemos:

*Normas encaminadas a la mayor seguridad de los practicantes como:*

- No permitir el agarre del cuello de Uke “Koshi Guruma” para proyectar.
- Dar mate ante situaciones de agarres embarazosos.
- No puntuar técnicas de proyección que no mantengan el control del brazo de uke por el lado en el que se le proyecta.
- Eliminar aquellas técnicas que por sus características impliquen dificultad de realización o problemas de control sobre Uke.

Modificar el sistema de penalizaciones y la forma de transmitirlos.

Las infracciones no serán aplicadas de forma inmediata, y será explicada por el árbitro a cada judoka cada vez que la ejecute con el fin de contribuir a su comprensión y como consecuencia al aprendizaje del judo.

Modificar los objetivos tradicionales perseguidos por la competición, primando el aspecto lúdico, social y deportivo.

Organizar un mayor número de actividades puntuales y de larga duración en donde la competición sea un componente más de la jornada y no el objetivo central de la misma. Como ejemplo los desplazamientos a otra ciudad con el objetivo de un entrenamiento competición, para posteriormente realizar una actividad cultural, visita a la ciudad, pernoctar en el albergue y realizar una actividad de aire libre, o encuentros pluridisciplinarios.

Modificar el sistema de competición establecido, con el fin de facilitar una mayor participación. Teniendo en cuenta las características de nuestro deporte dos son las propuestas concretas al respecto:

- Cambio de orientación en el sistema de competición. Estudiar la posibilidad de realizar una actividad competitiva más a largo plazo, es decir una competición formada por varias sesiones, a modo de liga deportiva. O bien realizar actividades puntuales en donde el sistema de participación no sea el de eliminatoria, sino de liga

siendo el número de componentes entre 4 y 6 por liga, lo que sin duda alguna da al judoka la posibilidad de una mayor participación al tiempo que una mayor equidad al existir un mayor número de división de categorías.

- Cambiar el sistema de puntuación oficial, de tal manera que el combate no finalice al conseguir un ippon, sino que estos puedan ser acumulativos hasta un determinado número de puntos “30”, o bien llegar al límite del tiempo establecido 2’, pudiendo de esta forma el judoka disponer de un mayor número de oportunidades para desarrollar su propio judo.

Establecer un sistema de competición que garantice la equidad de los participantes. La diferencia de nivel entre los componentes del grupo de competición debe ser lo más homogénea posible, aspecto que todo pedagogo no debe olvidar y que dará como resultado una mayor motivación por la participación en la actividad planteada.

Crear un tipo de competición en la que queden reflejados los aspectos de ejecución técnica y de aplicación práctica, un sistema de competición que una los principios del judo establecidos por su creador Jigoro Kano, el Kata y el randori, en otras palabras una competición basada en la demostración técnica y en el combate de judo “la democompetición” y cuyo resultado sea la suma de la cooperación en el trabajo técnico y del randori.

Estimular el desarrollo de competiciones por equipos.

Esta propuesta del tratamiento de la competición, que comienza a estar presente en algunas federaciones de judo de distintas comunidades, necesita de un mayor estudio, profundización y respaldo por parte de las administraciones responsables del deporte en edad escolar, lo que sin duda alguna facilitaría su mayor impulso y difusión y como consecuencia una mayor aceptación por parte de los profesionales implicados en la enseñanza del deporte del judo.

Con base en lo expuesto y atendiendo a las propuestas realizadas en los congresos de judo de la RFEJyDA, y las de autores como Amador,1995; Villamón, 1997; Carratalá, 1998), pasamos a establecer el tratamiento de la competición del judo en función de los grupos de edad.

## Características de la competición en el judo en función de los grupos de edad

Edad Mínima	Fases del Aprendizaje	Característica de la Competición	Periodicidad de la Actividad
6 - 7 - 8 años	Iniciación	Juegos y Actividades de Lucha Combates de Judo suelo	Trimestral como actividad del proceso de enseñanza
9 - 10 años	Perfeccionamiento global	Juegos aplicados Combate judo suelo Democompetición	Mensual formando parte del proceso de enseñanza
11- 12 años		Democompetición Combate Judo pie con modificación del reglamento	Mensual combinando las actividades intragrupalas con las intergrupales
13 - 14 años	Perfeccionamiento individualizado	Combate Judo pie con modificación del reglamento	Mensuales entre grupos de diferentes clubes y con carácter amistoso
15 - 16 años	Especialización deportiva	Competición reglada	Con mayor periodicidad y con el sistema de competición modificado

## 5 BIBLIOGRAFÍA

- Amador, F. (1995). "La enseñanza de los deportes de lucha". En D. Blázquez (dir.). La Iniciación Deportiva y el deporte escolar (pp. 351-368). INDE. Barcelona.
- Año, V. (1997). Planificación y organización del entrenamiento juvenil. Gymnos. Madrid.
- Arnold, P.J. (1995). La filosofía del deporte a nivel internacional. El deporte hacia el siglo XXI. Unisport, Instituto Andaluz del Deporte 197-200. Málaga.
- Blázquez, D. (1986). La iniciación a los deportes de equipo. Ediciones Martínez Roca S. A.
- Blázquez, D. (1995): Métodos de enseñanza de la práctica deportiva. En La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. Barcelona
- Campos, J. (1997). Aspectos psicosociales de la actividad física y del deporte. En: Aportaciones al estudio de la actividad física y el deporte. Unidad 4. Universitat de Valencia.
- Carratalá, V. (1997). "Factores personales y sociales relacionados con la iniciación deportiva en la práctica del judo". En D. Ayora, J. Campos, J. Devís y A. Escartí, *Aportaciones al estudio de la actividad física y el deporte* (pp. 201-212). IVEF. Valencia.
- Carratalá, V. (1999). Proyecto docente. Aplicación deportiva: Judo. Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. Universitat de Valencia.
- Coubertin, P.D. (1928). Mensaje a todos los atletas y participantes en los Juegos Olímpicos de Amsterdam. Bulletin officiel du C.I.O. 1/36 (1938). Lausanne.
- Hahn, E. (1988). Entrenamiento con niños. Toría, práctica y problemas. Específicos. Martínez Roca. Barcelona.

- Lopez, J. (1995). Entrenamiento temprano y captación de talentos en el deporte. En Blázquez, D. “ La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde.Zaragoza.
- Oliver y Sosa (1996): Curso de formación de técnicos de balonmano. Valladolid. Federación de Castilla y León de Balonmano.
- Passer, M. W. (1982). Psychological stress in youth sports. En : Magill, R. And Smoll, A. (ed) *Children in sport: A contemporary anthology*. Campaign. Human Kinetics Publishers.
- Piaget. J. (1945). *La formation du symbole chez l'enfant; imitation, jeu et rêve, image et representation*. Neuchâtel.
- R.F.E.J.y.D.A. (1995). III Congreso nacional de maestros de judo.
- Sánchez Bañuelos, F. (1984). Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Gymnos. Madrid.
- Solar, L. (1997). La aportación del movimiento olímpico a las pedagogías corporales a través del estudio hemerográfico. Tesis doctoral. Universidad del País Vasco.
- Trepal, D. (1995). *La educación en valores a través de la iniciación deportiva*. En Blázquez, D. “ La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde.Zaragoza.
- Vázquez, B. (1991). “El niño ante el mundo del deporte”. *Pedagogía de la actividad física y el deporte. FISIS. I.N.E.F.* Madrid.