



## **CIRCULAR Nº 183 DE FECHA 23 DE DICIEMBRE DE 2015**

### **ASUNTO: NORMATIVA EXÁMENES DE CINTURONES NEGROS JUDO Y DEPORTES ASOCIADOS**

Informamos a todo nuestro afiliados que a partir de próximo año 2016, para el acceso a examen de cinturón negro 6º dan, se presentará un trabajo con una fundamentación teórica y un desarrollo práctico de los temas propuestos en el Anexo IV del Reglamento de la Escuela Federativa Nacional o en su caso una propuesta personal. El candidato deberá desarrollar un trabajo teórico-práctico para poder acceder al examen y remitir el documento por escrito y encuadernado, en tiempo y forma, para ser informado por el tribunal correspondiente que designe la E.F.N. El trabajo se enviará a la Federación en la que se examine **con dos meses de antelación a la fecha del examen.**

El trabajo constará de dos partes:

**Primera parte.** Exposición y defensa del trabajo desarrollado, con una duración entre 10 y 20 minutos. Finalizada la exposición, el Tribunal podrá efectuar cuantas preguntas considere oportunas.

**Segunda parte.** Ejercicio práctico. Finalizada la fase de exposición, el candidato realizará la demostración práctica del trabajo presentado, con una duración máxima de 30 minutos.

Aprovechamos para recordar también las siguientes cuestiones, del Reglamento de la E.F.N.

#### **Sobre las licencias:**

70.3.- Licencias nacionales en función de la modalidad de examen.

Examen por Vía Competición o cursos de formación		Examen Vía Técnica	
Grado	Nº Licencias	Grado	Nº Licencias
De Marrón a 1º Dan.	3 consecutivas o 5 alternas	De Marrón a 1º Dan	3 consecutivas o 5 alternas
De 1º a 2º Dan	2 licencias	De 1º a 2º Dan	3 licencias
De 2º a 3º Dan	3 licencias	De 2º a 3º Dan	4 licencias
De 3º a 4º Dan	4 licencias	De 3º a 4º Dan	5 licencias
De 4º a 5º Dan	5 licencias	De 4º a 5º Dan	6 licencias
De 5º a 6º Dan	6 licencias	De 5º a 6º Dan	7 licencias
De 6º a 7º Dan	7 licencias	De 6º a 7º Dan	8 licencias
De 7º a 8º Dan	8 licencias	De 7º a 8º Dan	9 licencias

#### **En el cómputo deberá estar incluida la licencia correspondiente al año del examen**

70.4.- A partir de 1º Dan las licencias para la obtención de los sucesivos, deberán corresponder a los años de permanencia en el Grado que posea.

70.5.- Si algún deportista no tuviera justificada una de las licencias exigidas, deberá tramitarla a través de su federación autonómica.

70.6.- Para la presentación a exámenes fuera de la Autonomía de origen, **ver artículo 22** del Reglamento de esta EFN (Web RFEJYDA – EFN- Normativa).



### **Sobre los tiempos de permanencia:**

Art. 71.- Para poder presentarse al examen del correspondiente Dan, el candidato deberá guardar un tiempo mínimo de permanencia en cada grado:

71.1.- Las vías de acceso al examen de los diferentes grados Dan será por:

**Vía Técnica.**- El candidato debe cumplir el tiempo total de permanencia exigido en la normativa, para poder acceder al examen.

**Vía Competición.**- El candidato tendrá la reducción de un año del tiempo de permanencia establecido en la normativa. El tiempo de reducción se podrá obtener por:

- Competición, cuando se obtengan los puntos requeridos por esta vía, artículos 72 y 76.
- Cursos de pase de grado o formación permanente. En el artículo 76.3, se indican los tiempos de permanencia y el número de cursos u horas necesarias para cada grado dan.

**Vías de Homologación y Recompensa.**- Éstas se ceñirán a lo especificado en el Reglamento correspondiente. Tiempo mínimo de permanencia para el pase de grado

	Vía competición o cursos	Vía Técnica	Vía Recompensas
De Marrón a 1º	1 año	2 años	Según el reglamento de recompensas
De 1º a 2º Dan	2 años	3 años	
De 2º a 3º Dan	3 años	4 años	
De 3º a 4º Dan	4 años	5 años	
De 4º a 5º Dan	5 años	6 años	
De 5º a 6º Dan	6 años	7 años	
De 6º a 7º Dan	7 años	8 años	
De 7º a 8º Dan	8 años	9 años	

Art. 72.- Los deportistas de Alto Nivel o Alto Rendimiento, podrán tener compensados los requisitos exigidos de puntos por competición, así como la adaptación de los contenidos de la parte técnica.

72.1.- A los deportistas que obtengan medalla en el Campeonato de España individual, después de su último pase de grado, se les concederá la puntuación exigida para presentarse a examen, pudiendo el tribunal adaptar los contenidos de la parte técnica, atendiendo a su especialización deportiva, es decir a los competidores de la competición deportiva tradicional o a los competidores en la modalidad de kata.

Art. 74.- Los candidatos a 1º Dan podrán acceder al examen cuando tengan **15 años cumplidos**.

Art. 75.- Los candidatos que acrediten los puntos obtenidos por competición- entrenamiento, o que opten por la vía de los cursos de formación establecidos para el pase de grado, tendrán una reducción de un año del tiempo de permanencia, debiendo presentar una licencia por año.



Art. 76.- Los puntos necesarios para acceder al examen de cinto negro, vía competición serán 40 de un vez o 100 de varias, pudiéndose conseguir por la participación en competiciones oficiales y por la participación en entrenamientos federativos.

76.1.- Los cursos de preparación técnica, tendrán la autorización de la EFN para realizar los exámenes del grado que corresponda, al final del mismo.

76.2.- Serán válidos todos los cursos organizados por la RFEJYDA y las federaciones autonómicas.

76.3.- El número de cursos necesarios para obtener la reducción de un año de permanencia será el establecido para el grado al que se opte, debiendo realizar al menos un curso por año:

Dan	Tiempo mínimo con reducción de 1 año:	Número mínimo de cursos realizados (3 horas por curso)	Licencias
Para 1º	1 año de marrón	6 cursos o 18 horas	3 seguidas o 5 alterna
Para 2º	2 años de 1º dan	8 cursos o 24 horas	2 licencias de 1º dan
Para 3º	3 años de 2º dan	10 cursos o 30 horas	3 licencias de 2º dan
Para 4º	4 años de 3º dan	12 cursos o 36 horas	4 licencias de 3º dan
Para 5º	5 años de 4º dan	14 cursos o 42 horas	5 licencias de 4º dan
Para 6º	6 años de 5º dan	16 cursos o 48 horas	6 licencias de 5º dan
Para 7º	7 años de 6º dan	18 cursos o 54 horas	7 licencias de 6º dan
Para 8º	8 años de 7º dan	20 cursos o 60 horas	8 licencias de 7º dan

76.6.- A los profesores y árbitros colegiados se les validarán los cursos de reciclaje, la asistencia y/o participación en congresos, seminarios y actividades de formación permanente, como cursos de acceso al pase de grado correspondiente.



## **Anexo IV. Temas a desarrollar para la obtención del título de especialización profesional de Técnico Especialista de la Real Federación Española de Judo y D. A.**

### **Tesina nº 1.-** El Judo de los 4 a los 6 años.

- 1.- El judo y la educación motriz de los cuatro a los seis años.
  - Objetivos
  - Criterios para la elaboración de los contenidos
  - Metodología del Aprendizaje.
- 2.- Desarrollo de los contenidos

### **Tesina nº 2.-** El Judo de los 6 a los 9 años.

La enseñanza del Judo a estas edades:

- Objetivos
  - Criterios para la elaboración de los contenidos
  - Metodología del Aprendizaje.
- 2.- Desarrollo de los contenidos
  - 3.- Programa Oficial de la RFEJYDA.

### **Tesina nº 3.-** El Judo de los 10 a los 12 años.

La enseñanza del Judo a estas edades:

- Objetivos
  - Criterios para la elaboración de los contenidos
  - Metodología del Aprendizaje.
- 2.- Desarrollo de los contenidos
  - 3.- Programa Oficial de la RFEJYDA.

### **Tesina nº 4.-** El Judo de 13 a 15 años.

- Enseñanza de los niveles técnicos.
- Criterios para la elaboración de los contenidos. Metodología del aprendizaje.
- Desarrollo de los contenidos
- Medios y métodos de evaluación y control del aprendizaje
- Programa Oficial de la RFEJYDA.

### **Tesina nº 5.-** El Judo de 15 a 17 años.

- Características y motivación de los/as Judocas de estas edades
- Motivos por los que se suele dejar de practicar el Judo en estas edades. La progresión de las formas de trabajo.
- Desarrollo de su trabajo personal
- La ficha de control. La Competición.
- La Evaluación.
- El Pase de Grado.
- 

### **Tesina nº 6.-** La enseñanza del judo en el sistema educativo

### **Tesina nº 7.-** La enseñanza del judo basada en las competencias

### **Tesina nº 8.-** El entrenamiento en la etapa sub-13.





**Tesina nº 9.-** El entrenamiento en la etapa sub-15.

**Tesina nº 10.-** El entrenamiento en la etapa sub-18.

**Tesina nº 11.-** La táctica en el entrenamiento y la competición.

**Tesina nº 12.-** La Técnica dentro de la sesión de Entrenamiento.

- La Técnica dentro de la planificación anual.
- Requisitos básicos para el entrenamiento de la Técnica.
- Principios Metodológicos del entrenamiento de la Técnica.
- El entrenamiento de la Técnica en los distintos niveles de dominio.

**Tesina nº 13.-** Estructura y desarrollo del modelo técnico-táctico del judoca

- Desplazamiento
- Kumikata.
- Técnica especial
- Combinaciones y encadenamientos.
- Contras.
- El Judo Pie/Suelo.
- El modelo técnico/táctico personal

**Tesina nº 14.-** Mujer y judo

**Tesina nº 15.-** Judo Adaptado:

**Tesina nº 16.-** Judo Salud:

**Tesina nº 17.-** El Judo Suelo:

- Bases del Judo Suelo.
- Fundamentos.
- Movimientos básicos de ataque.
- Movimientos básicos de defensa.
- Principios de salida de las inmovilizaciones.
- Movimientos educativos.
- Técnicas de inmovilización.
- Técnicas de luxación.
- Técnicas de estrangulación.
- Formas de trabajo de Judo Suelo.

**Tesina nº 18.-** Desarrollo de los modelos técnico-tácticos de aplicación en el judo de competición

**Tesina nº 19.-** Medios y métodos de evaluación y control del judoca

**Tesina nº 20.-** Orientaciones para la detección y el desarrollo de jóvenes talentos en Judo:



**Tesina nº 21.-** Progresión del trabajo del joven talento al Alto Rendimiento.

**Tesina nº 22.-** Trabajo Táctico en la Competición.

**Tesina nº 23.-** Estrategias previas a la Competición.

**Tesina nº 24.-** Técnicas especiales de Competición.

**Tesina nº 25.-** Modelos de entrenamiento en el judo de alto nivel

**Tesina nº 26.-** El entrenamiento integrado

**Tesina nº 27.-** La planificación del judo en las diferentes categorías de edad. Elegir una de ellas en categoría femenina o masculina.

**Tesina nº 28.-** La valoración funcional del judoka en función de la categoría de edad.

**Tesina nº 29.-** Difusión y promoción de los eventos de judo y deportes asociados

**Tesina nº 30.-** Dirección y gestión de eventos de judo y deportes asociados

#### **KATA:**

**Tesina nº 1.-** " Metodología y progresión en la enseñanza de Kata"

**Tesina nº 2.-** " Utilización de Kata en el aprendizaje del Judo en edades de 9 a 12 años, de 13 a 15 y de 15 a 17 años.

**Tesina nº 3.-** " Sistemas de entrenamiento para la competición de Kata"

**Tesina nº 4.-** "Historia, desarrollo y evolución de Kata de Judo Kodokan."

**Tesina nº 5.-** "Kata como método de Judo para adultos."

**Tesina nº 6.-** "a) Historia y evolución de las Katas

b) Estudio de los equilibrios y desequilibrios en las Katas tanto en técnicas, desplazamientos, ataques y defensas.

c) Orientación de los contenidos de las Katas en función de la edad de los practicantes

**Tesina nº 7.-** "a) Desarrollo de las técnicas de cada grupo en las distintas Katas (saludo, distancias, agarres, técnica, etc.).

b) Metodología de la enseñanza de las Katas."

En las dos últimas tesinas (6 y 7) los Katas que hay que desarrollar son:

Nage no kata - Katame no Kata - Kime no kata - Ju no kata - Kodokan goshin jutsu



## **ARBITRAJE**

**Tesina nº 1.-** Reglas Internacionales de Arbitraje.

- Arbitraje elemental.
- Arbitraje Judo lúdico.

**Tesina nº 2.-** Reglamento Oficial de la RFEJYDA:

- Evolución de las reglas de Arbitraje.
- Diferentes aplicaciones del Arbitraje.
- Aspectos educativos del Arbitraje: Judo educativo. Aspectos utilitarios del Arbitraje: Judo recreativo.
- Aspectos deportivos del Arbitraje: Judo deportivo. El Judo Competición.

## **DEFENSA PERSONAL**

**Tesina nº 1.-** Transferencias de los movimientos básico de Judo a la Defensa Personal.

**Tesina nº 2.-** Combinaciones de técnicas de Judo en Atemis y Luxaciones en la Defensa Personal.

**Tesina nº 3.-** Idem con inmovilizaciones y/o estrangulaciones en la Defensa Personal.

**Tesina nº 4.-** Movilidad, desplazamiento y esquivas en Defensa Personal

**Tesina nº 5.-** Teoría y práctica de la Proporcionalidad en la Defensa Personal: Técnica, Bien protegido y Resultado.

**Tesina nº 6.-** Bloqueos y Atemi en Defensa Personal

**Tesina nº 7.-** Controles y luxaciones en Defensa Personal

**Tesina nº 8.-** Objetos contundentes, y, o arma blanca y, o arma de fuego en Defensa Personal

**Tesina nº 9.-** Metodología, práctica y demostración técnica del Kata de Defensa Personal en Defensa Personal

**Tesina nº 10.-** Defensa personal operativa

**Tesina nº 11.-** Defensa personal para la mujer

## **DEPORTES ASOCIADOS:**

**Tesina 1.-** Metodología de la enseñanza de la modalidad deportiva elegida de entre los deportes asociados.

**Tesina 2.-** Desarrollo de las formas de trabajo y aplicación de las acciones técnicas

**Tesina 3.-** Desarrollo de las formas de trabajo y aplicación de las acciones tácticas

**Tesina 4.-** Desarrollo de las formas de trabajo y aplicación de los sistemas específicos de entrenamiento

**Tesina 5.-** Desarrollo de las formas de trabajo y aplicación de los sistemas específicos de competición

**Tesina 6.-** Kata

**Tesina 7. -** Arbitraje

**Tesina 8.-** Temas adaptados al desarrollo de los contenidos de Asignaturas Específicas de los Cursos de Titulación en cada uno de los tres niveles.

