

Estándar de competencias profesionales

Concretar, dirigir y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en judo y defensa personal

Familia Profesional	Actividades Físicas y Deportivas
Nivel	2
Código	ECP1656_2
Estado	BOE
Publicación	RD 149/2022

Competencia profesional

Elementos de la competencia

- EC1** Identificar las características de los alumnos/usuarios y los recursos de intervención, para concretar las sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en judo y defensa personal, de forma adaptada al individuo, al grupo y a los medios disponibles.
- IC1.1** La documentación relativa al reconocimiento deportivo de cada alumno/usuario se consulta, identificando sus características, necesidades y expectativas en relación a la actividad, para verificar y/o detectar, en su caso, las desviaciones y diferencias significativas que puedan existir.
- IC1.2** El nivel técnico de los alumnos/usuarios se determina de forma individual al inicio y de forma periódica a lo largo del proceso de iniciación deportiva en judo, considerando también las experiencias motrices como factores de transferencia en su ritmo de aprendizaje, para incluirle en el grupo de trabajo que mejor se adapte a sus posibilidades.
- IC1.3** El resultado del análisis técnico inicial y periódico del alumno/usuario se pone en conocimiento del mismo y se le explican para establecer como punto de referencia y de forma conjunta y coherente unos objetivos reales y motivadores.
- EC2** Concretar las sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en judo y defensa personal adaptándolas a las características y expectativas de los alumnos/usuarios y observando las

medidas de prevención de riesgos, para llevar a cabo el desarrollo operativo de la programación general de referencia.

IC2.1 La programación de referencia se interpreta y analiza para su perfecta comprensión, discriminando:

IC2.1 - Objetivos.

IC2.1 - Contenidos (distribución, secuenciación de los contenidos técnicos, progresiones, paso de grados, actividades, técnicas).

IC2.1 - Orientaciones metodológicas.

IC2.1 - Orientaciones de control del aprendizaje y evaluación de los contenidos técnicos para el paso de grados.

IC2.2 Las sesiones secuenciadas de aprendizaje se concretan conforme a las directrices de la programación de referencia para adaptarlas a las características del grupo, explicitando de forma detallada:

IC2.2 - Objetivos de la sesión.

IC2.2 - Metodología.

IC2.2 - Estructura de la sesión (calentamiento, núcleo, vuelta a la calma).

IC2.2 - Selección y distribución de ejercicios, actividades, ejecución de técnicas, secuencias de movimientos, combate en pie y en suelo.

IC2.2 - Carga de trabajo.

IC2.2 - Medios y recursos materiales de apoyo.

IC2.2 - Aspectos de riesgo potencial dentro de la configuración de los ejercicios por la práctica y ejecución, materiales utilizados e instalación, así como los errores y la forma de prevenirlos.

IC2.2 - Procedimientos de control y evaluación del grado de satisfacción y rendimiento del alumno/usuario y del rendimiento de la actuación del técnico.

IC2.3 El estilo de intervención se elige teniendo en cuenta los objetivos, características y expectativas de los alumnos/usuarios para cumplir con los objetivos propuestos.

IC2.4 El registro de las sesiones secuenciadas de aprendizaje se concreta, en el modelo de documento y soporte físico, para permitir su consulta y uso antes y durante la dirección y dinamización de las mismas por el técnico correspondiente.

IC2.5 La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

EC3 Dirigir y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en judo y defensa personal, aplicando las estrategias metodológicas programadas para lograr los objetivos operativos y observando las medidas de prevención de riesgos.

IC3.1 La recepción y despedida de los participantes en cada sesión, se realiza de forma activa y estimuladora hacia la práctica del judo, comprobando al inicio de la sesión la indumentaria y el material personal para el desarrollo de las actividades y proporcionando las explicaciones y ayudas para resolver las deficiencias detectadas.

IC3.2 El contenido de las sesiones se explica previamente a los alumnos/usuarios, informándoles y transmitiéndoles instrucciones sobre:

IC3.2 - Utilización del material y equipos.

IC3.2 - Tareas a realizar y su finalidad.

IC3.2 - Aspectos y detalles para mantener la seguridad en todo momento.

IC3.2 - Contenidos éticos del judo (saludo, respeto, ayuda mutua, actitud y conducta, entre otros).

IC3.2 - Principios: "Jita-Kyoei", (ayuda y prosperidad mutua) y "Seiryoku-Zenyo" (óptima utilización de la energía) que ha de regir el desarrollo de todas las acciones y/o actividades que se realizarán en el judo pie y judo suelo.

IC3.3 La ubicación del técnico durante el desarrollo de las actividades le permite un desarrollo metodológico y control para:

IC3.3 - Comprender sus indicaciones.

IC3.3 - Mantener la seguridad de la actividad, anticipándose a las posibles contingencias y poniendo especial atención a los síntomas de fatiga que puedan presentarse entre los componentes del grupo.

IC3.3 - Intervenir eficazmente.

IC3.3 - Captar el interés hacia las actividades.

IC3.4 La realización de los gestos técnicos, ejercicios y utilización de los materiales, para asegurar la comprensión del alumno/usuario, se demuestran y explican:

IC3.4 - Utilizando la terminología propia conforme al origen oriental del judo.

IC3.4 - Relacionando la actitud y estilo de ejecución con la ética y los fundamentos del judo tradicional.

IC3.4 - Precizando los detalles y anticipando los posibles errores de ejecución.

IC3.4 - Relacionándolos con las normas del reglamento y arbitraje cuando la tipología de las técnicas y/o actividades así lo precisen.

IC3.4 - Anticipándose a las posibles situaciones de riesgo.

IC3.4 - Asegurándose de que las indicaciones son comprendidas.

IC3.5 La dirección y dinamización de las sesiones se realiza respetando la distribución temporal y secuenciación de ejecución de las acciones programadas, aplicando recursos y actividades alternativas para solucionar contingencias y situaciones imprevistas.

IC3.6 La dinámica relacional en el desarrollo de la actividad se controla, promoviendo la cordialidad y desinhibición en el grupo para corregir las conductas inapropiadas que puedan presentarse.

IC3.7 Los conocimientos del reglamento y arbitraje se imparten de forma clara y sencilla durante el desarrollo de las actividades, para adaptarlos a las características de los participantes y a la propia estructura de la sesión.

IC3.8 Los recursos materiales se supervisan antes de las sesiones y se controlan durante la actividad para garantizar su uso en condiciones de seguridad, recogiendo y almacenándolos al terminar la sesión, aplicando el tratamiento conforme a las necesidades de los mismos, manteniendo el inventario actualizado y proponiendo las reposiciones convenientes.

IC3.9 La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

EC4 Preparar a los alumnos/usuarios para la obtención del cinturón verde de judo, según el programa establecido.

IC4.1 Los gestos técnicos de ataque y defensa y las alternativas tácticas del judo pie hasta el grado de cinturón verde, (oportunidades y desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, conexiones pie/suelo, esquivas y contraataques) dentro del programa de referencia de iniciación deportiva, se transmiten y demuestran en base a los principios: "Jita-Kyoei", (ayuda y prosperidad mutua) y "Seiryoku-Zenyo" (utilización de la energía) de manera clara y precisa, para su asimilación por parte del alumno/usuario.

IC4.2 Los gestos técnicos de ataque, defensa y las alternativas tácticas del judo suelo hasta el grado de cinturón verde, (movimientos del cuerpo en ataque y defensa, situaciones y oportunidades de las técnicas de inmovilización, principios y formas de salidas de las inmovilizaciones, combinaciones y encadenamientos de las técnicas del judo suelo) dentro del programa de referencia de iniciación deportiva, se transmiten y demuestran en base a los principios "Jita-Kyoei", (ayuda y prosperidad mutua) y "Seiryoku-Zenyo" (utilización de la energía) de manera clara y precisa, para su asimilación por parte del alumno/usuario.

IC4.3 La información sobre la evolución del aprendizaje de los alumnos/usuarios se les comunica a éstos de manera continua durante las sesiones de preparación corrigiendo los errores de ejecución y reforzando los movimientos bien hechos de manera empática, rigurosa y precisa para retroalimentar su aprendizaje.

- EC5** Aplicar las técnicas de judo a la defensa personal a partir de posiciones naturales, con el dominio suficiente para neutralizar, reducir o proyectar a un adversario "Uke" a partir de la simulación de las situaciones de agresión.
- IC5.1** Los desplazamientos se aplican con dominio, para conseguir la posición fundamental acorde con las posibles orientaciones espaciales de los ataques de un agresor potencial.
- IC5.2** Las técnicas de judo pie se aplican, siguiendo los modelos establecidos, a la defensa personal para proyectar tras el control y agarre a un agresor potencial.
- IC5.3** Las técnicas luxación y estrangulación se aplican a la defensa personal para controlar o reducir a un agresor potencial, manteniendo las situaciones de máximo contacto, tanto en pie como en suelo.
- IC5.4** Los golpes vitales "Atemis" a puntos y zonas vitales de un agresor potencial, se utilizan, según los modelos establecidos, para repeler el ataque desde una distancia de seguridad antes de tomar contacto con el mismo.
- IC5.5** Las defensas desde la posición de pie o desde el suelo contra golpes de puño, pie o con implementos (palos y armas blancas, entre otros) recibidos desde distintas orientaciones espaciales (de frente, de lado o por detrás), se ejecutan, según los modelos de referencia, para anular y posteriormente proyectar o reducir al agresor.
- IC5.6** Los gestos técnicos de ataque y defensa y sus posibles combinaciones se entrenan y automatizan para su aplicación inteligente conforme a criterios de oportunidad, adaptándose a agresiones simuladas con el dominio y maestría que permitan neutralizar y/o repeler el ataque de un agresor en una situación real.
- EC6** Valorar las actividades de judo y defensa personal programadas, conforme a las directrices expresadas en la programación de referencia y observando las medidas de prevención de riesgos, para registrar las incidencias y dificultades del proceso y aplicar medidas correctoras.
- IC6.1** Las técnicas e instrumentos de valoración se aplican conforme a las directrices expresadas en la programación para registrar las incidencias y dificultades derivadas de su aplicación.
- IC6.2** Los errores de ejecución técnica y táctica de los deportistas en la etapa de iniciación deportiva, se identifican, proponiendo pautas en relación a medios y tareas para su corrección.
- IC6.3** La satisfacción de los alumnos/usuarios se comprueba, para realizar ajustes periódicos propios de la iniciación deportiva, en las actividades, tareas utilizadas y estilos de intervención, dependiendo de la retroalimentación (feedback) que perciba de los resultados de los practicantes.

- IC6.4** La información obtenida recibe el tratamiento sistemático, objetivo de cálculo y registro para facilitar el análisis comparativo entre los objetivos alcanzados con los previstos inicialmente según la programación de referencia como medio de retroalimentación del proceso.
- IC6.5** La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados al técnico responsable para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.
- IC6.6** Los datos obtenidos se comunican al técnico responsable en la fecha, modelo y soporte previstos en la programación para su análisis y toma de decisiones.

Contexto profesional

Ámbito profesional

Sectores productivos

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes

Monitores de judo y defensa personal

Medios de producción

Sala de judo, tatami Equipos informáticos con software específico de aplicación Medios y equipos de oficina Sistemas de protección de datos Documentación de control, fichas y listados.

Información utilizada o generada

Programación de la actividad. Programas de judo. Documentación técnica, de equipos y materiales. Software de consulta. Fichas de las sesiones. Informes. Fichas o cuestionarios de evaluación. Protocolos de actuación en la anticipación de riesgos en la instalación y sus elementos. Hojas de trabajo diario. Fichas resumen de incidencias. Manuales de referencia de los equipos y medios materiales. Fichas técnicas de mantenimiento de los recursos. Partes de notificación a los servicios de mantenimiento, limpieza y otros. Reglamentos arbitrales. Programación y normativas de eventos y competiciones. Manuales y reglamentos deportivos. Clasificaciones y estadísticas de las competiciones, pruebas y eventos. Documentación sobre seguridad y prevención de riesgos. Partes de accidente. Protocolos de actuación. Guías para la acción preventiva. Normativa. Bibliografía especializada.