



GOBIERNO DE PUERTO RICO

REGIÓN EDUCATIVA: CAGUAS

DISTRITO ESCOLAR DE: GUAYAMA

ESCUELA: ESPECIALIZADA EN DEPORTES EUGENIO GUERRA CRUZ

PRONTUARIO DE JUDO 2018 - 2019

CÓDIGO	GRADO	CRÉDITOS	PRERREQUISITOS	AÑO ESCOLAR
EDFI-132	8vo - 12mo grado	2		2018 - 2019
MAESTRO		MAESTRO ALTAMENTE CUALIFICADO: (X) SI () NO		
Prof. José A. Rodríguez Aponte		PREP. ACAD. : () BA (*) MA () Ed. D. () Ph. D.		
		CORREO ELECTRONICO / PÁGINA ELECTRÓNICA		
11:00am - 12:00pm		jporodriguez07@gmail.com		

DESCRIPCIÓN DEL CURSO

El Judo es un deporte de contacto físico sin golpes, proveniente de las artes marciales de origen japonés. Las especialidades de la disciplina son las proyecciones, barridos, inmovilizaciones, estrangulaciones y luxaciones. El mismo se practica y se compite sobre un colchon o matre con las especificaciones de la Federación Internacinal de Judo conocido como Tatami. El programa de Judo dentro de las bases de la Educación Física tiene como misión preparar estudiantes atletas y a su vez el desarrollo de ciudadanos de bien en el presente y futuro de nuestro país. Esto basado en el desarrollo de las capacidades físico-motoras del estudiante atleta y la enseñanza de técnicas y destrezas necesarias para el alto rendimiento en el deporte de Judo. Además, mediante este curso se pretende desarrollar valores como la disciplina, perseverancia y el respeto.

OBJETIVO DE TRANSFERENCIA POR UNIDAD

1. El desarrollo de las capacidades físicas y tenicas del estudiante mediante entrenamientos estructurados y adaptados a las necesidades de cada atleta.
2. Que el estudiante adquiera un estilo de vida saludable mediante una buena nutrición y buenos hábitos de descanso.
3. El desarrollo de las capacidades mentales necesarias para el exito deportivo.
4. Exponer a los estudiantes a experiencias competitivas.
5. Tener conocimiento de la historia y las reglas del deporte.

2

ÁREA	ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN	VALOR	VALOR TOTAL	PESO RELATIVO
PFG	2 Pruebas Preparación Física General	100 Puntos C/U	200 Puntos	18%
PFE	4 Pruebas Preparación Física Especial	100 Puntos C/U	400 Puntos	18%
DD	4 Pruebas Destrezas Deportivas	100 Puntos C/U	400 Puntos	18%
RD	4 Pruebas Rendimiento Deportivo	100 Puntos C/U	200 Puntos	18%
EDF	20 Preguntas de la Historia del Deporte	20 Puntos C/U	400 Puntos	18%
ACM	Torneos Preparatorios	cipa / No Part	N/A	N/A
PBL	PBL		100	10%

TOTAL	1,700 puntos	100%
--------------	---------------------	-------------