

CC/A

PROGRAMA DE LA MATERIA

JUDO I

AÑO 1999

UNIDAD DIDACTICA N° 1

- CLASIFICACION DEL JUDO COMO TAREA MOTRIZ
- TAREAS ABIERTAS Y TAREAS CERRADAS
- DEL CUERPO INSTRUMENTO AL CUERPO VIVIDO
- LA TECNICA, UN PROCESO COMPENDIADOR.
- PROCESO DEL ACTO MOTOR.
- CAÍDAS (ukemis) ADELANTE, ATRÁS, LATERALES.
- HISTORIA I.

UNIDAD DIDÁCTICA N°2

- EL EQUILIBRIO.
- DISTINTOS JUEGOS COMO INICIACION Y COMPRENCION DEL EQUILIBRIO.
- EL CENTRO DE GRAVEDAD.
- DETERMINACION DEL CENTRO DE GRAVEDAD.
- LA ESTABILIDAD.
- POSTURA Y SUS VARIACIONES ESPACIALES.
- RELACIONES ESPACIALES
- EL AGARRE.
- DESEQUILIBRIOS BÁSICOS
- CLASIFICACIÓN DE LAS DISTINTAS PROYECCIONES.

UNIDAD DIDÁCTICA N°3

- PLATAFORMA PERCEPTIVA DEL JUDOKA.
- VELOCIDAD DE REACCION.
- EL CONOCIMIENTO DEDUCTIVO.
- INTELIGENCIA Y MEMORIA MOTRIZ EN EL JUDO.
- ESQUEMAS MOTORES DE HABILIDADES TECNICAS.
- COMO INTERRELACIONAR OTROS DEPORTES, A TRAVES DEL JUEGO, CON EL JUDO.
- NIVELES Y SISTEMAS DE GRADUACION EN JUDO.
- ARBITRAJE INTERNACIONAL I.