



Aprender es tu meta

Área  
**4+**

Rendimiento deportivo  
**202429**

Perspectivas actuales de las artes marciales y de los deportes de combate en educación, rendimiento deportivo y salud



**Junta de Andalucía**  
Consejería de Cultura y Deporte



**Instituto Andaluz  
del Deporte**



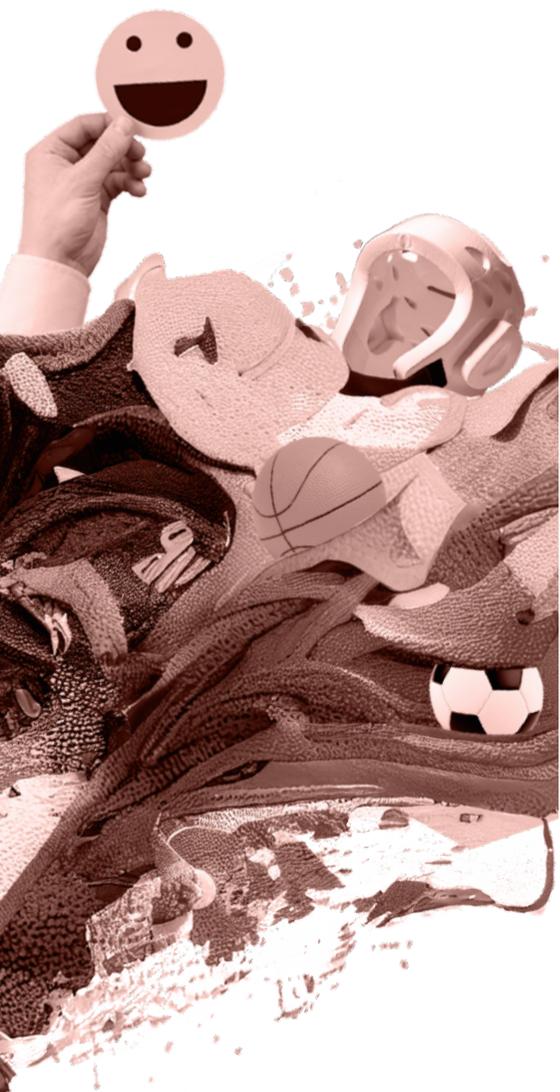
## PRESENTACIÓN

El curso que se oferta en modalidad semipresencial se centra en el abordaje de temáticas vinculadas a las artes marciales y a los deportes de combate. Concretamente, el curso se focaliza en tres grandes áreas: la educación, el rendimiento deportivo y la salud. Para ello se cuenta con el conocimiento y la experiencia de ponentes de reconocido prestigio nacional e internacional en el ámbito académico y deportivo, que desarrollarán sus contenidos desde un punto de vista eminentemente práctico y de aplicación inmediata.

## OBJETIVOS

Con la intención de abordar las artes marciales y los deportes de combate desde diferentes perspectivas, educación, rendimiento deportivo y salud, el curso pretende:

- Dar a conocer los proyectos que se están desarrollando vinculados al ámbito educativo y su aplicación.
- Compartir conocimientos, vivencias y experiencias con profesionales y deportistas de rendimiento, los cuales proporcionarán herramientas para su aplicación en los entrenamientos y en la competición preservando la salud de los atletas.
- Utilizar las artes marciales y los deportes de combate como medio de integración social.





ÁREA 4  
202429

RENDIMIENTO DEPORTIVO

Perspectivas actuales de las artes marciales y de los deportes de combate en educación, rendimiento deportivo y salud

## ÁREA IV - RENDIMIENTO DEPORTIVO

### 202429 Perspectivas actuales de las artes marciales y de los deportes de combate en educación, rendimiento deportivo y salud

**ÁREA TEMÁTICA** Rendimiento Deportivo

**TIPOLOGÍA** Curso

**MODALIDAD**  
Semipresencial (*online* en directo y presencial)

**CÓDIGO** 202429

**NÚMERO DE PLAZAS**

> 300 plazas (sesiones *online*)

**FECHA**

Del 23 al 30 de noviembre de 2024

- > 1ª sesión: 23 de noviembre (*online*)
- > 2ª sesión: 28 de noviembre (presencial)
- > 3ª sesión: 29 de noviembre (presencial)
- > 4ª sesión: 30 de noviembre (presencial)

**LUGAR**

Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada

**DURACIÓN**

30 horas (10 horas *online* en directo, 20 horas presenciales)

**PRECIO PÚBLICO** Gratuito

**INSCRIPCIONES**

Hasta el 23 de octubre de 2024 inclusive

**DESTINATARIOS**

- > Licenciados y graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- > Estudiantes del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- > Técnicos deportivos en judo y defensa personal
- > Entrenadores, preparadores físicos y árbitros en artes marciales y deportes de combate
- > Federados en judo y disciplinas asociadas





#### DIRECCIÓN

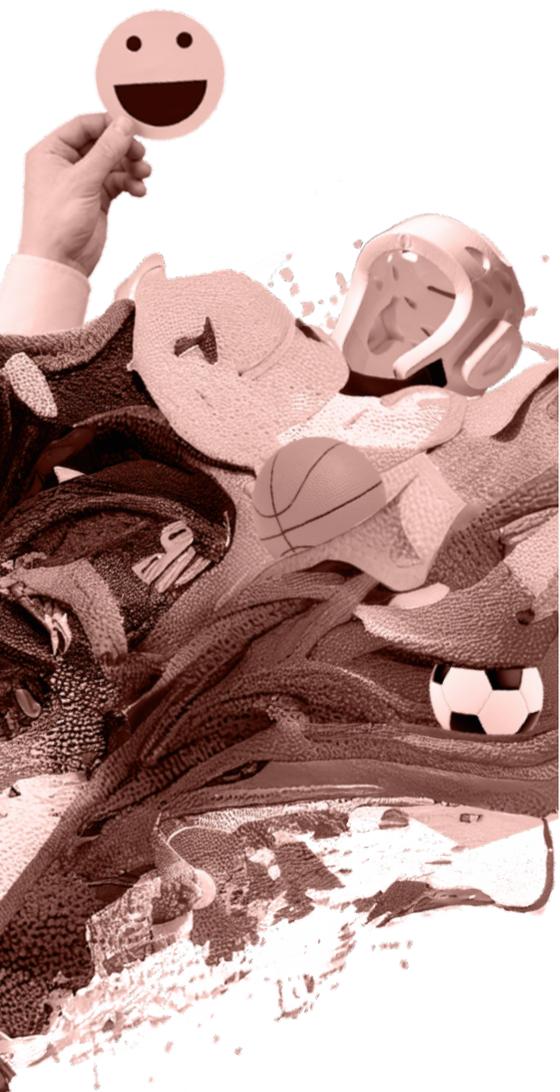
##### Raquel Escobar Molina.

Profesora titular universidad. Directora del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada.

#### PROFESORADO

- Carlos Montero Carretero.  
Profesor titular universidad. Universidad Miguel Hernández de Elche.
- Emerson Franchini.  
Profesor Catedrático universidad. Universidad de Sao Paulo, Brasil.
- Octavio Álvarez Solves  
Profesor titular universidad. Universidad de Valencia.
- Eduardo Galán Palla.  
Técnico deportivo superior en judo y defensa personal.
- Yolanda Soler Grajera.  
Maestra nacional de judo. Máster en *coaching* y liderazgo. Máster en psicología y *coaching*.

- Óscar del Castillo Andrés.  
Profesor titular universidad. Universidad de Sevilla.
- Diego Sáez Luque.  
Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Entrenador personal y readaptador de lesiones. Universidad de Granada.
- Juan Bonitch Góngora.  
Profesor contratado doctor. Universidad de Granada.
- Filipa de Sousa Fernández Alcobia de Almeida.  
Profesora ayudante doctora. Universidad de Granada.
- Luis Santos Rodríguez.  
Profesor contratado doctor. Universidad de León.
- Ignacio Chiroso Ríos.  
Profesor titular universidad. Universidad de Granada.
- José Morales Aznar.  
Profesor titular universidad. Universidad Ramón Llull de Barcelona.

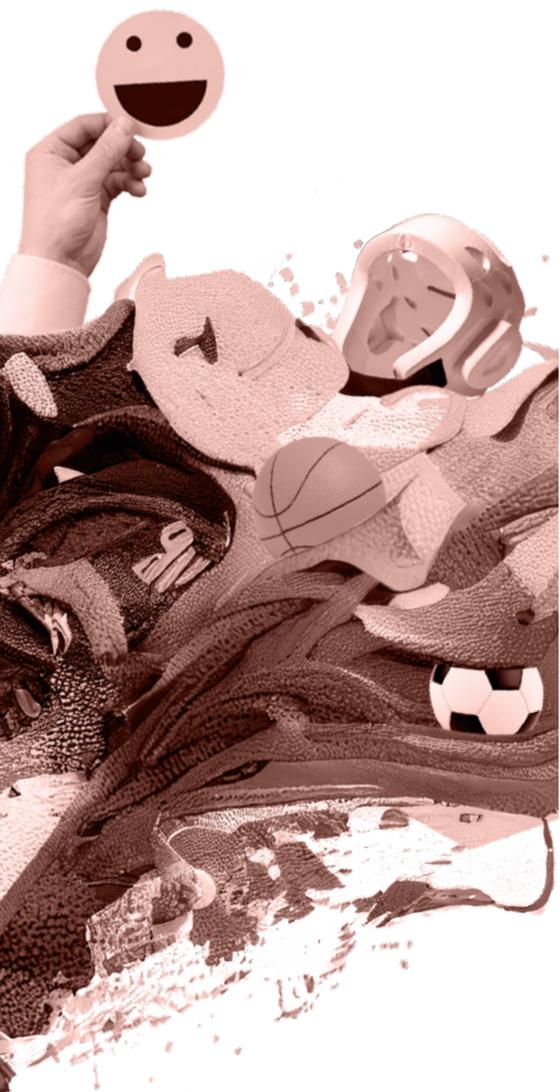




## ESTRUCTURA DE LOS CONTENIDOS

| HORARIO                                | CONTENIDOS  | PONENTES                 |
|--|---|--------------------------|
| <b>23 DE NOVIEMBRE (SESIÓN ONLINE)</b> |   |                          |
| 9:00-9:10                              | PRESENTACIÓN  |                          |
| 9:10-10:40                             | Creciendo juntos a la sombra del reto   | Carlos Montero Carretero |
| 10:40-10:50                            | DESCANSO  |                          |
| 10:50-12:20                            | Pérdida rápida de peso en judo: prevalencia, magnitud, métodos y estrategias para minimizar los efectos negativos | Emerson Franchini        |
| 12:20-12:30                            | DESCANSO  |                          |
| 12:30-14:00                            | El papel de los/as entrenadores/as en el rendimiento y el bienestar de los/as deportistas: modelos explicativos   | Octavio Álvarez Solves   |
| 14:00-15:00                            | DESCANSO  |                          |
| 15:00-15:10                            | PRESENTACIÓN  |                          |
| 15:10-16:40                            | Discapacidad y ejercicio físico: el judo, deporte sin barreras  | Eduardo Galán Palla      |
| 16:40-16:50                            | DESCANSO  |                          |
| 16:50-18:20                            | El control de la alostasis, necesidad para que tus deportistas sean excelentes en el deporte                      | Eduardo Galán Palla      |
| 18:20-18:30                            | DESCANSO  |                          |
| 18:30-20:00                            | ¿Qué es el alto rendimiento? Variables que inciden en el alto rendimiento   | Yolanda Soler Grajera    |



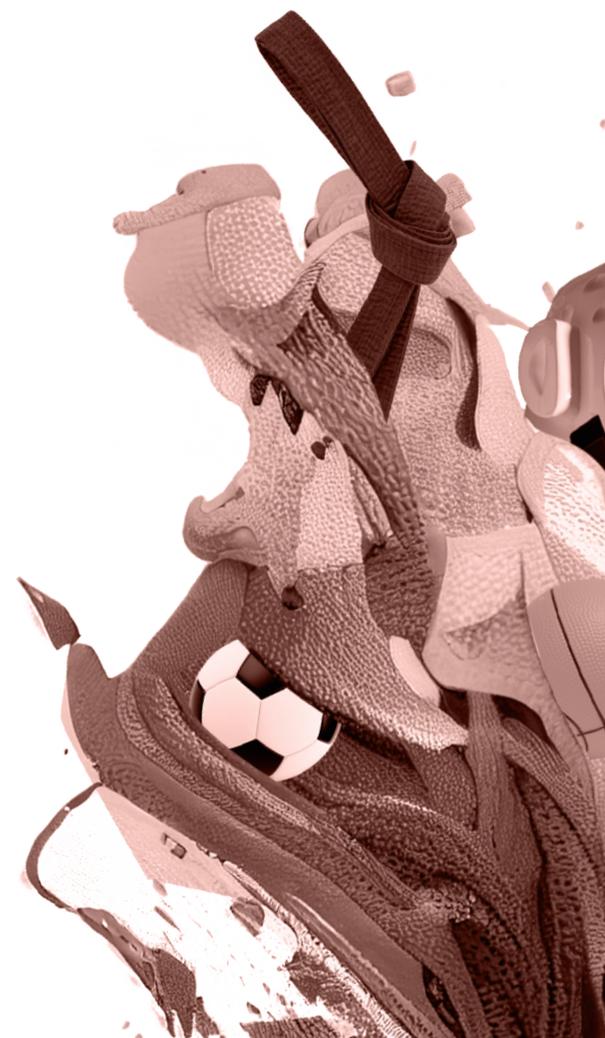


| HORARIO                                    | CONTENIDOS  | PONENTES  |
|--|---|---|
| <b>28 DE NOVIEMBRE (SESIÓN PRESENCIAL)</b> |   |   |
| 15:00-15:10                                | PRESENTACIÓN  |   |
| 15:10-16:40                                | <i>Safe Fall-Safe Schools</i> : fortaleciendo la salud y la calidad de vida en la infancia a través del judo y su integración curricular  | Óscar del Castillo Andrés   |
| 16:40-16:50                                | DESCANSO  |   |
| 16:50-18:20                                | Lesiones frecuentes en los deportes de combate y en las artes marciales: prevención y estrategias de readaptación para una práctica segura  | Diego Sáez Luque  |
| 18:20-18:30                                | DESCANSO  |   |
| 18:30-20:00                                | Entrenamiento avanzado y evaluación de la potencia muscular en judokas  | Juan Bonitch Góngora<br>Filipa de Sousa Fernández<br>Alcobia de Almeida |
| <b>29 DE NOVIEMBRE (SESIÓN PRESENCIAL)</b> |   |   |
| 9:00-9:10                                  | PRESENTACIÓN  |   |
| 9:10-10:40                                 | El judo como herramienta educativa para prevenir el <i>bullying</i> en EF: <i>a-judo</i>  | Carlos Montero Carretero  |
| 10:40-10:50                                | DESCANSO  |   |
| 10:50-12:20                                | El entrenamiento de la técnica en las artes marciales   | Luis Santos Rodríguez   |
| 12:20-12:30                                | DESCANSO  |   |
| 12:30-14:00                                | Importancia del entrenamiento de la fuerza específica en el deporte: estrategias para la mejora del rendimiento y la protección del deportista en el contexto de los deportes de combate y de las artes marciales | Ignacio Chiroso Ríos  |
| 14:00-15:00                                | DESCANSO  |   |



| HORARIO                                    | CONTENIDOS  | PONENTES   |
|--|---|--|
| 15:00-15:10                                | PRESENTACIÓN  |  |
| 15:10-16:40                                | El judo adaptado: un ámbito en crecimiento  | José Morales Aznar   |
| 16:40-16:50                                | DESCANSO  |  |
| 16:50-18:20                                | Fortaleza mental. Su aplicación en los entrenamientos y la competición  | Yolanda Soler Grajera  |
| 18:20-18:30                                | DESCANSO  |  |
| 18:30-20:00                                | Cómo fomentar la motivación de los judokas  | Carlos Montero Carretero   |
| <b>30 DE NOVIEMBRE (SESIÓN PRESENCIAL)</b> |   |  |
| 9:00-9:10                                  | PRESENTACIÓN  |  |
| 9:10-10:40                                 | El papel de los/as entrenadores/as en el rendimiento y el bienestar de los/as deportistas: aplicaciones                             | Octavio Álvarez Solves   |
| 10:40-11:00                                | DESCANSO  |  |
| 11:00-12:30                                | Preparación integral. Entrenar el carácter (tolerancia a la frustración)  | Yolanda Soler Grajera  |
| 12:30-14:00                                | Mesa redonda. Perspectivas actuales de las artes marciales y de los deportes de combate en educación, rendimiento deportivo y salud | Luis Santos Rodríguez<br>Yolanda Soler Grajera<br>Octavio Álvarez Solves<br>Carlos Montero Carretero<br>José Morales Aznar<br>Modera: Raquel Escobar<br>Molina |





## INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE

 Avenida Santa Rosa de Lima nº 5  
29007 Málaga

 Tel.: (+34) 951 041 900 / 951 04 19 24 /  
951 04 19 59

 [formacioncontinua.iad.ctcd@juntadeandalucia.es](mailto:formacioncontinua.iad.ctcd@juntadeandalucia.es)  
 <http://lajunta.es/iad>

  
**Junta de Andalucía**  
Consejería de Cultura y Deporte

  
**Instituto Andaluz  
del Deporte**