

OPINIÓN

BÚSQUEDA DE UNOS CONTENIDOS PARA LA NUEVA ASIGNATURA: ACTIVIDADES Y DEPORTES DE LUCHA

César Páez,
Profesor de judo. INEFC-Barcelona

Joan Carreras,
Licenciado en Educación física

Palabras clave: Plan de estudios, deportes de lucha, selección, INEF.

Abstract

This article come about because of the new denomination (Activities and Contact Sports) that from the beginning of the 1997-98 course in INEF Catalunya receives the course until now called Sports I: Judo.

This signature has no choice but to broaden its contents in the mark of the new Study's Plan, whose design considerably changes its objectives.

Faced with the evident impossibility of teaching all the activities and contact sports in existence, it has been necessary to choose among them, looking fundamentally for those we consider provide a greater educative value and adapt better to the aims of the course. All of this from a base of objective criteria, independent of the fact that whatever model, adequately prepared and taught, can have a great pedagogical value.

Initially, from a mosaic made up of 30 activities, we have selected twelve. consequently we have compared them and finally, as a result, we offer a few possible options in the new contents of the course.

Resumen

Este artículo nace a raíz de la nueva denominación («Actividades y deportes de lucha») que a partir del inicio del curso 97-98 en INEFC recibe la asignatura que hasta ahora se llamaba «Deportes I (judo)». Ésta tiene que ampliar obligatoriamente sus contenidos en el marco de un nuevo plan de estudios, cuyo diseño cambia de manera considerable los objetivos de esta nueva asignatura.

Ante la imposibilidad evidente de impartir todas las actividades y los deportes de lucha existentes, ha sido indispensable hacer una selección de estas y por eso hemos buscado fundamentalmente las que nos puedan aportar un mayor «valor educativo» y las que se adapten mejor a los objetivos de la asignatura. Todo esto a partir de criterios objetivos, independientemente de que cualquier modalidad adecuadamente concebida e impartida puede alcanzar un elevado valor pedagógico.

Inicialmente y a partir de todo un mosaico formado por más de treinta modalidades, seleccionamos doce. Seguidamente, pasamos a compararlas entre ellas y finalmente y en consecuencia, ofrecemos unas opciones posible en referencia a los nuevos contenidos de la asignatura.

Selección de modalidades a comparar

Inicialmente hemos partido de la clasificación más básica conocida y utilizada en las diferentes mo-



dalidades, actividades y/o deportes de lucha. Ésta delimita los apartados que exponemos a continuación, dentro de los cuales enumeramos las principales disciplinas más conocidas mundialmente:

- **Modalidades basadas fundamentalmente en elementos luctatorios** (proyecciones, luxaciones, estrangulaciones, etc.): Judo, Sambo, Lucha (libre y grecorromana), Sumo, Aikido, Hapkido, Shuai-jiao (forma parte del Kung-fu), luchas autóctonas de diferentes lugares (canaria, turca, leonesa, etc.).
- **Modalidades basadas fundamentalmente en elementos de percusión** (patadas, golpes con los puños, etc.): Boxeo, Taekwondo, Karate, Savate, Full-contact, Kick-boxing, Thai-boxing, Tang-soo-do, diferentes estilos del Kung-fu (Witg-tsun, Hungar, Choi-li-fut, etc.).
- **Modalidades luctatorias y de percusión:** Jiu-jitsu, Yoseikan-budo, Silat, Shorinji-kempo, algunas escuelas de Hapkido y de Kung-fu.
- **Modalidades basadas en el combate con implemento** (armas simuladas): Esgrima, Kendo, Kobudō, Naginata-do, la Canne, sistemas de esgrima de bastón autóctonos de diversos lugares (canarios, portugueses, filipinos, etc.).

Con todo este variado mosaico de disciplinas (más de 30) y recordando que el objetivo de este trabajo es sacar conclusiones para la inclusión de nuevas actividades dentro del nuevo plan de estudios del INEFC, hemos creído oportuno clasificarlas en tres grandes grupos:

- Modalidades olímpicas
- Artes marciales y/o derivados
- Otros deportes de combate de demanda social significativa

Modalidades olímpicas

En mayo de 1894, Pierre de Coubertin restauró los Juegos Olímpicos como resultado de un movimiento pedagógico y social que confería al deporte la importancia que pueda tener en la formación de las personas y el hermanamiento de los pueblos.

Si tenemos en cuenta que las modalidades olímpicas obedecen a esta tradición, es evidente que las incluiremos todas en esta selección.

Este grupo es, por tanto, el que presenta menos controversias, ya que encontramos determinados los siguientes deportes: *Judo, Boxeo, Lucha, Esgrima, (Taekwondo)*.

Artes marciales

Clasificadas como «artes marciales» podemos encontrar un gran número de modalidades y consideramos necesario hacer una selección.

El origen de las artes marciales data de épocas en que el hombre tenía que combatir con su propio cuerpo o con la ayuda de armas blancas. La aparición de las armas de fuego significó la desaparición de muchas de estas artes de combate. Cabe decir que en Occidente los rápidos adelantos en materia de armas en relación con los países orientales hicieron que la mayoría de artes marciales se dejaran de transmitir de generación en generación. Por eso, prácticamente las únicas formas de lucha de origen occidental mínimamente sofisticadas que encontramos son las modalidades olímpicas que hemos mencionado (a excepción del Judo). Mientras tanto, la tradición de Oriente nos ha llegado en gran parte de manera muy íntegra.

Actualmente encontramos artes marciales japonesas, chinas, coreanas, filipinas, tailandesas, etc. No cabe la menor duda pero, que las más correctamente sistematizadas y extendidas a nivel mundial son las del Japón. Además,

éstas son también las que más connotaciones filosóficas y educativas poseen.

Así pues, tenemos que pasar a analizar las artes marciales japonesas empezando por las de la época feudal, que se denominan con el nombre genérico de *bu-jutsu* que significa «arte de la guerra». Algunos ejemplos de estos pueden ser el *Kenjitsu* (arte del combate con la espada), el *Ju-jutsu* (arte de combate cuerpo a cuerpo), el *Suiei* (natación con armadura), el *Yarijutsu* (arte del tiro con la lanza) y otros métodos de combate sin armas como: *yawara, koshi-mawari, torite, sumo, gusoku*, etc. A finales de siglo XIX, encontramos que sólo se siguen practicando un número reducido de disciplinas:

- El *Kenjutsu*: arte de combate con «katana» (espada japonesa), que a principios del siglo XX se convertirá en el *Kendo* actual extendido por todo el mundo.
- El *Sumo*: deporte de lucha con importantes connotaciones religiosas que sigue manteniendo una gran importancia para la sociedad japonesa actual.
- El *Okinawate*: arte de golpear con las extremidades superiores e inferiores que desde principios del siglo XX se llamará *Karate*. Mundialmente se expandirán como principales escuelas las que se denominan: *Shotokan, Wado Ru, Shito Ryu, Goju Ryu, Shotokai, Kyokushinkai*. Cabe decir que desde el punto de vista de la competición, hay una unificación de reglamentaciones provocando que sólo haya dos tipos de combate en el karate:

- el *Wuko*, donde no hay contacto y hay que controlar los golpes.
- el *Kyokushinkai*, donde los combates son al KO.

- El *Ju-jutsu*: arte de lucha cuerpo a cuerpo sin armas, a partir del cual Jigoro Kano confeccionó el *Judo*. Escuela de *Ju-jutsu* que, como arte de combate, se muestra mucho más efectiva que las otras y que consiguió eliminarlas prácticamente a todas, de manera que a principio del siglo XX se constituirán en Japón escuelas de Jiu-jitsu: la *Hakko* y la *Kodokan-judo*; esta última es la única que salió de las fronteras del Japón en forma del *Judo* actual que todos conocemos.
- El *Aikijutsu*: arte de lucha con o sin armas que se encuentra representado por las escuelas *Aikikai, Yoshinkan, Kodokan (Tomiki), Yoseikan, Daito y Takeda*. Remarcamos que las tres primeras han desarrollado el *Aikido* actual; del *Yoseikan* han resultado el *Yoseikan-budo* y de las *Daito* y *Takeda*, el *Daito Ryu Aikijujitsu* que se practica exclusivamente en Japón.

Como conclusión de este apartado, cabe decir también que hoy en día han salido de la nada (o del Judo, Karate, Aikido, etc.) toda una serie de sistemas de «defensa personal» que utilizan nombres de métodos del Japón feudal sin tener prácticamente ninguna relación.

Otros deportes de combate de demanda social significativa

En este grupo, incluiremos las modalidades basadas en la unión del boxeo inglés con patadas que mayoritariamente se encuentran representadas por el *Full-contact* y el *Kick-boxing*. Estas nacieron en los EEUU y tienen una reglamentación muy parecida a la del boxeo tailandés o al de la *savate* francesa.

Durante la década de los 80, estos deportes han ganado una gran cantidad de practicantes, tanto en los EEUU, como en Europa.

	MODALIDADES LUCTATORIAS				MODALIDADES DE PERCUSIÓN					MODALIDADES LUCTATORIAS PERCUSIÓN	MODALIDADES CON IMPLEMENTO	
	JUDO	LUCHA LIBRE	LUCHA GRECO...	AIKIDO	BOXEO AMATEUR	FULL CONTACT	KARATE SIN / C	KARATE CON / C	TAE KWONDO	YOJEBI KAN BUDO	ESGRIMA	KENDO
Canalización de la agresividad	2	1,5	1,5	1,5	0	0	1	0,5	1	1	2	1
Riqueza motriz	1,5	1,5	1	1	0,5	1	1	1	1	2	1	1
Competición	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
Reglamento Objetivo	1	1	1	0	1	1	0	1	0,5	0,5	1	0,5
Deporte Olímpico	1	1	1	0	1	0	0	0	0,5	0	1	0
Sexo	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1
Fácil adaptación	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1	1	0,5	0,5	0
Bajo riesgo físico	1	0,5	1	1	0	0	1	0	0,5	0,5	0,5	1
TOTAL	9	7	7	5	4	4,5	6	5,5	6,5	6,5	8,5	5,5

Cuadro 1

Criterios comparativos escogidos

Para poder comparar las diversas modalidades desde un punto de vista del «valor educativo» que puedan tener, consideramos que hay unas características fundamentales a tener en cuenta. La relación de éstas es la siguiente:

- La canalización de la agresividad.
- La riqueza motriz, (entendida como la utilización de la mayoría de patrones de movimiento, segmentos corporales, variedad de capacidades condicionantes etc.).
- La existencia de competición deportiva.
- La objetividad del reglamento de competición.
- El hecho de ser modalidad olímpica.
- Que los practicantes sean de ambos sexos.
- Que sea de fácil adaptación en los centros docentes (instalaciones, equipos...).

- Que implique un bajo riesgo físico (lesiones provocadas por los golpes, luxaciones,...).

Cuadro comparativo

A partir de las tres modalidades mencionadas y los criterios presentados, hemos confeccionado un cuadro comparativo:

En este cuadro hemos otorgado una serie de puntuaciones a las diferentes actividades. Para cada criterio, hemos puntuado del 0 al 1 (utilizando intervalos de 0,5), exceptuando los dos primeros criterios (*canalización de la agresividad* y *riqueza motriz*) a los cuales se les ha dado una puntuación del 0 al 2, puesto que consideramos que tienen una importancia superior a las otras desde un punto de vista pedagógico.

La puntuación máxima que puede alcanzar una modalidad, teniendo en cuenta la suma de la puntuación otorgada para cada criterio, es de 10 puntos y la mínima de 0 puntos.

Justificación de las puntuaciones otorgadas

Siguiendo el orden de criterios:

Canalización de la agresividad

El *boxeo* y el grupo de *Full-contact* y *Kick-boxing* han obtenido una puntuación de 0 puntos, puesto que el hecho de contactar con golpes sobre la cara y el cuerpo del adversario provoca en todo caso hostilidad entre los competidores, lo cual no permite canalizar la agresividad.

El *Karate con contacto* se encuentra en el mismo caso que los anteriores, exceptuando que en este no se permite golpear con los miembros superiores a la cara. Por esto, se le podría otorgar una puntuación de 0,5.

Con 1 punto encontramos:

- El *Taekwondo*, porque utiliza más protecciones que el *karate con contacto* (utilización de pechos y cascos).
- El *Karate sin contacto*, donde se da un contacto muy ligero y que no ha obtenido más puntuación porque está permitido

el ataque a la cara con el miembro superior.

- El *Yoseikan-Budo*, cuyo reglamento es muy parecido al del *Judo* por lo que se refiere a las cuestiones luctatorias y resulta un intermedio entre el *Full-contact* y el *Karate sin contacto* en el ámbito de percusión.
- El *Kendo*, que aunque los golpes realizados con el arma se realizan sobre la armadura, implica gran parte de golpes sobre los brazos descubiertos.

Con 1,5 puntos tenemos las *Luchas*, que como no implican golpes, siempre se desarrollan con menos hostilidad.

Y finalmente encontramos el *Judo* con 2 puntos, al cual hemos otorgado 0,5 más que a las luchas, puesto que como se agarran en el kimono y no directamente en el cuerpo del adversario (como en las luchas), se facilita la pérdida del temor al contacto físico.

Riqueza motriz

Para poder cuantificar de alguna manera este parámetro, hemos concedido un valor de medio punto a cada modalidad por incluir de



forma importante cada uno de los grupos de contenidos enumerados a continuación:

- Golpes con miembros superiores
- Golpes con miembros inferiores
- Proyecciones
- Luxaciones de pie
- Luxaciones en el suelo y/o acciones sobre el cuello
- Inmovilizaciones en el suelo

Así pues, tenemos con 0,5 el *Boxeo*; con 1 punto, el *Taekwondo*, la *Lucha grecorromana*, el *Aikido*, el *Karate* y el *Kick-boxing*; con 1,5 puntos, el *Judo* y la *Lucha libre* y con 2 puntos, el *Yoseikan-Budo*. Cabe decir que las modalidades con implemento las tenemos que valorar aparte, otorgando 1 punto a cada una. A primera vista, puede parecer que la *esgrima* presente más riqueza debido a la utilización de tres armas diferentes, pero hay que considerar que el *Kendo* implica una utilización de ambos brazos.

Existencia de competición deportiva

La competición deportiva es una faceta más de algunas prácticas corporales que, sin entrar en juicios sobre cómo y cuándo (en qué medida...) se tiene que competir, no cabe duda que aporta valiosas experiencias de cara a la formación del individuo.

Este parámetro, lo tenemos que puntuar con 1 punto en el caso de que la respuesta sea afirmativa y con 0 puntos en caso contrario (situación en que sólo se encuentra el *Aikido*).

Objetividad del reglamento de competición

Con 1 punto hemos valorado las modalidades que no presentan demasiados problemas en los juicios efectuados por los árbitros (por ejemplo, tenemos muy claro cuando alguien es proyectado o está KO por un golpe).

Con 0,5 puntos hemos valorado aquellas en que la puntuación nos viene dada por la ejecución de golpes de una mediana intensidad (o intensidad de golpeo máxima, pero con el equipo protector) sobre zonas concretas. No le hemos otorgado un punto, porque muy a menudo hay dudas sobre si el golpe ha sido suficientemente contundente para puntuar y/o sobre si ha acertado la zona puntuable.

Con 0 puntos, por un lado el *Aikido* (que no presenta combate y donde se realizan técnicas sobre un compañero que colabora) y, por otro lado, el *Karate* sin contacto, en el cual siempre hay la duda de si el golpe ha llegado suficientemente cerca del adversario para que puntue.

El hecho de ser una modalidad olímpica

Dentro de este apartado hemos otorgado 1 punto a las modalidades olímpicas, con la excepción del *Taekwondo* al que hemos dado sólo 0,5 a causa de su corta experiencia y tradición dentro del olimpismo. Las modalidades no olímpicas han sido puntuadas con 0 puntos.

Practicantes de ambos sexos

El hecho de que la práctica deportiva no excluya el sexo femenino, lo hemos puntuado con 1 punto. El *Boxeo* y las *Luchas* han puntuado con 0 puntos.

Fácil adaptación en los centros docentes

Si tenemos en cuenta las instalaciones y equipos necesarios para realizar una iniciación, hemos otorgado:

- 1 punto al *Karate* y al *Taekwondo*, puesto que casi no requiere material (incluso ni tatami).
- 0,5 puntos a todas las otras modalidades, las cuales requieren de tatami y/o alguna otra pro-

1r lugar	Judo	9 puntos
2.º lugar	Esgrima	8,5 puntos
3r lugar	Lucha libre y lucha grecorromana	7 puntos
4.º lugar	Taekwondo y Yoseikan-Bud	6,5 puntos
5.º lugar	Karate sin contacto	6 puntos
6.º lugar	Karate con contacto y Kendo	5,5 puntos
7.º lugar	Aikido	5 puntos
8.º lugar	Kick-Boxing y Full-contact	4,5 puntos
9.º lugar	Boxeo	4 puntos

Cuadro 2

tección o implemento de un precio a considerar.

- 0 puntos al *Kendo*, porque el precio del equipo fundamental es muy elevado.

Que implique un bajo riesgo físico

Se ha otorgado una puntuación de 0 puntos a aquellas modalidades de percusión que impliquen un contacto a máxima intensidad, como el *Kick-Boxing*, el *Boxeo* y el *Karate Kyukushinkai*.

Con 0,5 puntos, hemos puntuado las modalidades que implican un «semi-contacto» en cuanto a percusión y la *Lucha libre* que presenta toda una serie de luxaciones que pueden resultar peligrosas (antes también existían en el *Judo* y se excluyeron por su peligrosidad).

Finalmente, hemos otorgado 1 punto al *Karate sin contacto*, a las modalidades con implemento, *Aikido* y al *Judo* y la *Lucha grecorromana* (modalidades luctatorias de las cuales se han eliminado prácticamente todas las técnicas peligrosas).

Clasificación final

A la vista de las puntuaciones finales obtenidas para cada una de las modalidades, podemos determinar un orden clasificatorio (véase cuadro 2).

Objetivos de la asignatura

El deporte es nuestra herramienta de trabajo para la formación del alumno. Esta formación tiene que convertirse en «*vía de educación*»: física, cognitiva, afectiva y social.

A través de ella, el alumno conoce, asume, practica y desarrolla hechos y conceptos, actitudes, valores y normas y procedimientos.

El objetivo será, por tanto, la educación integral del alumno a través del deporte de lucha. Educación más completa cuanto más profunda, sin olvidar que este alumno será un futuro educador.

Opciones posibles

Inicialmente, hemos considerado tres posibilidades a la hora de introducir nuevas modalidades dentro de la asignatura *Actividades y Deportes de Lucha*.

Todas las modalidades comparadas (12)

Esta opción implicaría una limitada introducción en cada una de las disciplinas seleccionadas.

Encontramos 12 modalidades, cosa que desde el punto de vista horario implicaría que cada una recibiera un tratamiento de *dos horas y media* en el primer curso.

Una modalidad para cada grupo fundamental (lucha, percusión, lucha + percusión, implemento)

Es decir, una disciplina de lucha, una de percusión, una de lucha+percusión y una de implemento, que atendiendo a la clasificación final llegaría a las siguientes modalidades:

- Judo (9 puntos)
- Taekwondo (6,5 puntos)
- Yoseikan-Budo (6,5 puntos)
- Esgrima (8,5 puntos)

Desde el punto de vista horario, esto implicaría que cada modalidad recibiera un tratamiento de siete horas y media en el primer curso.

Dos modalidades

Atendiendo a la clasificación final y teniendo en cuenta la elevada puntuación obtenida por el *Judo* y el *Esgrima*, en relación al resto de disciplinas, es evidente que estas dos son las que tienen que ser fundamentalmente tratadas co-

rrespondiendo a cada una 15 horas en el primer curso.

Conclusiones

A la hora de escoger una de las tres opciones en base a los siguientes apartados:

- Objetivos de la asignatura
- Horas lectivas por curso
- Profesorado, instalaciones, horarios, etc.

Entendemos que la primera opción («todas las modalidades comparadas») no respondería al primer y segundo apartado, puesto que el tratamiento de 12 modalidades a dos horas y media para cada una de ellas, se convertiría en una visión eminentemente teórica y limitada que llevaría al alumno a no sacar ningún partido del crédito. Y si tenemos en cuenta el tercer apartado («profesorado, instalaciones, horarios, etc.»), la complejidad que supone la aplicación de esta opción es aún mayor.

En relación con la segunda opción («una modalidad para cada grupo fundamental»), si bien se reducen sensiblemente los problemas derivados del tercer apartado y aumenta sustancialmente el número de horas, entendemos que no quedarían suficientemente alcanzados los objetivos de la asignatura, dado que el tratamiento de una disciplina durante siete horas y media a la largo de un curso, no permite asimilar prácticamente nada que se pueda transmitir a posteriori a unos alumnos. Podría decirse que pasamos del objetivo de «formar» al de «informar».

Por tanto, la opción más viable creemos que, de manera obvia, es la tercera («dos modalidades»). Des de un punto de vista pedagógico, es, sin lugar a dudas, la más satisfactoria.

Bibliografía

AUGE, P., «A man of many budo. Minoru Mochizuki is the only living man to

study with Funakoshi, Uyeshiba and Kano», *Black belt*, 34-38, Aug 1988.

DANIELS, K., «An analysis of the relationship between hostility and training in the martial arts», *Journal of sports sciences*, 95-101, Summer 1990.

FREDERIC, L., *Diccionario ilustrado de las Artes Marciales*, Eyras, Madrid, 1989.

HALLANDER, J., «What martial art is the most dangerous? A breakdown of common injuries by style», *Black belt magazine*, 56-59, Apr 1988.

MAEBAYASHI, K., «A study of budo as the education: especially in terms of school education», *Bulletin of Instituto of Health and Sports Sciences, University of Tsukuba*, 11-17, Mar 1989.

MITCHELL, D., *El Libro Completo de las Artes Marciales*, Paidotribo, Barcelona, 1992.

RATI, O. y WESTBROOK, A., *Los Secretos del Samurai. Las artes marciales en el Japón feudal*, Alianza Editorial, Madrid, 1994.

SÁNCHEZ, V. y CAMPOMANES, J. (Coordinadores), *Esgrima*, Comité Olímpico Español, 1993.

TAIRA, S., *Judo (I)*, Comité Olímpico Español, 1992.