



GLOSARIO DE TÉRMINOS

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: INICIACIÓN DEPORTIVA EN KARATE

Código: AFD663_2

NIVEL: 2



Asertividad: comportamiento de comunicación en el que el sujeto tiene la capacidad de afirmar con certeza.

Asistir: socorrer, favorecer, ayudar.

Autoprotección: medidas que se deben tomar para prevenir riesgos laborales.

Bunkai: aplicación práctica de las técnicas del kata.

Carga de trabajo: trabajo muscular que produce un efecto de entrenamiento que lleva a un proceso de adaptación.

CCE: Centro Coordinador de Emergencias.

Chakugan: mirada.

Chudan: zona media.

Ciclo: espacio temporal con un objetivo común.

Comunicación: trato, correspondencia entre dos o más personas.

Coquilla: material de protección para la zona genital masculina.

Dachi: posición. Postura.

Dan: nivel o rango.

DEA: Desfibrilador Automático.

DESA: Desfibrilador Semiautomático.

Dinámica relacional: proceso de interacción y relación entre los miembros de un grupo.

Dinamización: acción de promover las relaciones dentro de un grupo con motivación y fomentando la participación e implicación de todos los integrantes.

Do: camino o senda de realización.

Dojo: escuela de karate. Lugar de trabajo en busca del Do.



Embusen: línea de realización del kata, que determina la dirección que se debe seguir al realizar un kata.

Emergencia: situación de peligro o desastre que requiere una actuación inmediata.

Empatía: capacidad cognitiva de sentir, en un contexto común, lo que un individuo diferente puede percibir.

Estructura de la sesión: suma de las diferentes partes que conforman una unidad de trabajo.

Eventos de promoción: acciones con un objetivo de fomento y expansión en su conocimiento.

Gedan: zona baja.

Gestión de eventos: acciones de desarrollo y realización de actividades puntuales.

Gohon kumite: combate o asalto preestablecido a cinco pasos y/o cinco técnicas.

Goshin: defensa personal.

Guantilla: material de protección para los puños.

Hemostasia: detención de una hemorragia de modo espontáneo o por medios físicos, como la compresión manual o el garrote, o químicos, como los fármacos.

Henka: variación.

Hikite: mano que se recoge, que va hacia atrás.

Hyoshi: ritmo.

Iniciación deportiva: fase de primer contacto con un deporte específico.

Instrumentos de valoración: formas concretas de evaluación.

Ippon kumite: combate o asalto preestablecido a un paso y/o una técnica.

Jodan: zona alta.

Jyju ippon kumite: combate o asalto libre a una técnica.

Jyu kumite: combate o asalto libre.



Karate do: el camino de la mano vacía.

Karate: camino de la mano vacía

Karategi: prenda o traje de entrenamiento del karateca.

Kata: forma. Serie de técnicas realizadas con un orden preestablecido contra adversarios imaginarios.

Keri o geri: patada.

Ki: energía interior .

Kiai: liberación de la energía interior (ki) a través de un grito.

Kihon: trabajo fundamental y básico de técnicas de karate.

Kihon kumite: combate básico con técnicas preestablecidas.

Kime: aprovechamiento de la energía física y mental en el momento del impacto. La fuerza.

Kumite: combate.

Medios de apoyo: procedimientos auxiliares que complementan o ayudan a otros.

Objetivos de aprendizaje: metas a alcanzar dentro de cada sesión de aprendizaje.

Objetivos generales: finalidades últimas a alcanzar en una planificación.

Objetivos intermedios: metas secundarias imprescindibles para la consecución de un objetivo más importante.

Otagaini rei: saludo mutuo con el compañero.

PAS: protocolo de actuación del primer interviniente: proteger, avisar y socorrer.

PCR: Parada Cardiorrespiratoria.

Pernoctación: cada una de las noches que una persona permanece o está registrado en un establecimiento de alojamiento colectivo.

PETO: material de protección para la zona pectoral.



PLS: Posición Lateral de Seguridad.

Prevenir: preparar, aparejar y disponer con anticipación lo necesario para un fin.

Primeros auxilios: aquellas medidas o actuaciones que realiza el auxiliador, en el mismo lugar donde a ocurrido el accidente, hasta la llegada de personal especializado.

Programación: proceso mediante el cual se establecen y ordenan los distintos factores que intervendrán en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Protocolo: definición y descripción ordenada de las acciones que se deben realizar.

RCP: Reanimación Cardiopulmonar. Conjunto de medidas terapéuticas que se aplican para recuperar o mantener las constantes vitales del organismo.

Registro de desviaciones: control de datos de las variaciones sufridas en un proceso.

Rei: saludo.

Renzoku: combinación, continuación.

ROL: vinculado a la función o papel que cumple alguien dentro de un grupo o colectivo.

Sambon kumite: combate o asalto preestablecido a tres pasos y/o tres técnicas.

Sensei: maestro.

Senseini rei: saludo al maestro.

Sesión de entrenamiento: estructura básica de organización y planificación del entrenamiento.

Shiai kumite: combate o asalto deportivo, reglamentado.

Shomenni rei: saludo al frente.

Superior técnico: persona con rango superior en cuanto a conocimientos técnicos y titulación deportiva reconocida

SVB: Soporte Vital Básico.



Tatami: superficie sobre la que se entrena o se compite.

Tsuki: golpe de puño directo.

Uchi: técnica circular o indirecta.

Uke: defensa.

Waza: técnicas de karate.

Zanshim: estado de alerta. Concentración. Sensación final.