

# Judo para Tod@s. Camino de la Igualdad

<sup>1</sup>Gabriel Rodríguez Romo, <sup>2</sup>Cecilia Blanco García, <sup>3</sup>María Garrido Muñoz, <sup>4</sup>Alfonso López Díaz de Durana, <sup>5</sup>Jorge Acebes Sánchez y <sup>6</sup>Enrique López Adán  
<sup>1</sup>gabriel.rodriguez@upm.es; <sup>2</sup>cecilia.blanco@upm.es; <sup>3</sup>maria.garrido.munoz@upm.es;  
<sup>4</sup>alfonso.lopez@upm.es; <sup>5</sup>j.acebes.prof@ufv.es; <sup>6</sup>enrique.lopez@upm.es

**Resumen**— El Proyecto “Judo para Tod@s. Camino de la Igualdad” es un programa de intervención que, utilizando el Judo como hilo conductor, ha tratado de promover la igualdad de género, la adquisición de hábitos de vida saludables y la transmisión de los valores del deporte en general, y del Judo en particular, en estudiantes de Educación Primaria, Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional.

El desarrollo del Proyecto se materializó en la realización de 14 talleres, de carácter teórico-práctico, de 60 minutos de duración. Participaron 611 estudiantes de 13 Centros Educativos, así como 12 estudiantes del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF, UPM). La evaluación del Proyecto se realizó a través cuestionarios elaborados en Google Forms y dirigidos a los estudiantes de los Centros Educativos, al profesorado que les acompañaba y a los estudiantes del INEF.

Los resultados obtenidos reflejan una valoración muy positiva de los talleres por parte de todos los participantes. Los estudiantes del INEF perciben que su participación en el desarrollo del Proyecto les ha permitido alcanzar los objetivos de aprendizaje previstos. El Proyecto también parece haber contribuido al avance en los objetivos de desarrollo sostenible vinculados al mismo. Por último, el Judo ha resultado una herramienta útil para promover la igualdad de género, la adquisición de hábitos saludables y el interés por la práctica deportiva.

**Palabras Clave**— Deporte, Judo, igualdad, género, salud, valores.

**Abstract**— The “Judo para Tod@s. Camino de la Igualdad” Project, is an intervention program that, using Judo as a common thread, has tried to promote gender equality, the acquisition of healthy lifestyle habits and the transmission of the values of sport in general, and of Judo in particular, in students of Primary, Secondary Education, Baccalaureate and Vocational Training.

The development of the Project materialized in the holding of 14 workshops, of a theoretical-practical nature, lasting 60 minutes. 611 students from 13 Educational Centers participated, as well as 12 students from the Degree in Physical Activity and Sports Sciences (INEF, UPM). The evaluation of the Project was carried out through questionnaires prepared in Google Forms and aimed at the students of the Educational Centers, the teachers who accompanied them and the INEF students.

The results obtained reflect a very positive evaluation of the workshops by all participants. INEF students perceive that their participation in the development of the Project has allowed them to achieve the planned learning objectives. The Project also appears to have contributed to progress in the sustainable development goals linked to it. Finally, Judo has proven to be a useful tool to promote gender equality, the acquisition of healthy habits and interest in sports.

**Keywords** — Sport, Judo, equality, gender, health, values.

## 1. INTRODUCCIÓN

El deporte, con el tratamiento adecuado y dirigido correctamente, representa una herramienta de gran utilidad para la educación en valores con los más jóvenes, además de aportarles otros muchos beneficios (Gutiérrez, 2003). Pese a ello, en sus orígenes, era un ámbito casi exclusivamente masculino (Heinemann,

1994). La práctica deportiva por parte de las mujeres era considerada como una actividad inapropiada y ajena a sus vidas. Estas creencias, arraigadas en la sociedad, han creado un sistema de valores en el que cualidades como la fuerza, la lucha, la competitividad o la agresividad, se han considerado básicamente masculinas. De ahí que muchas mujeres se hayan interesado solamente por la práctica de deportes en los que impera la habilidad, la destreza o cualidades más artísticas, frente a actividades en las que la fuerza tiene un componente determinante.

Afortunadamente, poco a poco la mujer se ha ido incorporando a la práctica deportiva, accediendo cada vez más a tareas y deportes considerados específicamente de hombres, no sin vivir situaciones complicadas y sufriendo las limitaciones que implica formar parte de un mundo predominantemente masculino.

Es en este contexto en el que surge el proyecto “Judo para Tod@s. Camino de la igualdad”, con el objetivo principal de romper con estereotipos de género en la práctica deportiva y contribuir a que el acceso a los diferentes deportes por parte de la población juvenil no se encuentre limitado por jerarquizaciones y creencias de género.

El Judo es un arte marcial de origen japonés, que fue creado en 1882 por Jigoro Kano. “Ju” significa “suavidad”, “flexibilidad” o “forma de ceder” y “Do” significa “principio” o “camino”, por lo que el término “Judo” se puede traducir como “camino de la suavidad” o “camino de la flexibilidad”, con la implicación de ceder primero y aprovechar la fuerza del oponente para, finalmente, conseguir la victoria (Callan, 2018; International Judo Federation, 2023). Partimos de este significado del término “Judo” para dar nombre al presente proyecto, entendiendo que el Judo, como expondremos seguidamente, puede ser también un claro “camino” hacia la igualdad.

Jigoro Kano tuvo una intensa actividad durante toda su vida, centrada en la educación en general y especialmente en todo lo relacionado con la Educación Física y el deporte. Concebía el Judo como un método de educación integral y afirmaba que “lo que aprendemos con la práctica del Judo es aplicable a la vida cotidiana”. Así, crea el Judo sobre la base de dos principios fundamentales: *Sei Ryoku Zen Yo* (máxima eficacia en el uso de la fuerza) y *Jita Kyozei* (beneficio y bienestar mutuos) (Kano, 1989).

El Judo comienza su andadura como deporte tras finalizar la II Guerra Mundial. Las tropas de ocupación americanas autorizaron su práctica (previamente permaneció prohibido por su compromiso político antes de la guerra), con la condición de no presentar el Judo como un arte marcial, sino como un deporte. (Villamón y Brouse, 1999; Gleeson, 1984). En 1964 se incluye por primera vez el Judo masculino en el programa de los Juegos Olímpicos de Tokio. Sin embargo, hay que esperar 28 años, hasta los Juegos Olímpicos de Barcelona, en 1992, para la inclusión oficial del Judo femenino (Taira, 2009; Villamón y Brousse, 1999).

En sus etapas iniciales, el Judo es una actividad practicada principalmente por hombres jóvenes, tanto en su vertiente original de arte marcial como en su posterior configuración deportiva. Todo ello a pesar de que Jigoro Kano siempre había fomentado la práctica del Judo femenino, incluso llegando a manifestar en algunas ocasiones que, si se deseaba entender realmente el Judo, había que observar la forma en que lo practicaban las mujeres (Kano, 1989). Sin embargo, la creencia de que la fuerza juega un papel fundamental en su práctica ha hecho que el Judo sea considerado por la sociedad como un deporte más adecuado para los hombres que para las mujeres. Estas creencias marcan y determinan en muchas ocasiones las actitudes y comportamientos de nuestros jóvenes a la hora de elegir un determinado deporte, pues sentirse identificado con los roles de género marcados por la sociedad, les facilita la integración y sentido de pertenencia a un grupo. Así, pese a la progresiva incorporación de la mujer a la práctica del Judo, todavía existen importantes diferencias porcentuales en cuanto a la participación masculina y femenina (74,1% vs. 25,9% en 2022; Consejo Superior de Deportes, 2023).

Sin embargo, a pesar de todo lo expuesto, en el contexto de nuestra disciplina deportiva, paradójicamente, los hombres y las mujeres entrenan juntos, en igualdad de condiciones, con las mismas

posibilidades y limitaciones. Niños y niñas, hombres y mujeres, conviven en un clima de respeto y tolerancia, con independencia de su género. Además, en el Judo español, las principales referencias en el mundo de la competición son femeninas. La primera deportista española de la historia en conseguir un oro olímpico fue una judoca, Miriam Blasco, en los Juegos Olímpicos de Barcelona 92, a la que después han seguido otras dos campeonas olímpicas en Judo: Almudena Muñoz e Isabel Fernández (abanderada del equipo olímpico español en la inauguración de los Juegos Olímpicos de Atenas 2004).

Creemos que estas circunstancias brindan una excelente oportunidad para fomentar la reflexión entre los estudiantes, en relación a los estereotipos de género en el deporte en general y en el Judo en particular. Por otra parte, el Judo, por su origen marcial, está impregnado de un profundo sistema de valores y normas de “etiqueta” que lo convierten en una excelente herramienta educativa. Algunos de ellos son, por ejemplo, el uso del saludo, como muestra de respeto hacia el maestro, los compañeros y el lugar de práctica. O bien, los grados, representados por los colores de los cinturones, que reflejan el nivel técnico y de comprensión de los principios del Judo y son la única jerarquía existente en la Sala de Judo. Por lo demás, todos los practicantes son iguales (no existen diferencias por género, edad, raza, religión o estatus socioeconómico), aspecto que se ve más acentuado por la uniformidad proporcionada por el judogi (traje de Judo). Aspectos como estos, unidos a los principios sobre los que Jigoro Kano fundamentó las bases del Judo, han posibilitado que la UNESCO declarase el Judo como el mejor deporte para niños y niñas de entre 3 y 18 años, al ser una disciplina en la que se valora poderosamente el respeto, la cooperación, la ayuda mutua y la humildad.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo del Proyecto.**

El proyecto “Judo para Tod@s. Camino de la Igualdad” es un programa de intervención que, utilizando el Judo como hilo conductor, ha tratado de promover, entre otros aspectos, la igualdad de género, la adquisición de hábitos de vida saludables a través de la práctica de actividad física y deporte y la transmisión de los valores del deporte en general, y del Judo en particular, a los estudiantes de Educación Primaria, Educación Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional.

### **2.2 Objetivos de Aprendizaje**

Los objetivos de aprendizaje que se han tratado de alcanzar con los estudiantes del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte que han participado en el desarrollo de este Proyecto, coinciden y refuerzan, en buena medida, las competencias generales y específicas trabajadas en las asignaturas vinculadas a la materia de Judo impartidas en el Grado, concretamente:

- Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en el diseño y puesta en práctica de propuestas y programas de actividad física, deporte y Educación Física en el contexto educativo.
- Promover la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar.
- Diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
- Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.
- Mostrar disposición y habilidad para el trabajo y el liderazgo en equipo.

- Desarrollar la conciencia de respeto e igualdad entre géneros, igualdad democrática y atención a la diversidad, como principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional en el ámbito de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

### **2.3 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**

Los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) vinculados prioritariamente al desarrollo de este Proyecto han sido los siguientes:

- Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas (ODS 5).
- Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades (ODS 3).
- Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos (ODS 4).

## **3. METODOLOGÍA**

### **3.1 Participantes**

El equipo de trabajo encargado del desarrollo del Proyecto estuvo constituido por 5 profesores de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF), por un profesor externo (Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Francisco de Vitoria) y por un becario (estudiante de Máster en el INEF). También participaron de manera voluntaria 12 estudiantes del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, que se encontraban cursando asignaturas vinculadas a la materia de Judo durante el curso académico 22-23. Los destinatarios del Proyecto fueron estudiantes de Educación Primaria, Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional. En concreto, se beneficiaron del mismo 611 estudiantes procedentes de 13 Centros Educativos: IES Simone Veil, IES Margarita Salas, Colegio Fundación Caldeiro, Colegio Areteia, Colegio María Auxiliadora, Colegio Santa María de Yermo (FESD), CEIPSO Maestro Rodrigo, CEIP Ana María Matute, IES José Saramago, MEDAC Alcorcón, Colegio El Ave María, Salesianos de Carabanchel y CEIP Juan Pérez Villamil.

### **3.2 Instrumentos**

El Proyecto se materializó en la realización de diversos talleres (14), de unos 60 minutos de duración, todos los viernes lectivos entre el 1 de febrero y el 20 de junio de 2023. Cada viernes participó un grupo distinto, cuyo tamaño osciló entre 30-50 estudiantes.

La primera parte del taller (20-25 minutos) consistió en una presentación, apoyada con material audiovisual, por parte de dos estudiantes (un chico y una chica) del INEF. Ambos estudiantes eran cinturones negros de Judo, con amplia experiencia en la práctica de este deporte y en la competición. Se llevó a cabo una introducción teórica al Judo, en la que se les presentó su origen, normas básicas y reglamento, se realizó un recorrido por las medallistas olímpicas (la mayoría mujeres), y se les habló a los estudiantes de valores como la igualdad, el respeto o el compañerismo, presentes de manera permanente en la práctica del Judo. Asimismo, los estudiantes de la Facultad, apoyándose en su propia experiencia personal como judocas, transmitieron a los participantes diferentes mensajes clave: la posibilidad de hacer deporte, competir a alto nivel y, al mismo tiempo, estudiar y/o trabajar; el papel destacado de las judocas españolas en las máximas competiciones internacionales; los beneficios asociados a la práctica del deporte en general y del Judo en particular; el respeto por la figura de los árbitros, etc.

A continuación, se llevó a cabo la segunda parte del taller (35-40 minutos), que consistió en la realización de diversos juegos y actividades de iniciación al Judo. Los participantes experimentaron en primera persona juegos de lucha y alguna habilidad específica del Judo. De forma progresiva y básica se

les enseñó el saludo de pie y de suelo, la caída de espaldas y alguna inmovilización. Se utilizó siempre una metodología activa, lúdica y participativa.

Para la evaluación del Proyecto se utilizaron cuestionarios dirigidos a los distintos grupos de participantes: estudiantes de los Centros Educativos, profesores acompañantes y estudiantes del INEF. Se elaboraron en Google Forms para facilitar su administración. En la mayoría de las preguntas, los encuestados tenían que responder a una serie de afirmaciones, disponiendo para ello de una escala tipo Likert de 5 puntos, siendo 1 “totalmente en desacuerdo” y 5 “totalmente de acuerdo”.

En el caso de los estudiantes de los Centros Educativos, se administró un cuestionario de manera previa (cuestionario pre-) a la participación en el taller y otro unos días después (cuestionario post-) de la realización de éste. Con dichos cuestionarios se evaluó la satisfacción de los estudiantes con la actividad realizada, así como los aprendizajes que se hubiesen podido derivar de la participación en el taller, comparando sus opiniones sobre ciertos aspectos clave (estereotipos de género, conciliación entre deporte y estudios, etc.) antes y después de la intervención (taller).

En los cuestionarios dirigidos al profesorado, se evaluó su nivel de satisfacción con la actividad realizada por los estudiantes. Además, se valoraron aspectos relacionados con la utilidad del taller, adecuación de los contenidos, organización, puntos positivos y negativos, sugerencias de mejora, etc. Finalmente, en los cuestionarios dirigidos a los estudiantes del INEF, se evaluaron aspectos relacionados con su propia experiencia, con su grado de satisfacción con el Proyecto y con los posibles resultados de aprendizaje derivados de su participación en el desarrollo del mismo.

### **3.3 Procedimiento**

El INEF recibe todos los días, a lo largo del curso académico, la visita de estudiantes de algún Centro Educativo que, acompañados generalmente por el profesorado de Educación Física, ven las instalaciones de la Facultad y las del Centro de Alto Rendimiento del Consejo Superior de Deportes. Sin embargo, durante la visita, no existe ninguna actividad en la que los estudiantes participen activamente y puedan observar cuál es, en realidad, el trabajo que realizan los alumnos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Esta circunstancia nos pareció una muy buena oportunidad para poder ofertar la participación en los talleres, como parte final de la actividad, a los Centros que nos visitaban todos los viernes (único día en el que no había programadas clases del Grado en la Sala de Judo). De esta manera, además de implementar el Proyecto, se podía lograr que las visitas resultasen mucho más atractivas y participativas, al mismo tiempo que los visitantes obtenían una visión real sobre los contenidos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Así, la posibilidad de participar en los talleres se ofertó a través de la sección de la página Web del INEF en la que los Centros Educativos efectúan sus reservas para realizar las mencionadas visitas. En pocas semanas se recibieron numerosas solicitudes, cubriéndose todos los viernes (14) en los que se ofrecía la actividad entre febrero y junio de 2023.

Para el correcto desarrollo del Proyecto se llevaron a cabo diversas actividades. De manera previa al inicio del mismo, se definieron los contenidos teóricos y prácticos a tratar en los talleres, adaptando el lenguaje y las actividades propuestas a las edades de los tres grupos diferenciados de estudiantes (Educación Primaria, Educación Secundaria y Bachillerato/Formación Profesional). Se elaboraron las presentaciones que se iban a utilizar en la parte teórica de los talleres y se ensayaron las exposiciones. Se diseñaron los juegos y ejercicios a realizar en la parte práctica. Se elaboraron todos los cuestionarios de evaluación y se efectuaron diversas reuniones de coordinación. Por último, se estableció contacto con los Centros Educativos participantes para informarles de todos los detalles que debían conocer de manera previa a la participación: vestimenta deportiva, cumplimentación de cuestionarios, recordatorio de fechas y horarios, etc.

Una vez iniciado el Proyecto, se volvía a contactar con los Centros Educativos una semana antes de su participación, con el fin de facilitar los enlaces para la cumplimentación de los cuestionarios y recordar la información relevante para la realización de los talleres. Se fueron efectuando todos los talleres programados, los cuales eran dirigidos por el estudiante becado y, colaborando con él, cada estudiante del INEF actuaba como “profesor responsable” de un pequeño grupo de participantes. Se comprobaba la cumplimentación de los cuestionarios de evaluación y se analizaban posibles imprevistos y puntos de mejora después de cada taller.

Tras la realización de todos los talleres, se procedió al análisis de resultados de los cuestionarios de evaluación. Se elaboró la memoria del Proyecto y se realizó una sesión final con los estudiantes del INEF, en la que se presentaron los principales resultados del Proyecto, analizando posibles fortalezas y debilidades y planteando propuestas de mejora para próximas intervenciones. Asimismo, se elaboró un vídeo resumen del Proyecto, accesible a través del canal de YouTube de la UPM, y se publicaron diversas noticias sobre el mismo a través de las redes sociales del INEF.

### **3.4 Análisis de datos**

Una vez finalizada la fase de desarrollo del Proyecto, se procedió al análisis de los datos recogidos a través de los cuestionarios de evaluación. Los datos se volcaron a Microsoft Excel, realizándose un análisis descriptivo de los mismos. Los resultados se presentan como porcentajes (%), medias (M) y desviaciones típicas (DT).

## **4. RESULTADOS**

### **4.1 Resultados relativos a los estudiantes de los Centros Educativos**

En primer lugar, se muestran los resultados relacionados con los posibles aprendizajes derivados de su participación en el taller “Judo para Tod@s. Camino de la Igualdad”. Para ello, se compara la evolución (antes y después de la intervención) de sus respuestas a diferentes preguntas sobre aspectos relacionados con los principales objetivos del taller.

Alrededor del 75% de los estudiantes estuvieron “muy de acuerdo” al considerar que el deporte es algo que debería hacer todo el mundo. Dicha opinión apenas varió antes y después de la realización de los talleres (74,4% vs. 74,3%, respectivamente). En cambio, sí se observaron importantes diferencias, antes y después de la participación, en las opiniones de los estudiantes sobre el papel del Judo, frente a otros deportes, a la hora de transmitir valores. Inicialmente, sólo el 22,4% de los estudiantes estaba “de acuerdo” o “muy de acuerdo” con que el Judo permitía transmitir más valores que otros deportes. Sin embargo, tras la realización del taller, este porcentaje se elevó hasta el 48%.

Inicialmente, el 21,4% de los estudiantes estuvieron “totalmente en desacuerdo” con que el Judo era un deporte en el que la fuerza desempeñaba un papel de gran importancia. Este porcentaje se incrementó hasta el 38,9% tras la intervención. En esta misma línea, sólo el 18,8% de los estudiantes estaban “totalmente de acuerdo”, antes de la realización del taller, en que el Judo era un deporte en el que lo más importante era ser inteligente. Sin embargo, tras la realización del taller, el porcentaje se elevó hasta el 38,3%.

Por otra parte, antes de la participación en el taller, el 35,1% de los estudiantes indicó tener interés por practicar Judo. Dicho porcentaje se mantuvo relativamente estable en las respuestas post- (36,6%). No obstante, el porcentaje de estudiantes que mostraron desinterés por la práctica del Judo de manera previa al taller (40,7%), disminuyó tras la intervención (33,7%). Por último, al preguntar a los estudiantes para qué género sería más apropiado el Judo, el 59,3% señalaron que “principalmente para hombres”. Dicho porcentaje apenas se modificó tras la realización del taller (58,9%). Sin embargo, sí se encontraron cambios

importantes en la respuesta “principalmente para mujeres”, aumentando en un 18,4% tras la intervención (8,5% vs. 26,9%).

Sobre la satisfacción con la actividad realizada, al preguntar a los estudiantes si les había gustado el taller, la mayoría de las respuestas fueron positivas. Concretamente, el 39,8% respondió “mucho” y un 45,6% “bastante”. Asimismo, el 80% de los estudiantes indicó que les gustaría volver a participar en el taller, en caso de que se realizara nuevamente.

## 4.2 Resultados relativos al profesorado de los Centros Educativos

Como se desprende de la Tabla 1, el profesorado consideró que el taller era una actividad de interés para los Centros Educativos ( $4,9 \pm 0,32$ ), recomendando a otros Centros la participación en el mismo si se diera la ocasión ( $4,9 \pm 0,32$ ). Los docentes también señalaron que el taller resultaba útil para fomentar la práctica deportiva, tanto de los alumnos ( $4,6 \pm 0,7$ ) como de las alumnas ( $4,5 \pm 0,71$ ), así como para favorecer la visibilidad del deporte femenino ( $4,5 \pm 0,71$ ). Asimismo, en todos los ítems que hacían referencia a aspectos relacionados con el contenido de los talleres y su organización, las valoraciones medias del profesorado oscilaron en todos los casos entre 4,7 y 5 (ver Tabla 1).

*Tabla 1. Medias y desviaciones típicas de las respuestas del profesorado a diferentes afirmaciones sobre la participación en los talleres. Escala 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo).*

<b>Ítems relativos al interés y utilidad de la actividad realizada</b>	<b>M</b>	<b>DT</b>
Considero que esta actividad es de interés para los Centros Educativos	4,9	0,32
Recomendaría a otros Centros realizar esta actividad	4,9	0,32
El taller cumple con las expectativas que teníamos	4,9	0,32
Considero positiva la participación del alumnado en estas actividades	4,9	0,32
Esta actividad permite aumentar la visibilidad del deporte femenino	4,5	0,71
El taller ha logrado transmitir los valores positivos del deporte	4,9	0,32
El taller contribuye a fomentar la participación de las chicas en actividades deportivas	4,5	0,71
El taller contribuye a fomentar la participación de los chicos en actividades deportivas	4,6	0,70
<b>Ítems relativos al contenido y organización de los talleres</b>		
El contenido teórico ha resultado positivo para el alumnado	4,8	0,42
El contenido práctico ha resultado positivo para el alumnado	4,9	0,32
La relación con los organizadores ha sido buena	4,9	0,32
La organización del taller ha sido buena	5,0	0,00
Se han cumplido los horarios establecidos	4,9	0,32
El equipo coordinador de la actividad es fácilmente accesible	5,0	0,00
Los medios audiovisuales de la presentación (vídeos, audios, etc.) han sido adecuados	4,7	0,48
Los medios materiales para la actividad han sido adecuados	4,8	0,42
La presentación es atractiva e interesante	4,7	0,48
Los estudiantes que han realizado la presentación, han demostrado buena capacidad de comunicación	4,9	0,32

## 4.3 Resultados relativos a los estudiantes de Grado del INEF

Los estudiantes del INEF que colaboraron en el desarrollo del Proyecto, consideraron que el taller logró captar la atención de los estudiantes de los Centros Educativos que participaron en el mismo ( $4,56 \pm 0,73$ ),

dando mayor relevancia a la parte práctica que a la teórica ( $4,67 \pm 0,5$  vs.  $3,89 \pm 0,6$ , respectivamente). También se mostraron bastante de acuerdo con que la participación en el taller podía contribuir a aumentar el interés hacia la práctica deportiva ( $4,33 \pm 0,5$ ), tanto en el caso de los chicos como en el de las chicas ( $4,44 \pm 0,73$  y  $4,33 \pm 0,71$ , respectivamente).

Respecto a los principales objetivos vinculados al desarrollo de los talleres, los estudiantes del INEF valoraron positivamente la potencialidad de los talleres para promover la igualdad de género ( $4,33 \pm 0,71$ ), la adquisición de hábitos saludables ( $4,22 \pm 1,09$ ) y la transmisión de los valores positivos del deporte en general y del Judo en particular ( $4,67 \pm 0,71$ ).

Finalmente, en relación a los objetivos de aprendizaje que se perseguían con los estudiantes del INEF, valoraron de manera especialmente positiva la posibilidad que les brindó el Proyecto para aplicar en el contexto educativo los conocimientos adquiridos en las materias de Judo que se imparten en el Grado ( $4,11 \pm 1,17$ ), desarrollar su capacidad de promover hábitos de práctica deportiva en la edad escolar ( $4,22 \pm 0,97$ ) y, sobre todo, fomentar el desarrollo de la conciencia de respeto e igualdad entre géneros ( $4,44 \pm 0,73$ ).

## 5. CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos, así como los datos de participación en los talleres y la dinámica observada durante la realización de los mismos, nos permiten extraer las siguientes conclusiones:

- El taller “Judo para Tod@s. Camino de la Igualdad” ha sido una experiencia exitosa, con gran acogida y aceptación por parte de los Centros Educativos y, en general, con una valoración muy positiva por parte de los estudiantes que participaron en él y del profesorado acompañante.
- El Judo, con su adecuado tratamiento, parece mostrarse como una herramienta útil para promover la igualdad de género, la adquisición de hábitos saludables por parte de los estudiantes de los Centros Educativos y el interés por la práctica deportiva.
- El Proyecto parece haber contribuido al avance en los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) que se vincularon prioritariamente al mismo.
- Los estudiantes del INEF que han participado en el desarrollo del Proyecto, perciben que dicha participación les ha permitido alcanzar, en buena medida, la mayoría de los objetivos de aprendizaje que se plantearon para ellos.
- El elevado grado de satisfacción con la actividad por parte de los estudiantes y profesores, así como su interés por volver a participar en actividades similares en un futuro, parece indicar que el Proyecto ha permitido complementar y añadir valor a las visitas que, a lo largo de todo el curso, recibe el INEF por parte de numerosos Centros Educativos.

## 6. REFERENCIAS

- GUTIÉRREZ, M. (2003). Manual sobre valores en la Educación Física y el Deporte. Barcelona: Paidós.
- HEINEMANN, K. (1994). El deporte como consumo. *Stadium*, 168, 31-39.
- CALLAN, M. (Ed.). (2018). *The Science of judo*. London: Taylor & Francis.
- CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES (2023). *Estadística de Deporte Federado 2022*. Madrid: Secretaría General Técnica, Ministerio de Cultura y Deporte.
- GLEESON, G. (1984). *All about Judo*. London: Adam & Charles Black.

INTERNATIONAL JUDO FEDERATION. *History. From Martial Art to Olympic Sport*. Available online: <https://www.ijf.org/history/frommartial-art-to-olympic-sport> (accessed on 10 January 2024).

KANO, J. (1989). *Judo Kodokan*. Madrid: Eyras.

TAIRA, S. (2009). *La Esencia del Judo. Tomo I*. Gijón: Satori Ediciones.

VILLAMÓN, M. y BROUSSE, M. (1999). Evolución del judo. En M. Villamón (Dir.): *Introducción al judo*. Barcelona: Hispano Europea, 103-139.