



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. CASTILLA LA MANCHA

**DEPARTAMENTO DE AIKIDO
ESCUELA FEDERATIVA REGIONAL**

AIKIDO INFANTIL

MAESTRO ENTRENADOR NACIONAL DE AIKIDO

TESINA SOBRE LA ADAPTACIÓN DE LAS COMPETICIONES AL MUNDO DEL AIKIDO INFANTIL



**ESPECIFICAS DE AIKIDO
TITULACIONES FEDERATIVAS DOCENTES**

ASIGNATURAS LECTIVAS 1998 a 2022

Procedimientos y Pautas de Evaluación Sobre los Avances del Alumno de Aikido Infantil Federado.

Pedro Fournier Cansado
Maestro Especialista - 6º Dan de Aikido

*Asignatura Específica Titulaciones Docentes (AIKIDO INFANTIL) “Maestro Nacional de Aikido”
(D. Pedro Fournier Cansado – Maestro Especialista 6º Dan de Aikido) F.J.Y.D.A.C.L.M*

PROLOGO

El Aikido se caracteriza por la riqueza y variedad de los movimientos en su ejecución. El alto grado de variaciones y adaptación de los mismos, debidos a la continuos cambios provocados por las acciones del adversario, condicionan la necesidad de abordar la enseñanza de la manera más próxima a la realidad en la que se desarrollan las técnicas en una clase de Aikido. Entre las características más sobresalientes, merece destacar el gran dominio corporal necesario, así como la resolución de los medios necesarios en relación y ajuste permanente con un adversario y en un espacio determinado.

La enseñanza del Aikido en etapas infantiles pasa, por tanto, por la enseñanza del uso corporal en sus más altos niveles de control y conocimiento, (evidentemente adaptadas a las características morfológicas Psíquicas y corporales del niño) que permitirán un mayor dominio de las acciones corporales. La precisión de los movimientos, tanto de ataque como de defensa, supone la clave del éxito de las acciones. Por ello, el desarrollo de cualidades como el equilibrio y estabilidad corporal, el tono muscular, la velocidad y una adecuada capacidad de anticipación deben ser el punto de partida de la construcción del deportista orientado a este deporte.

En educación física, en edad infantil y primaria, estas cualidades son objeto de tratamiento prioritario, pues suponen, los pilares básicos de la construcción corporal y que son el soporte necesario que posibilita el incremento paulatino de las capacidades motrices de los alumnos/as.

Conocidas las características básicas que definen el Aikido y los objetivos propuestos en el sistema educativo, debemos diseñar una metodología, que permita articular su enseñanza. Esta, como criterio base, debe favorecer la participación activa de los alumnos/as, fomentando el análisis crítico y la correcta interpretación global de la enseñanza. El fomento de la creatividad pasa por promover la búsqueda de soluciones diferentes, ante propuestas iguales o distintas, mediante tareas de elección con un componente lúdico que favorezca la motivación del alumno hacia la resolución en la acción. Las formas jugadas suponen una adecuada plataforma de presentación de las tareas motrices, tanto por la organización como por la transferencia al propio deporte.

En consonancia pues a estos principios se ha considerado reforzar para los aspirantes a Entrenadores Nacionales de Aikido en la Sección Infantil aspectos fundamentales de la enseñanza dirigida al niño en particular.

Pero sin olvidarnos de la transmisión y la obligación de apoyo y reforzamiento que el Maestro Nacional debe a los entrenadores y estos mismos a los Monitores.

El presente trabajo fundamenta su contenido en la Tesina que presenté en la Escuela Nacional de la R.F.E.J.Y.D.A para la consecución y obtención por de mi parte de Maestro Especialista de Aikido. Tal tesina ha sido impartida en cursos de titulaciones en varias Autonomías de España como Guadalajara, Baleares, Madrid, Canarias etc. , las consideraciones a los aspirantes aquí repasadas se basan en un porcentaje alto en los estudios impartidos con los profesores de las asignaturas comunes adjuntos a la Escuela Federativa Nacional.

En este caso **PROCEDIMIENTOS Y PAUTAS DE EVALUACIÓN SOBRE LOS AVANCES DEL ALUMNO DE AIKIDO INFANTIL** se engarza en los estudios sobre Pedagogía, Psicología, Preparación Física, Biomecánica y Judo Infantil impartida por los profesores antes aludidos pero readaptadas (solo Judo Infantil) al Aikido no competitivo, y con una idiosincrasia diferente con respecto a otras artes marciales.

El 80%, de este trabajo, es el resultado de los cursos de titulación de Monitor Entrenador Regional y Maestro Nacional, impartidas por los Profesores Ricardo Leiva Morán, Ángel Luis Jiménez Bravo, José Manuel García y el Dr Francisco Luis Gómez Serna; pero readaptadas al sistema Técnico-Táctico del Aikido, y por supuesto, sin ocupar por mi parte ningún espacio correspondiente a las personas aludidas, con respecto a sus especialidades como licenciados, más bien basando el trabajo en sus enseñanzas y asesoramientos de los que siempre estaremos y estoy agradecido.

Pedro Fournier Cansado
Prof. De Aikido

OBJETIVOS DEL PROGRAMA DIDÁCTICO

PEDAGOGÍA

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DEL DEPORTISTA
SEGÚN LA EDAD FORMAS DE ENTRENAMIENTO

METODOLOGÍA

FORMA DE ENTRENAMIENTO DE AIKIDO AL NIÑO
APLICACIÓN DE LA IDIOSINCRASIA DE AIKIDO AL DEPORTISTA
PERIORIZACIÓN DE SEPTIEMBRE A JUNIO

TÁCTICA TÉCNICA

CARACTERÍSTICAS DE LAS TÉCNICAS DE CONTROL
Y PROYECCIÓN DE APLICACIÓN AL MÉTODO

CONTROLES

CARTILLA, GRÁFICOS, EXÁMENES - INFORMACIÓN A LOS PADRES

Responde estratégicamente a;

qué, cómo, dónde y cuando **enseñar.** y qué, cómo y cuando **evaluar.**

Cada clase tiene un programa propio, en base a tres grupos con necesidades claramente diferenciadas, tanto en el campo Psico/Físico como Cognitivo.

Iº Información previa.

Iº/a <> Grupo.

Iº/b <> Horarios.

Iº/c <> Sesiones.

Iº/d <> Instalaciones.

Iº/e <> Materiales.

IIº Valoración inicial.

IIº/a <> Homogeneidad.

IIº/b <> Intereses.

IIº/c <> Nivel de aptitud.

IIIº Descripción de cada unidad didáctica.

IIIº/a <> Objetivos didácticos.

IIIº/b <> Contenidos generales:

IIIº/b/a > *Conceptos.*

IIIº/b/b > *Procedimientos.*

IIIº/b/c > *Actitudes.*

IIIº/c <> Planteamiento metodológico:

IIIº/c/a > *Análisis de la problemática didáctica.*

IIIº/c/b > *Técnicas de enseñanzas.*

IIIº/c/c > *Recursos didácticos.*

IIIº/d <> Actividades de enseñanza:

IIIº/d/a > *Secuencialización.*

IIIº/d/b > *Calendarización/objetivos.*

IIIº/e <> Evaluación:

IIIº/e/a > *Procedimientos.*

IIIº/e/b > *Actividades /secuencialización.*

IVº Evaluación:

<> Del emisor/profesor.

<> Del programa.

<> De los alumnos.

Vº Quien. El profesor de los diferentes grupos.

Tanto en el capítulo de la **Información Previa** como su **Valoración Inicial** se destacan dos aspectos que serán clave para el inicio del esquema general.

EL GRUPO Y SU HOMOGENEIDAD.

Para ello cuento con tres grupos con características diferenciadas por estar asociadas a sus edades tanto en el campo físico como Psicológico las **-etapas de su formación deportiva-**.

BENJAMINES, ALEVINES E INFANTIL-CADETES

Con edades comprendidas entre estas categorías de 6 a 9 años de 9 a 12 años y de 12 a 15 años, teniendo como punto de partida estos tres grupos, se consolida su **homogeneidad** de cara a una mejor recepción de las enseñanzas del profesor por parte de los deportistas. El porcentual cognitivo o nivel de preparación del grupo, debe de estar lo más equilibrado posible, para que el profesor pueda conectar con el equipo y así el nivel de aprendizaje sea lo más equitativo posible. Teniendo en cuenta las siguientes características Psico-funcionales en las tres categorías se aborda el segundo punto estratégico del esquema.

LOS INTERESES Y LOS NIVELES DE APTITUD DE CADA DEPORTISTA:

El **interés** viene por lo general acondicionado con dos factores, que resultarán claves en la evolución técnica del niño. Por un lado de los **padres o tutores** que basan el ingreso del niño en las artes marciales como posible solución a:

- 1º *Adaptación disciplinar, ajena a la familia.*
- 2º *Como auto-protección personal.*
- 3º *Ejercicios físicos como terapia de ciertos problemas Psicológicos y físicos del niño.*

Por otro el interés del niño por la práctica marcial acondicionada por:

- 1º Acontecimientos deportivos recientes, Olimpiadas, Campeonatos, Películas etc..
- 2º Afán de superación física y habilidad con los demás compañeros del colegio o grupos de la calle.
- 3º Necesidad de superación de la estima perdida por algún acontecimiento personal.
- 4º O simplemente captado por los colegios como actividad extraescolar o por los Consejos municipales de los ayuntamientos.

En los **intereses** (en los que los padres participan en su totalidad) se aplica en las evoluciones del niño, técnicas de **motivación** que harán proyectar en el niño curiosidades personales por la práctica. Una vez identificado los Intereses por parte del niño y de los padres se identifican los niveles de aptitudes de cada uno de los miembros que forman estos tres grupos. Los niveles de aptitud serán reforzados o mantenidos. Dependiendo de la necesidad, en algunos casos, se le aplicará un feedback de reforzamiento y en otros simplemente informativos o de mantenimiento. El análisis para el control de los **niveles de aptitud**, en los tres casos, obedece a la idoneidad del niño para ejecutar, comprender y asimilar ciertos ejercicios que deberían estar más o menos acentuados en su etapa motora y Psicológica.

Una vez adaptada la **homogeneidad al grupo** y analizados las **aptitudes y los intereses**, teniendo como base tres **Sesiones** para tres edades o categorías en los deportistas. Quedan solo las **Instalaciones, Horarios, y Materiales** para empezar la:

IIIº Aplicación de las descripciones de cada unidad didácticas.

Las instalaciones más idóneas son para el 1º y 2º grupo los Pabellones Municipales, por sus características estructurales como son, la altura que da una sensación de libertad al niño en sus

movimientos, como si estuviera en la calle o el campo, y que como consecuencia se presta a los juegos que implican profundidad y distancia como las carreras o lanzamientos en altura para el control del tiempo de caída, (espacio-tiempo).

Los **materiales** al ser estos compartidos por los profesores de educación física son los idóneos para el control Psicomotriz como son los aros los saltin espalderas, potro, cubos etc... Y los **horarios** estarían acondicionados estratégicamente a las necesidades escolares, familiares y de reposo del niño.

Lunes, Miércoles y Viernes.

Grupo de 6/9 años de 16:30 a 17:15 este horario compuesto por 45 minutos acondiciona al niño en dos facetas la primera, inmediatamente que sale del colegio entra en la clase por lo que la implicación -colegio deporte- queda impregnada en su quehacer semanal, y en la segunda obedece al grado de atención que el niño nos presta de las explicaciones que emitimos un 35 % del total de la clase. **Grupo** de 9/12 años de 17:15 a 18:15 y el siguiente grupo de 18:15 a 19:15

Las descripciones didácticas obedecen a:

III/a Objetivos Didácticos;

En este caso la transmisión de las enseñanzas del Ai-ki del Maestro O' Morihei Huehsiba aplicando para ello, y su comprensión, principios como;

Equilibrio centralizado > Aplicación de correcciones motoras y laterales “Psicomotricidad”

Circularidad > Aplicación de la preparación física en los estados dinámicos.

Absorción-Proyección>Aplicación de los estados posturales basados en las palancas biomecánicas.

Kokiu > Centralización del “ki” en el Seika-tanden o Hara , corrección de la respiración a través de la expansión de la conciencia principio de la Psicología en la concentración sobre un punto mentalmente imaginado.

Unificación > O el principio del “AI” Regla de oro del Budoka que busca incesantemente la creatividad a través de la dualidad, filosofía común de todo las artes marciales.

III/b Contenidos generales:

En los que se basan los **conceptos, procedimientos y las actitudes.**

Por lo tanto estos cinco **conceptos** del Aikido van formando al deportista paulatinamente concibiendo en sus mentes, **procedimientos** aplicados a la formación deportiva del niño y sus características que les son comunes y una **actitud** de absoluta comprensión, benévola y paciente al ser el profesor un “Guía”.

III/c El planteamiento metodológico:

Que analiza la problemática didáctica las técnicas de enseñanza y los recursos didácticos.

Al plantear la problemática didáctica en estos tres grupos se tiene en cuenta las formaciones de sus etapas deportivas y sus características Psicológicas.

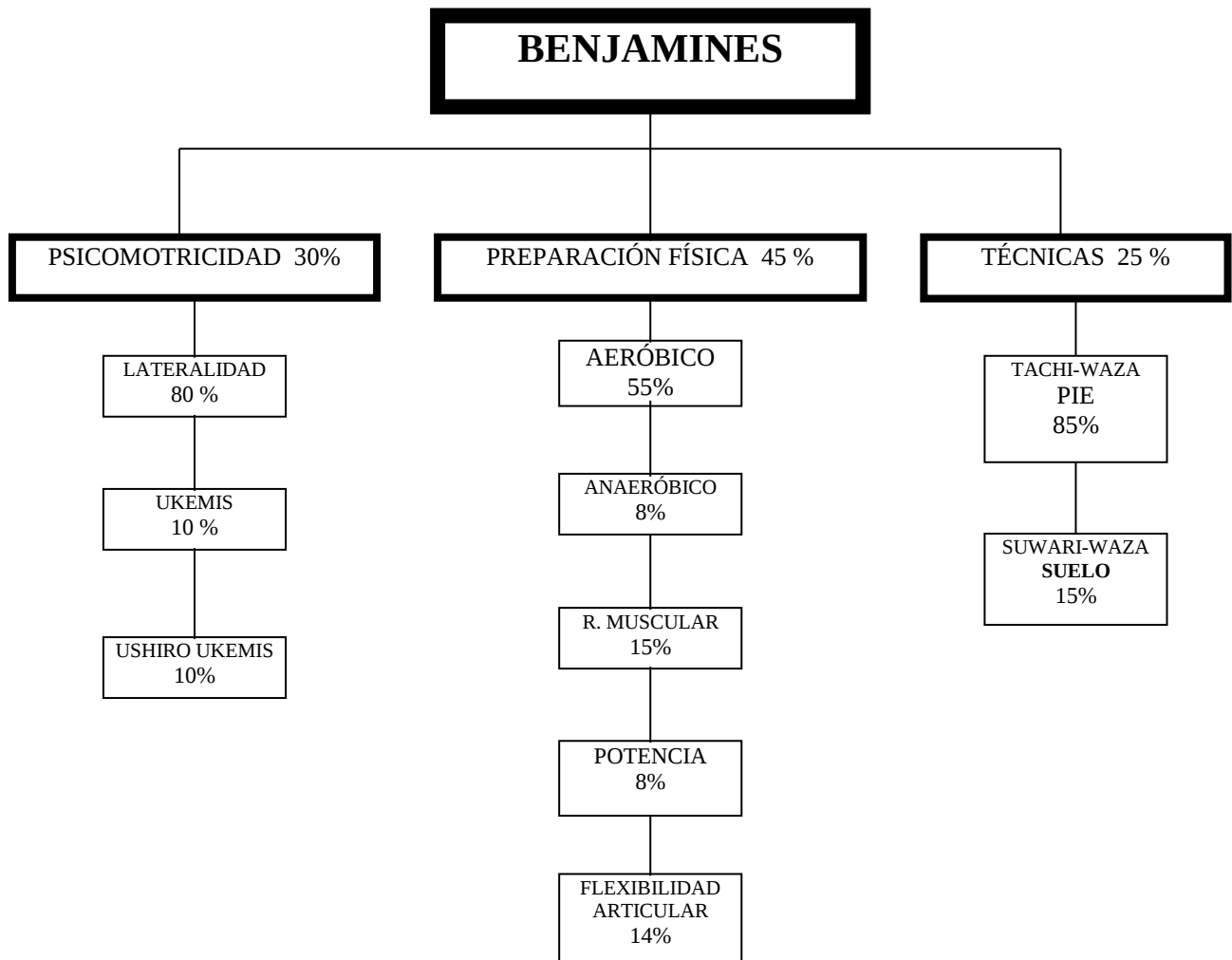
IIIº/c/a

Diversificación de la técnica didáctica.

El niño de 6 a 9 años: caracteres y problemática.

- * Evolución Motora.
- * Desarrollo afectivo y de la inteligencia.
- * Trabajo en grupo.

El ciclo anual propuesto para este tipo de alumno sería:

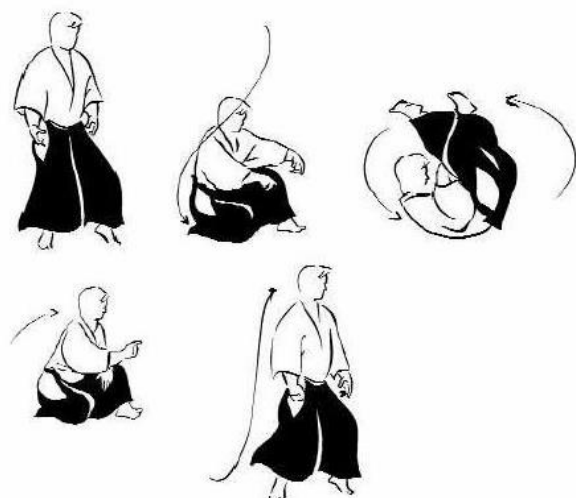
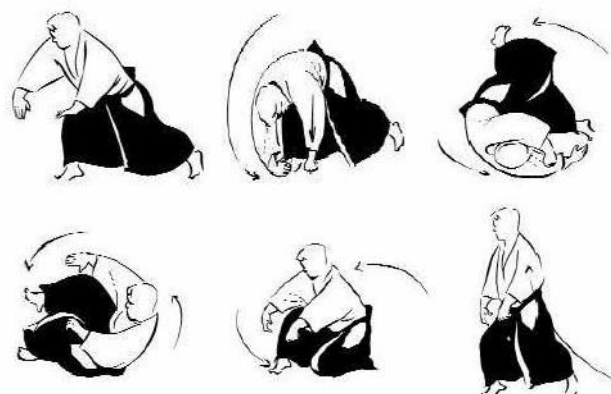


PROPUESTA TÉCNICA DIRIGIDA AL BENJAMIN “UKEMIS”

Propuesta al ámbito Psicomotriz 30 % ocupacional de 60 minutos de clase en total.

UKEMI

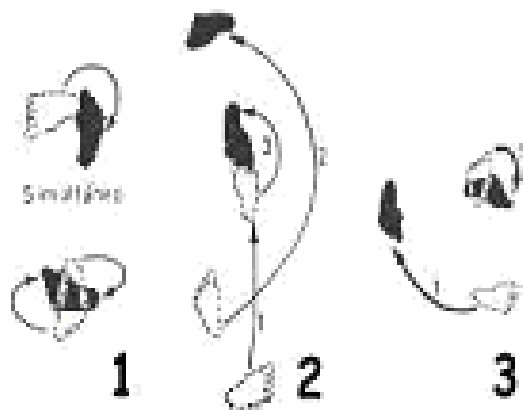
Control del espacio tiempo con respecto al suelo o tatami, desarrollo de la perceptibilidad de la altura existente entre su área de control visual y el suelo. Adaptabilidad circular de brazos y piernas con respecto a la caída hacia delante.



USHIRO UKEMI

Corrección del vértigo producido por la ausencia visual del objeto. Adaptación circular del cuerpo en la caída y posterior uso de las caderas como punto medio y péndulo de proyección en la incorporación. Adaptación automatizada para elevarse desde el suelo, protegiendo la cabeza, sin apoyar las manos, desarrollo del equilibrio frenando la proyección de vaivén a una posición vertical de elevación.

Posición 1 guardia de *IRIMI* triangular con posibilidad de ejecución rápida de cambio de guardia, en la que toda la anatomía lateral implicada en el proceso, de la guardia hacia delante, cambia a la orden del monitor en menos de un segundo, desarrollando la proyección circular a través del inicio de partida de la cadera. El proceso genera un orden del cerebro a la cadera que a su vez ejecuta un movimiento de traslación hacia la parte inferior y superior del cuerpo haciendo girar al unísono torso y piernas. Mejora del equilibrio motriz y del vértigo producido por el cambio rápido en los órganos responsables del oído interno. Posición 2 *TENKAN* implicación del pie trasero, lo mismo que en la posición 1 pero en el cambio de guardia se ejecuta con el apoyo implícito del pie delantero haciendo que



el trasero se traslade hacia tras en una proyección de medio arco o 180 °. Reforzamiento del equilibrio con el 50% menos de apoyo en el Tapiz. Posición 3 combinación de los puntos 1 y 2 pero ejecutando el movimiento con giros de izquierda y derecha. Mejora del entrenamiento bilateral y corrección del mareo producido en las ejecuciones en giro horizontal.

Propuesta al ámbito Preparación física 45% ocupacional de 60 minutos de clase en total.

La presencia de oxígeno a través de técnicas y juegos que impliquen el 55% del 45% del total de la clase.

La propuesta al entrenamiento físico parte del concepto de unificar tal actividad, con el apartado técnica que ocupa un 25% sobre el total de la clase, utilizando para ello dos posiciones básicas en el Aikido Tachi-Waza (Aikido pie) y Suwari-Waza (Aikido suelo).

El concepto “técnico” en este caso es absolutamente relativo con respecto a la categoría de BENJAMIN por su problemática en el desarrollo en la inteligencia, así pues obviamos el aspecto técnico absoluto, por una unificación o introducción a las técnicas a través del juego. En este caso se propone como principio e introducción del Aikido en el niño, actividades lúdicas alejadas de la etiqueta y formalismos de un arte marcial tan cargado como es el Aikido.

El descubrimiento de las formas del Aikido sus posturas desplazamientos circulares, defensa y ataques tendrían que asimilarse de una forma natural por ellos mismos a través del juego adaptado, a la idiosincrasia del Aikido.

De esta forma tendríamos los apartados *aeróbico, anaeróbico, resistencia muscular, potencia y flexibilidad articular* unidos al apartado Técnicas, conjugado con una correcta estrategia a través del juego en su vertiente lúdica y competitiva, por ser esta última parte importante del consciente del ser humano.

Ejemplos de propuestas de la enseñanza del Aikido Educación Física.

1º Puzzle Aikido.

Objetivo: conocimiento de la postura o kamae.

Organización: En grupos de cuatro, formando dos parejas.

Desarrollo: Mediante preguntas de cómo debe ser la postura adecuada se va conformando una figura humana con la postura correcta.

Metodología: Descubrimiento Guiado.

Interdisciplinaridad: con el área de educación plástica y lengua española

2º La rueda humana

Objetivo: Ejecución de la técnica de mae-ukemi (rodar hacia delante)

Organización: Por parejas, repartidos en todo el espacio disponible

Desarrollo: Uno de la pareja se coloca en cuadrupedia, mientras que el otro se desliza por su espalda agarrándose de la solapa del compañero, intentando rodar de tal manera que la cabeza del que ejecuta la acción se desplace entre medias de las piernas y los brazos del compañero que está en cuadrupedia, cayendo al suelo sin que exista un golpeo contra este.

Nota: El compañero que está en cuadrupedia debe adaptarse al nivel de ejecución de la pareja, elevando o agachando más su posición con respecto al suelo.

Material: colchonetas o tatami.

Metodología: Descubrimiento Guiado.

3º El mirón

Objetivo: Orientación respecto del adversario o adversarios y ejecución de taisabakis.

Organización: dos grandes grupos, utilizando toda la sala o pista.

Desarrollo: Un grupo tiene un cartel en el pecho con el nombre de una técnica y el otro grupo con un dibujo de las técnicas. Se deben encontrar las parejas, colocarse una enfrente de la otra y después ejecutar la técnica. Cuando se encuentra a la pareja se cambian de cartel con otra técnica distinta.

Nota: Existe una tabla con la descripción y dibujo de las técnicas

Material: colchonetas o tatami

Método: Descubrimiento Guiado.

4º Defensa del tesoro.

Objetivo: desarrollo técnico-táctico básico individual y colectivo.

Organización: Grupos de cuatro. 2 x 2.

Desarrollo: Dentro del cuarteto, dos asumen el rol de atacantes (ukes) y los otros el rol de defensor (toris). Los atacantes deben de conseguir el tesoro, evitando ser proyectados en las colchonetas por los toris.

Nota: los componentes de la pareja de los toris deben de estar separados por más de dos metros para que no se golpeen los ukes a la hora de ser proyectados.

Material: cuerdas (tesoro) y colchonetas.

Metodología: Asignación de tareas y descubrimiento guiado.

IIIº/c/a

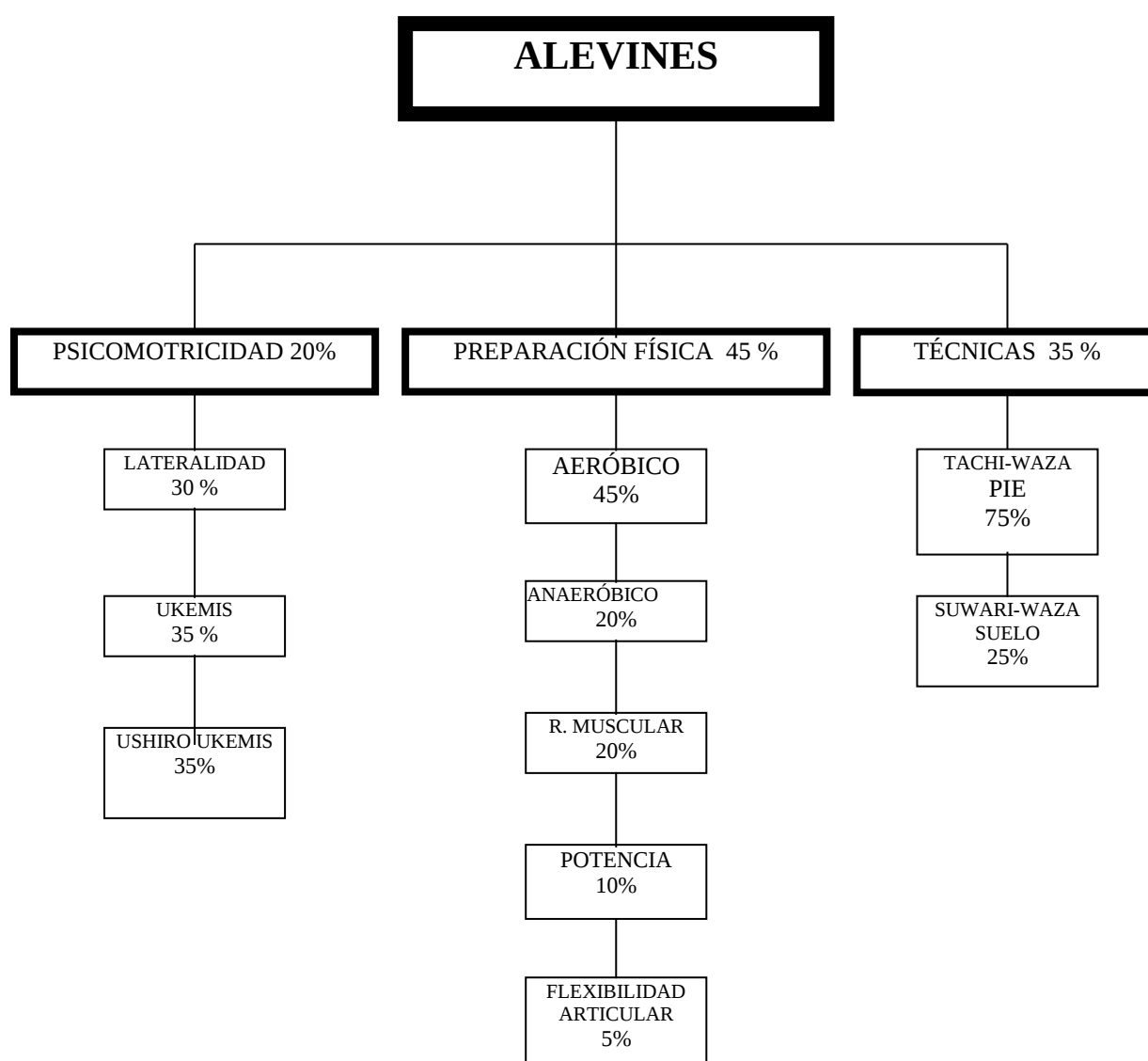
Diversificación de la técnica didáctica.**El niño de 10 a 12 años: caracteres y problemática**

Desarrollo del raciocinio.

Desarrollo motor.

Evolución de la personalidad.

Afianzamiento de las técnicas de Aikido.

El ciclo anual para este tipo de alumno sería.

PROPUESTA TÉCNICA DIRIGIDA AL ALEVIN

Propuesta al ámbito Psicomotriz 20 % ocupacional de 60 minutos de clase en total.

Con un 10% menos que en la categoría anterior en los alevines el aspecto Psicomotriz está más afianzado, aunque todavía quedan flecos por reforzar con respecto a su desarrollo motor. Siendo por lo general de esta manera, sería interesante proponer técnicas de proyección y control desde posturas mas bajas en este caso Hanmi Handachi Waza, Tori en posición de rodillas o Suwari-Waza y uke de pie.



En este caso deberíamos crear la dificultad en las ejecuciones de proyección y control técnico con un Uke o compañero en proceso dinámico, la dificultad añadida sería que desde la posición de Tori aludida tuviera que resolver equilibradamente el empuje de Uke y la inestabilidad generada en Tori por la ejecución del primero; a este proceso le obliga a **razonar** por la dificultad de estar automatizando y corrigiendo constantemente su posición con respecto a Uke y así mismo.



Los objetivos se irían consiguiendo de cara a fortalecer el equilibrio a través del raciocinio clave de consolidarse en las categorías de alevines.



Por lo que respecta al ámbito de la educación o entrenamiento físico, el aumento de la demanda de oxígeno con respecto al benjamín cae ligeramente en beneficio del ejercicio anaeróbico, la resistencia muscular, flexibilidad articular y la potencia aumentan sensiblemente, aun que en la flexibilidad articular debemos seguir manteniendo un exquisito cuidado, en virtud a las formaciones todavía cartilaginosas de muñecas, codos hombros y en general del grado de calcificación ósea de su esqueleto.



El programa propuesto para la actividad física del alevín sería en este caso el siguiente, como ejemplo.





Ejercicios preliminares de calentamiento al principio de las clases. Irimi Tenkan como soporte o reforzamiento del sistema de equilibrio y motriz. Y como inicio de las siguientes técnicas

TÉCNICAS DE PROYECCIONES

UCHI KAITENNAGE

Proyección controlando la cabeza y brazo de uke. (Intertor). Rápido giro utilizando un irimi tenkan, pasando detrás de uke, donde se le controla y proyecta en ukemi.



SHIGONAGE

Controlar la mano del uke por delante suya con las 2 manos. Se puede proyectar o se puede terminar inmovilizando al Uke.



SOTO KAITENNAGE

Proyección controlando la cabeza y el brazo de uke (Exterior). Igualmente que la técnica anterior, pero durante el giro, no se pasa por debajo del brazo de uke. Control externo.



SUMIOTOSHI

Proyección interior bajo la axila, o cadera. El brazo mas cercano a uke, pasa por debajo del brazo de este, desequilibrándolo y proyectándolo.



KOSHINAGE

Proyección del compañero por encima de nuestro cuerpo. Realizamos una pequeña bajada, colocando a uke sobre nuestra cadera realizando una palanca sobre el cuerpo de uke, el cual cae por su propio peso.



KOTEGAESHI

Proyección hacia el exterior sobre la muñeca. La mano mas cercana de uke, agarra la muñeca, mientras que la otra, luxa sobre los dedos, hacia el exterior y hacia dentro, provocando la caída de Uke.



Tenchi-Nage proyección cielo-tierra

En este caso Kotegaeshi en vez de hacerlo a los dedos o muñeca la proyección se haría sobre el ante brazo.

KIRIOTOSHI

Proyección de espaldas controlando su cabeza y espalda. Se pasa por detrás de uke, en un principio de iriminage, que finaliza con el control de la barbilla de este, y proyectandolo hacia atrás.



IRIMI-NAGE

PROPUESTA ESPONTANEA A TRAVÉS DEL JUEGO

Salto de pato con palmadas. Dos niños se sitúan de cuquillas dando saltos de pato, a la vez se golpean en las palmas de las manos, el primero que es derribado pierde.

Flexión con derribo. Dos niños en posición de flexión, intentan ser derribado por sus compañeros, mediante de la desestabilización de las manos que se apoyan en el suelo.

Flexión con risa- En posición de flexión el primero que se ría pierde.

Juego concurso- La clase se divide en dos partes, la idea es hacer preguntas referentes al Aikido, el que responda bien su equipo adelante un paso, en cambio el que responda mal, atrasa un paso. Gana el primero que llega al campo del contrario o a la pared de enfrente.

Perrito: lo llevan una o dos personas y hay que coger a los demás

Ratón y gato: salen cuatro gatos que siempre tienen que estar en movimiento hacia Adelante y lateralmente, y el ratón tiene que atravesar sin que le pillen.

Omote ura: dos equipos en cada punta del tatami con la palma de la mano hacia arriba uno del equipo contrario tiene que tocar las mano del contrario diciendo omote , ura, y cuando dice tenkan sale corriendo para llegar a la otra parte sin que le cojan.

La caza del conejo. Se realizan 3 ó 4 pistas con los “Bo”, al principio se ponen 3 niños, representando ser los perros, en el otro extremo, otro niño escenifica el conejo. Se trata de llegar a la meta sin que los perros lo cojan.

El nudo. Toda la clase de los niños se divide en dos equipos, el profesor se coloca en medio con dos cinturones, al dar una palmada un niño de cada equipo se dirige al centro para coger un cinturón y rápidamente se dirige al equipo contrario, atando el cinturón lo mas fuerte que puede alrededor de las piernas, al dar una palmada el profesor los dos niños vuelven cada uno a su correspondiente equipo e intentar deshacer el nudo que realizo el equipo contrario, ganado el primero que deshaga el nudo.

El circulo con cinturón. Todos los niños están sentados, mientras uno de ellos va andando detrás de ellos con un cinturón en la mano. Se trata de dejar el cinturón detrás de uno de ellos, él que tiene el cinturón detrás intenta coger al niño que le ha puesto el cinturón, antes que el siente en el lugar que estaba sentado, el niño que intenta cogerlo.

Corre que té pillo. Con los “Bo” se realizan dos cuadrados sobre el tatami, colocando un niño en un extremo de cada “Bo”. En cada cuadrado forman parte del juego dos niños, la idea es que el primero que se coja gana.

III°/c/a

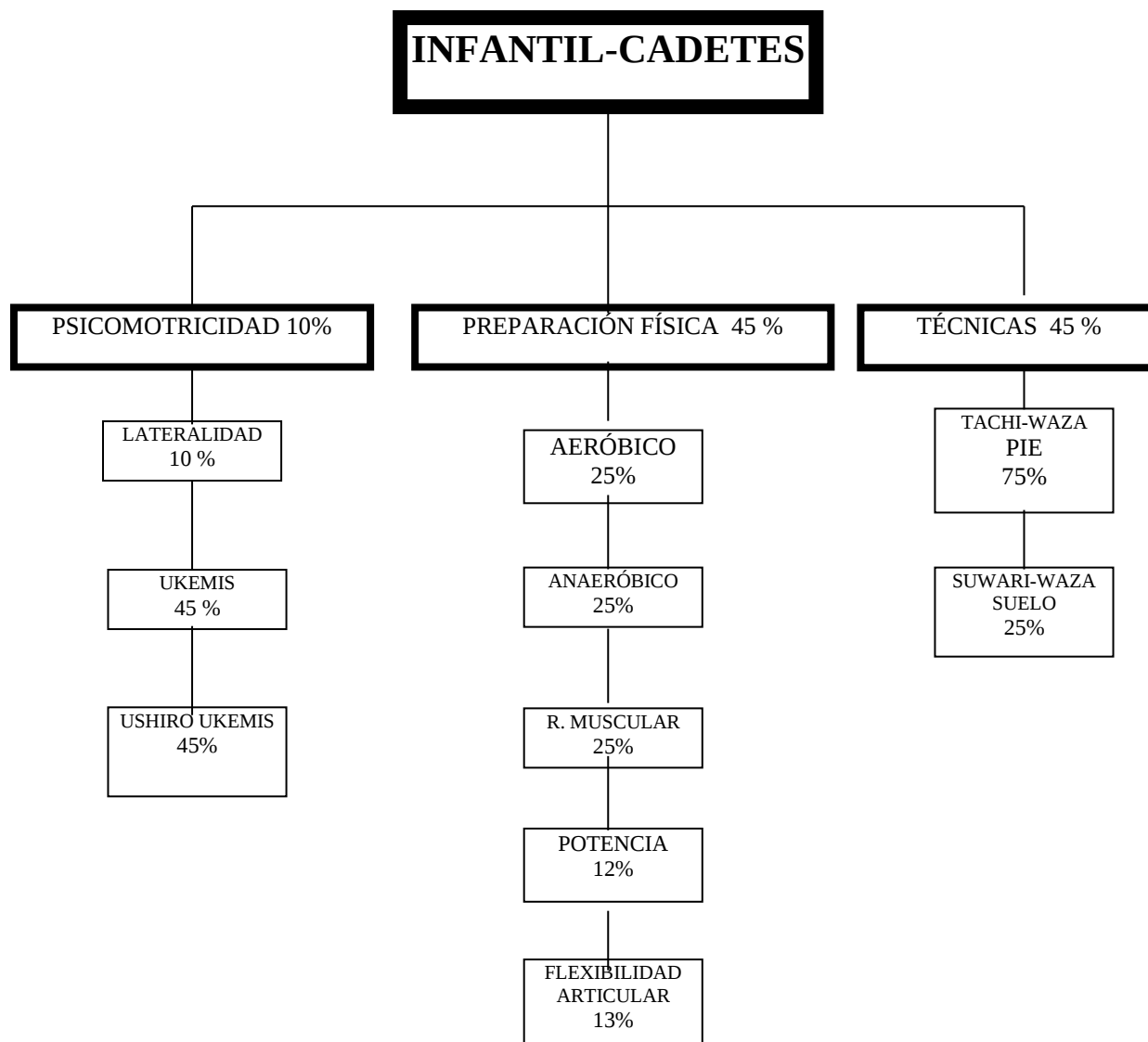
Diversificación de la técnica didáctica.**El niño de 13 a 15 años. caracteres y problemática**

Control y corrección postural

Calidad técnica

Socialización en el grupo

Fortalecer la Flexibilidad Velocidad y coordinación

El ciclo anual para este tipo de alumno sería:

PROPUESTA TÉCNICA DIRIGIDA AL INFANTIL-CADETE

La propuesta en el ámbito de la psicomotricidad obedece más a un aspecto corrector en los casos de predominio lateral. Para ello debemos corregir la asimetría en los movimientos de control y o proyección de Tori sobre Uke.

MEJORA DE LA SIMETRIZACIÓN USANDO PARA ELLO KOKIU-NAGE

Su dificultad máxima estriba en el inicio de los tres estados de ejecución, o sea:

1° CONTACTO > ABSORCIÓN PIVOTANDO A IZQUI. Y DERE.

2° CENTRALIZACIÓN Y ELEVACIÓN DE UKE, CON RESPECTO A NUESTRO CENTRO.

3° PROYECCIÓN CIRCULAR ADELANTANDO LA CADERA.

KOKYUNAGE

Son todas aquellas técnicas donde proyectamos al uke con nuestra respiración (al untso). KOKYU significa respirar, por lo tanto Kokyunage será una proyección con la respiración. Hay infinitas formas de proyectar a uke con el aliento, con el KI. aquí se exponen unas cuantas, pero no todas.

SIMETRÍA:

Familiarización de la técnica, en la que Tori va a adquirir un conocimiento previo a la ejecución como postura, desplazamiento estrategia.

Trabajo en solitario eliminando la resistencia de Uke para facilitar el movimiento visionando el desarrollo de la técnica.

Realizar la técnica globalmente por la que automatizaremos el movimiento total.

Observación de los factores del desequilibrio posiciones posturales, vicios adquiridos.

Entrenamiento y aprendizaje en las dos formas reforzando el lado en cuestión.

NIVELES EN LA EJECUCIÓN: PRECISIÓN Y RAPIDEZ

GO-NO-SEN

Ejecutar el movimiento a la señal del entrenador, visionando el momento inicial.

TAI-NO-SEN

Ejecutar el movimiento a la señal del adversario, no se puede prever el momento por lo que la atención sobre el lado que estamos desarrollando se acentúa considerablemente.

SEN-NO-SEM

Ejecutar el movimiento con anticipación al ataque de Uke predisponiendo el lado a desarrollar.



Los aspectos técnicos se igualan a los físicos por ser la 1º parte integra de su educación como Aikidoka, con respecto a esto se debería trabajar más en la socialización en el grupo del alumno y fortalecer la flexibilidad velocidad y coordinación, por lo que nos llevaría a introducir al 100% técnicas de proyección y de control junto con el uso del Bokken y del Jo al ser estos claves en la estilización del movimiento y su belleza.

Además de las técnicas de proyección propuestas al ALEVIN tendríamos también las siguientes.

YIYIGARAMI

Proyección, efectuando un control de los brazos en forma de x. La mano mas cercana a uke, agarra la mas alejada y viceversa, proyectando a uke cruzando los brazos y realizando palanca uno sobre el otro.



YONKYO: 4º Principio

Control sobre la muñeca por la parte interior de esta. Agarra la muñeca la mano que esta mas retrada del Uke.



IJI GATAME IJI KIMI OSAE

Control sobre el codo de uke. Nuestro codo mas cercano a uke, inmobiliza a este, sobre su codo.



KOSHINAGE

Proyección del compañero por encima de nuestro cuerpo. Realizamos una pequeña bajada, colocando a uke sobre nuestra cadera realizando una palanca sobre el cuerpo de uke, el cual cae por su propio peso.

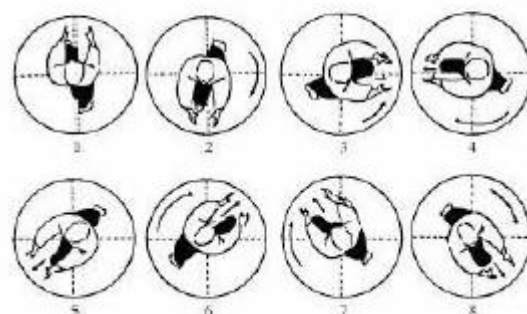


SANKYO: 3º Principio

Control sobre el canto de la mano. Realizando un giro hasta el interior, hasta el cuerpo del compañero. Coge la mano que esta mas cerca del cuerpo del Uke.



Taninzu-dori



III°/c/c

Los recursos didácticos se apoyan en los proyectos federativos anuales, cursos de Tecnificación, Infantiles, Nacionales y Monográficos.

III°/d

La actividad de la enseñanza está marcada íntegramente por su **Secuencialización y Calendarización**.

El calendario de actividades obedece a pautas claramente estratégicas que combinan la secuencia de la impartición de las clases, con las actividades escolares y extraescolares del niño, así como la adaptación a las fiestas de su región o municipio. Los objetivos quedan definidos cuando se tiene en cuenta los controles trimestrales de su cartilla deportiva y sus controles en la actividad. Por lo tanto el **calendario** y las **secuencias** de las clases del deportista se adaptan a los siguientes parámetros:

- 1° Tiempo en el colegio.
- 2° Tipo de entrenamiento físico impartido en el colegio por los educadores al respecto.
- 3° Horario de salida del niño del colegio en el que es vital, que el niño, acuda inmediatamente a las clases de Aikido. Con el objetivo de facilitar a sus padres más tiempo en sus labores u ocio.
- 4° Homogeneidad en los días de la semana.

El objetivo es el de tener un mayor control sobre el niño tanto en la faceta física como pedagógica. La combinación de un calendario y su secuencia, hace que tal niño esté absolutamente convencido y mentalizado de sus responsabilidades sobre la evolución de sus logros deportivos. Al niño se le habitúa a una actividad regular que marcara sus días y horas de colegio. En este caso se conseguirá que el niño acepte las clases de Aikido como una actividad más en su que hacer diario.

III°/e Las **evaluaciones** sobre sus progresos obedecen a los **procedimientos, actividades y secuencias** de las mismas.

Como resultado final y teniendo los siguientes datos de partida como son:

IV° Evaluación

¿Qué enseño?	y	¿Qué evalúo?
¿Cómo enseño?	y	¿Cómo evalúo?
¿Donde enseño?	y	¿Cuando evalúo?

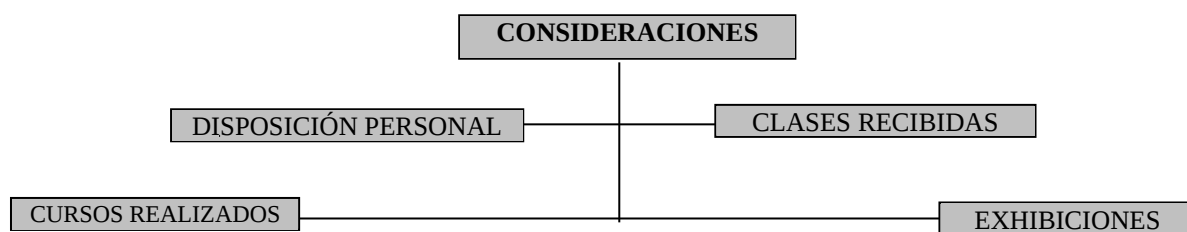
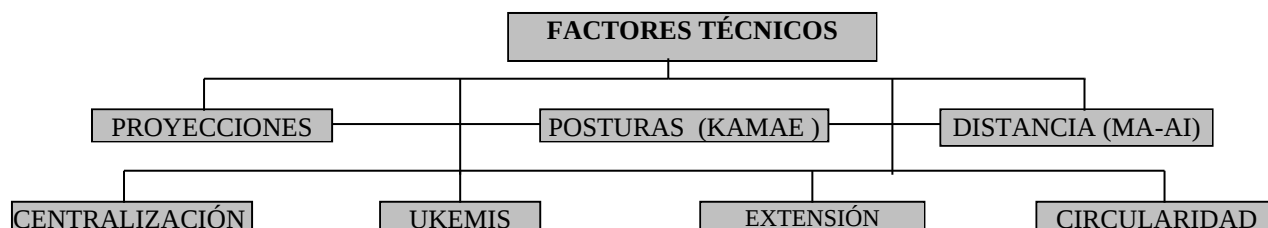
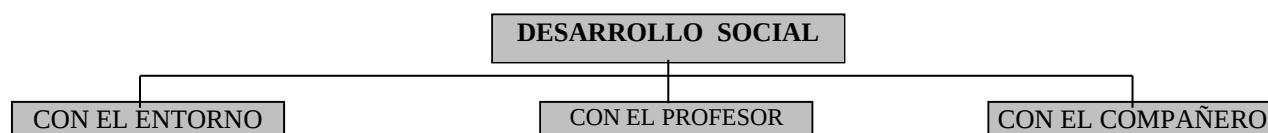
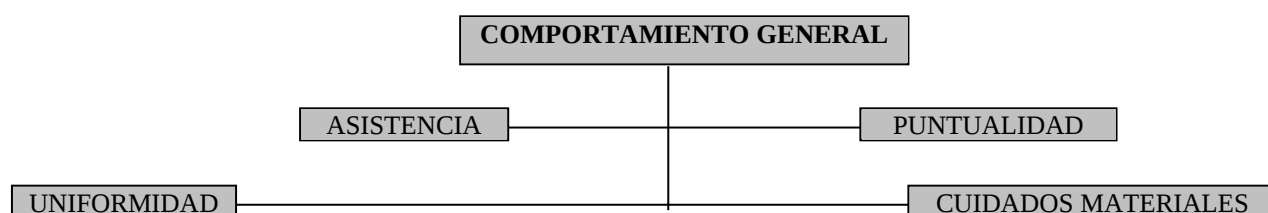
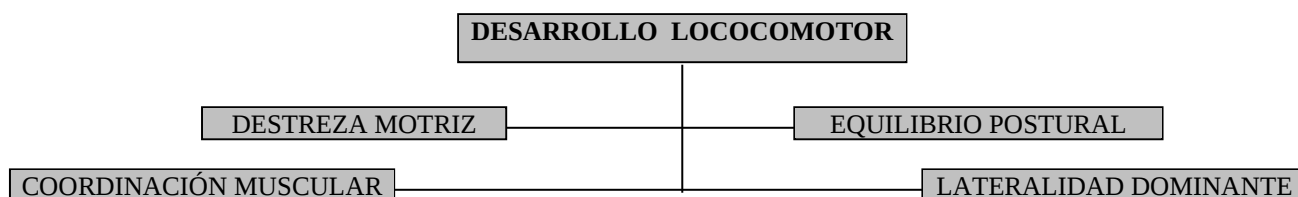
Los datos quedan esquematizados en una visual gráfica en los que los procedimientos sobre la evaluación en las actividades y sus secuencias estarían íntimamente ligados a:

La edad y su conocimiento cognitivo.

Su característica física y psicológica.

Su actitud, progreso y motivación en el campo deportivo.

Calificando por extensión los siguientes parámetros en tres trimestres comprendidos de octubre a junio tendríamos el siguiente esquema para evaluar.



Obteniendo con este resultado la siguiente cartilla de control, que tendría como objetivo la información directa a los padres. Por un lado de sus evoluciones referidas, y por el otro el control de progresión en KIUS del niño en cuestión. Facilitando así a los tutores una lectura rápida del progreso de su hijo/a y las fechas de su examen, de los que trimestralmente tendrían que firmar el visto bueno.

TRIMESTRES	1°	2°	3°	Total
ASPECTOS COGNITIVO				
ATENCIÓN				
SEGUIMIENTO				
INICIATIVA				
RESPONSABILIDAD				
PERSISTENCIA				
MOTIVACIÓN				
DESARROLLO LOCOMOTOR				
COORDINACIÓN MUSCULAR				
EQUILIBRIO POSTURAL				
DESTREZA MOTRIZ				
LATERALIDAD DOMINANTE				
CONSIDERACIONES				
DISPOSICIÓN PERSONAL AL CLUB				
CURSOS				
EXHIBICIONES				
CLASES				

TRIMESTRES	1°	2°	3°	Total
COMPORTAMIENTO GENERAL				
ASISTENCIA				
PUNTUALIDAD				
UNIFORMIDAD				
CUIDADOS DEL MATERIAL				
DESARROLLO SOCIAL				
ENTORNO				
PROFESOR				
COMPAÑEROS				
FACTORES TÉCNICOS				
PROYECCIONES				
POSTURA (KAMAE)				
DISTANCIA (MA-AI)				
CENTRALIZACIÓN				
EXTENSIÓN				
UKEMIS				
CIRCULARIDAD				

GRADOS	FECHA	FIRMA DEL PROFESOR
BLANCO		
BLANCO/AMARILLO		
AMARILLO		
AMARILLO/NARANJA		
NARANJA		
NARANJA/VERDE		
VERDE		MONITOR
VERDE/AZUL		
AZUL		ENTRENADOR
AZUL/MARRÓN		
MARRÓN		MAESTRO
NEGRO 1° DAN		
Fdo Padres/ 1° Trim	Fdo Padres/2° Trim.	Fdo Padres/3° Trim



AIKIDOKA

SENDOA PÉREZ MARTÍNEZ

EVALUACIÓN 2003

COLEGIO PABLO PICASSO

PROMEDIO DE LA TEMPORADA 2003 > 6,34 PUNTOS
DEBE TRABAJAR MÁS EL DESARROLLO LOCOMOTOR

