

El judo: un exemple d'educació a través de l'esport

**Josep Morales Aznar
Albert Pujol Janè
Vanessa García Núñez
Cristina Curto Luque**

Sembla una paradoxa, però l'educació a través del judo és un fet. En aquest article s'intenta explicar com el judo va néixer amb una clara vocació educativa, en quin context es va desenvolupar i les aplicacions que actualment s'estan fent d'aquest esport. La força integradora que té el judo en multitud d'àmbits queda demostrada en les experiències que més endavant s'expliquen, així com la càrrega de valors morals que implica practicar-lo.

Introducció

“L'educació a través del judo” és el títol d'una conferència pronunciada per Jigoro Kano, el fundador del judo, a la Universitat de Califòrnia, el 1932, amb motiu de la celebració dels JJOO de Los Angeles. Aquesta dada és el primer indicador de la tradició educativa i l'esforç desenvolupat pels pioners d'aquest esport per a situar-lo dins de l'àmbit de l'ensenyament.

La necessitat de contacte dels nens i nenes amb els seus iguals és molt important i es pot observar en el seu comportament als esbarjos i al seu temps de lleure: tant nens com nenes s'abracen, s'agafen, s'estiren, s'empenten, de diverses maneres i intensitats, i posen en pràctica el que molts autors anomenen “lluïtes simbòliques”. Aquesta necessitat innata dels nens i adolescents es pot canalitzar i controlar a través de jocs de lluita i dels esports de combat, en aquest cas el judo, on el contacte és inherent a la pràctica. A la societat actual, el contacte físic es limita a una encaixada de mans, una palmellada a l'espatlla i poc més. Les activitats de lluita, entre elles el judo, comporten implícitament el contacte físic, això suposa un enfrontament cos a cos, un contacte molt proper en què els sentits treballen intensament. Aquest tipus d'activitats afavoreix la convivència i la comunicació, en definitiva, ajuda a desenvolupar el procés socialitzador dins del grup.

El procés de socialització de les persones es produeix, entre d'altres aspectes, a través dels jocs (V. Carratalà i E. Carratalà; 1999). En aquest sentit, s'ha de destacar que la major part de les relacions entre pares i fills es produeix a través del joc on el contacte agafa un paper molt important. Dins del món animal, és molt freqüent observar situacions on els cadells se "socialitzen" i es relacionen amb els de la seva espècie mitjançant jocs i lluites, unes lluites perfectament controlades que ajudaran els més joves a integrar-se dins del grup.

Moltes vegades no s'ha fomentat ni el judo ni molts d'altres esports de lluita dins del procés d'ensenyament dels joves a causa de certs "tabús socials" (Thabot, 1999) que equiparen els combats i el contacte cos a cos amb agressivitat i violència. Si analitzem amb profunditat aquests termes, podem afirmar que en cap cas el judo esdevé un esport violent, molt al contrari, ja que, si es vol tenir èxit, necessita precisió i control en les seves accions. Quant al concepte agressivitat, si analitzem el món de l'esport, podem trobar exemples en un jugador d'escacs o un jugador de tennis que juguen d'una manera agressiva i, en canvi, mai se'ns acudiria qualificar aquests esports de violents. Per això, nosaltres preferim parlar de combativitat, ja que l'agressivitat és un desequilibri psicològic i nerviós, en canvi la combativitat és una virtut indispensable per a qualsevol èxit esportiu, dins d'un marc reglamentari on els impulsos estan controlats. La superació d'un mateix va acompanyada de la voluntat d'autocontrolar-se, més encara quan la situació és difícil; l'eficàcia de la resposta estarà condicionada per l'equilibri d'aquestes dues tendències.

Per últim i com a mostra del caràcter peculiar del judo com a esport i la seva filosofia, és curiós observar la introducció del judo a França, un dels països on s'ha desenvolupat de manera més intensa, on van començar a practicar-lo científics de primera fila i persones sorgides de l'àmbit universitari. Dins dels pioners francesos es troben, per exemple, el Premi Nobel Joliot-Curie, Paul Bonet Maurie o Moshe Feldenkrais; més que sentir una atracció causada pel desenvolupament físic produït pel judo o l'eficàcia de les seves tècniques, la seva admiració se centrava en el valor educatiu i moral de la seva pràctica, és a dir, més enllà de la competició els seduïa el fons filosòfic d'aquest esport.

Jigoro Kano: l'impulsor

El fundador del judo, Jigoro Kano (1860-1938), era un humanista que va dedicar part de la seva vida a l'educació i, paral·lelament, a la creació i desenvolupament del judo com un mitjà d'educació física i moral.

Kano va tenir una formació brillant, va estudiar a la universitat de Tòquio i en centres privats on l'anglès era la llengua acadèmica. Això explica el seu gran domini de l'idioma anglès i el seu interès per conèixer la cultura occidental, fet que el va portar a viatjar a Europa en diverses ocasions per estudiar altres institucions educatives.

En la seva trajectòria professional, cal destacar les seves tasques educatives, i va fundar el Departament d'Educació Física de la Universitat de Tòquio, la més prestigiosa del Japó. També va arribar a ser director d'un departament del Ministeri d'Educació, on va crear un programa d'educació física en el sistema escolar japonès, en el qual va incloure el judo entre d'altres activitats, com el kendo, sumo, gimnàstica, futbol, tennis i beisbol.

Dins l'àmbit esportiu, el creador del judo va ser el primer representant japonès i asiàtic del Comitè Olímpic Internacional. Els seus esforços se centraren en el treball d'una organització esportiva al Japó i la divulgació de diversos esports.

De jove, Jigoro Kano tenia una constitució física feble. Aleshores, ell va estudiar els antics mètodes de *jujutsu* dels samurais, per cobrir aquest handicap. Aquests eren cèlebres pel seu coratge, la seva lleialtat i les seves tècniques de combat. Va descobrir que, aplicant aquesta pràctica als seus principis filosòfics, se'n podia fer una remarcable disciplina educativa, moral i física.

Va crear el seu propi sistema, eliminant del *jujutsu* totes les tècniques que suposaven un perill i els cops sobre els punts vitals. Va incloure noves tècniques que partien dels seus principis; d'aquesta manera es podia aplicar plenament en el marc d'un entrenament o d'una competició sense representar un perill real per al contrari. L'èxit de Kano va ser la sistematització de la pràctica, a part d'eliminar totes les tècniques perilloses, com s'ha dit abans, va introduir una millora en la metodologia de les caigudes i l'obligatorietat d'agafar-se a l'hora de lluitar, aspectes que milloraven la seguretat d'una forma qualitativa; per últim, va estructurar totes les tècniques en una mena de catàleg anomenat "*gokyo*".

La partícula "*ju*", present a les paraules *jujutsu* i judo, significa "flexibilitat". Una llegenda afirma que les branques flexibles dels salze plenes de neu la deixen lliscar fins que cau a terra i després tornen al seu lloc inicial. Mentrestant, les branques dels altres arbres, aparentment més fortes, resisteixen al començament, però acaben trencant-se pel pes de la neu. Aquesta llegenda va significar el principi del *jujutsu*, a partir del qual el mestre Jigoro Kano va crear el judo l'any 1882. La diferència entre una denominació i l'altra està en la partícula següent: "*ju-jutsu*" significa "art o tècnica de la flexibilitat", en canvi "*ju-do*" canvia la partícula "*jutsu*" (art o tècnica) per "*do*" (via o camí); per tant, judo significa "camí de la flexibilitat". Aquest canvi és important, ja que amb la paraula "*do*" (camí) s'incorpora una concepció diferent de l'esport; amb aquest fet s'obren les portes a traslladar tots els valors del judo a una forma de viure, és a dir, viure aplicant els principis de màxima eficàcia i benefici mutu.

Els dos principis, citats anteriorment, tenen un fons filosòfic, però són eminentment pràctics. El primer principi, màxima eficàcia (*Ryoku Zen Yo*), es basa a utilitzar la força de l'oponent: davant d'una empenta, no oposar-s'hi, sinó estirar i aprofitar el desequilibri de l'adversari, igual que fan les branques de salze amb el

pes de la neu. El segon principi es diu *Jita Kyoie* (benefici i benestar mutu) es refereix que en el judo la millora mai pot ser individual, ja que la seva pràctica implica l'ajuda i la col·laboració mútua dels dos practicants. En la pràctica del judo, un principi no es pot donar sense l'altre, per això van lligats en tot moment.

Elements que han influenciat el Judo

El judo apareix inevitablement lligat a la cultura japonesa. Els corrents filosòfics que vingueren de fora del Japó al llarg de la seva història han influït, al mateix temps, en la seva cultura, la seva religió i la seva política. El budisme i el neoconfucionisme van ser els dos corrents de pensament amb més pes dins d'aquestes influències externes.

El budisme va arribar al Japó durant el període Kamakura (1156-1336), es va barrejar amb el sentiment *shinto* de veneració a la natura i es va convertir en el budisme-zen, adaptat a la mentalitat japonesa. L'altre sistema de pensament, el neoconfucionisme originari de la Xina, estava basat en el valor de l'esforç, la sinceritat de les relacions humanes i la visió jerarquitzada de la societat on predomina la lleialtat cap als superiors (Villamón, 1999). Aquests últims valors van ser utilitzats per primers mestres zen, que van incorporar-los a la mentalitat dels guerrers.

La societat japonesa, dominada durant llarga part de la seva història per una estructura feudal i militar, donava gran importància als "*bushis*" o guerrers. Aquests eren professionals de les guerres i es veien immersos sovint en situacions perilloses, en les quals havien de dominar el seu comportament. Les ensenyances del zen els donaven els recursos necessaris per a conservar l'equilibri interior davant de qualsevol situació.

El comportament dels *bushis* estava regit per un Codi d'Honor, conegut amb el nom de *bushido* (camí del guerrer). A la majoria d'arts marcial es tracta d'una ètica, d'un estat de l'esperit transmès de generació en generació, de mestre a deixeble.

Aquesta manera de pensar i aquest codi ètic dels samurais (*bushis*, guerrers) va traslladar-se als diferents estils de lluita que conformaren posteriorment les arts marcial que coneixem actualment. Aquests estils de lluita podien ser amb armes, anomenats *bujutsu* (literalment: arts de guerra), amb diferents modalitats *kenjutsu* (art de l'espasa), *kuyjutsu* (art del tir amb l'arc), *sojutsu* (art de la llança), etc. I la lluita sense armes, anomenada *jujutsu* (art de la flexibilitat).

És evident que el Judo ha estat influenciat per les arts marcial, fins i tot es podria qualificar d'art marcial. Etimològicament el mot "arts marcial" vol dir "arts de guerra" en record de la divinitat Mart, Déu de la guerra a la mitologia romana. Molts esports moderns inspiren aspectes bèl·lics, per exemple els escacs recorden el desenvolupament d'una batalla, així com molts esports d'equip també mostren

semblances amb elements característics de les guerres, on els dos equips fan el paper dels exèrcits, amb colors, escuts, guanyadors, vençuts, etc.

El terme modern “arts marcial” engloba una sèrie de pràctiques de lluita originàries d’orient amb un fons filosòfic i espiritual que les separa una mica dels esports de lluita moderns. Algunes d’aquestes pràctiques, com el judo, el karate o el taekwondo, han desenvolupat un procés “d’esportivització” (Villamon, 1999), s’han reglamentat i s’han institucionalitzat. Moltes altres disciplines no han seguit aquest camí; per tant, no es poden assimilar com esports de lluita, ja que no tenen cap reglamentació ni organitzacions institucionals; a més, el seu objectiu principal no és la competició sinó altres motivacions ètiques i espirituals. D’aquesta manera, es pot afirmar que molts dels esports de lluita d’origen oriental tenen el mateix origen que les arts marcial; en canvi, no es pot dir que el concepte d’art marcial equivalgui a esport de lluita, ja que moltes d’aquestes activitats no compleixen els requisits per a ser considerades com a esports, és a dir, no són activitats motrius reglamentades i institucionalitzades (Parlebas, 1988).

Tornant a les idees del principi, cal destacar que les influències d’aquest codi ètic dels guerrers japonesos sobre les pràctiques esportives actuals s’han hagut d’adaptar a una societat moderna. S’ha de reconèixer que la societat feudal japonesa era sectària, amb una obligatòria submissió a les classes superiors i una subordinació absoluta al mestre. Aquest tipus de pensament, portat a terme d’una manera radical, no tindria cabuda en la societat actual, per tant, s’ha de considerar la possibilitat que els valors primitius de les arts marcial s’han d’adaptar a les característiques de la mentalitat actual i sobretot a la mentalitat occidental.

Segons Velázquez (2001), l’esport ha incorporat, de manera més o menys intencionada, les funcions de la ideologia dominant, i ha adoptat un marc ètic de conducta adequat a les necessitats sociopolítiques de les classes dirigents. Aquest fenomen s’aprecia especialment en el cas del judo, ja que, en el moment de la seva aparició, la restauració *Meiji* a meitat del S. XIX, portà el Japó cap a la civilització occidental i a la modernització del país. Va ser un moment de gran obertura on les influències humanistes i racionalistes van tenir un paper molt important en l’orientació del judo, clarament dins de l’àmbit educatiu, sense limitar-se als aspectes físics sinó volent aconseguir objectius més elevats.

De la mateixa forma (Velázquez, 2001), es va difondre l’esport a les *Public Schools* de l’Anglaterra del S. XVIII, fet que va constituir una poderosa forma de introduir determinats valors entre les classes dominants. Així, per exemple, a partir de la reglamentació, cada cop més minuciosa, de cada modalitat esportiva, l’èmfasi que es posava en algunes qüestions morals com respectar les regles del joc i les decisions del jutges, acceptació de la derrota..., va contribuir a la formació d’autèntics codis de conducta que caracteritzaven la pràctica dels nous esports, però també distingien el que havia de ser un cavaller.

No obstant això, tot i que el judo en els seus inicis es va desenvolupar en un clima intel·lectual liberal, durant el període prebèl·lic de la Segona Guerra Mundial, els militars van tornar al poder, i van submergir de nou la societat japonesa en el totalitarisme, i van utilitzar el judo i les activitats del *budo* per als seus objectius marcial. Després de la guerra, sota la tutela dels nord-americans, va quedar prohibida la pràctica de qualsevol art marcial, l'única possibilitat de pràctica era adoptant les característiques dels esports. A partir d'aquí, el judo experimenta un procés d'esportivització que és el que coneixem a l'actualitat.

Per què es pot educar a través del Judo?

Sembla una paradoxa intentar educar a través d'un esport de lluita com és el judo. En principi, la lluita té com a objectiu sotmetre, dominar, ferir o destruir a l'adversari i té la seva màxima expressió en la guerra (Torres, 1999). Sembla difícil relacionar els valors humans afins a la pau, la justícia i el respecte amb els principis anteriors, però la finalitat del judo és completament diferent. Molts mestres de *jujutsu* van ser capaços de reconduir els impulsos agressius de la lluita cap a mitjans creatius que es podien utilitzar en el difícil camí de la vida diària. Els valors del *bushido* i de l'antiga filosofia oriental agafen una orientació exclusivament humanista i pragmàtica i són utilitzats per al desenvolupament i millora de l'individu i del grup social.

La Federació Francesa de Judo té un Codi Moral (Jazarin, 1974) inspirat en els valors del *bushido* i posa de manifest com ha d'actuar en tot moment una persona que practica judo:

- Cortesia: És demostrar respecte pels altres.
- Coratge: És mantenir la fermesa davant del que es considera just.
- Sinceritat: És expressar-se sense ocultar pensaments.
- Honor: És mantenir la paraula donada.
- Modèstia: És la virtut de moderar les accions externes (com la vanitat).
- Respecte: És el sentiment de reverència envers algú.
- Autocontrol: És mantenir la calma quan apareix la ira.
- Amistat: És el més pur de tots els sentiments humans.

Tal com estan definits els valors anteriors, s'ajusten als principis ètics que fonamenten les actituds i normes de qualsevol societat. Segons Torres (1999), complirien les expectatives compartides pels membres d'un grup social. Segons aquest autor, es distingeixen dos tipus de normes: internes i externes. Les primeres se les imposa cadascú i el Codi Moral de la Federació Francesa seria un exemple de les recomanacions que fa a tots els seus practicants en aquest sentit. Les segones, és a dir, les normes externes, vénen donades des de fora i, en aquest sentit, el judo també proposa una sèrie de preceptes d'etiqueta i cerimonials que condicionen la seva pràctica i incorporen d'alguna manera la seva càrrega educativa: indumentària, higiene, ubicació en l'espai, ordre, control i respecte.

En principi, es podria pensar que la finalitat del judo és combatre. El camí per arribar-hi és el que realment educa, la preparació per a poder aconseguir lluitar està plena de dificultats, l'esperit i el cos han d'actuar junts i, per tant, es necessita un equilibri mental. Aprendre les tècniques de llançament, que consisteixen a projectar sobre un tatami un company, exigeix un gran rigor i un gran domini del cos. El camí cap a l'aprenentatge imposa un intercanvi, un ajut mutu; primer projecto el meu company i després ell em projecta a mi, els dos hem de procurar vetllar l'un per l'altre.

Per fer judo es necessiten dues persones i és evident que hi ha d'haver confiança entre elles, sobretot del que cau i és el subjecte passiu de l'aplicació de les tècniques. Durant la pràctica d'aquest esport, els rols canvien constantment: quan la persona que era projectada passa a desenvolupar l'acció de llançar el seu company, aquest és el moment en què es converteix en el responsable de la seva integritat física. La personalitat dels judoques es desenvolupa mitjançant la responsabilitat i la confiança.

L'estrès produït per la participació en una acció de combatre no ha de ser de cap manera una experiència negativa. En el judo es viu d'una manera natural, i el valor educatiu que té aquesta experiència supera amb escreix moltes accions portades a terme a l'educació tradicional. La tensió viscuda en un combat o en una competició de judo prepara l'infant per a futures situacions d'estrès i tensió que inevitablement haurà d'afrontar a la seva vida d'adult. Aquests moments són situacions d'una intensitat emocional molt gran, i les adaptacions produïdes ajudaran a superar situacions futures. Però, malgrat tot això, el combat i la competició no són els objectius finals del judo, són simplement un mitjà per assolir el judo.

S'ha de tenir en compte que l'acció de combatre no ha de representar cap angoixa per als practicants, ha de representar una forma de gaudir de l'esport, ha de servir perquè l'individu es conegui més a fons, perquè li permeti prendre consciència de la seva evolució i de les seves possibilitats. Mai s'ha de forçar un practicant a fer un combat si realment no estem segurs que representarà una experiència positiva per a aquesta persona.

El judo és una eina d'integració molt efectiva. En primer lloc, les classes de judo faciliten la pràctica a tot tipus d'alumnes, sense tenir en compte la seva morfologia, pes, talla, etc. El seu ensenyament i la seva pràctica és adient per a tot tipus d'infants, inclosos aquells que no s'han adaptat a altres tipus d'activitats per diverses raons (pes excessiu, poca alçada...) o que requereixen qualitats motrius molt específiques. La divisió per pesos i l'ampli ventall de tècniques fa que el judo es pugui adaptar a la diversitat existent en el món dels infants i que cadascun cerqui el camí més convenient del seu desenvolupament en l'àmbit del judo.

La integració no es produeix només segons les característiques morfològiques dels alumnes; hi ha estudis i experiències que expliquen com han utilitzat el judo amb diferents col·lectius:

A l'Escola Wielandstraße d'Hamburg (Behnke i Roth, 2002), es va portar a terme una experiència d'integració d'immigrants a partir de jocs de col·laboració i cooperació, amb l'objectiu de suavitzar les tensions entre les diferents ètnies; aquesta proposta no va gaudir de cap acceptació, sinó que va servir per aguditzar les tensions de manera que semblava impossible impartir una classe. Es va pensar a utilitzar els esports de lluita on el contacte físic té un component molt gran. "...Així, doncs, es van traslladar els alumnes de la classe cooperativa d'esport de distanciament corporal a una modalitat de lluita amb gran acostament físic". Precisament la lluita, amb el seu enorme ús corporal, i alhora amb el seu alt nivell de reglamentació i domini dels moviments corporals, va tenir un èxit molt important. El fet d'haver de complir unes regles va fer que els alumnes se sentissin en igualtat de condicions, ja no comptava la pertinença a un grup social, sinó la seva pròpia capacitat.

La Comunitat Valenciana compta amb un programa d'integració del autistes a través del judo, finançat al complet per l'Obra Social de la Caixa d'Estalvis del Mediterrani (CAM). Segons el Judo Ucevista (2004), l'autisme es caracteritza per una falta de relació amb l'entorn més immediat i provoca importants deficiències de comunicació. La pràctica del judo és enormement motivadora i aconseguen que l'infant autista es deixi anar plenament sense reserves a l'acció del propi joc, aportant les seves pròpies solucions i no les suggerides pels adults.

La Universitat de Quebec (Bordeleau i Morency, 1998) ha desenvolupat uns programes d'investigació sobre "Prevenició de problemes de comportament a l'escola per mitjà del judo i de la relació de suport". L'objectiu del programa era la reducció de l'agressivitat mitjançant un drenatge de l'energia negativa. Aquesta investigació proposa el judo com a activitat esportiva que permeti als adolescents exterioritzar un excés de frustració. Els resultats demostren que el judo permet alliberar molta energia i, d'aquesta manera, canalitzar l'excés d'agressivitat i altres conductes negatives.

El judo s'ha convertit en un agent d'integració dels discapacitats visuals. L'ONCE fa temps que desenvolupa programes de pràctica del judo per a invidents. Els Jocs Paralímpics tenen en la competició de judo una de les seves proves més emblemàtiques. Les característiques d'aquest esport fan que, a través de les sensacions kinestèsiques i propioceptives, es pugui prescindir del sentit de la vista i el pugui practicar persones cegues amb total autonomia.

A part dels valors que transmet el judo, que es poden utilitzar a l'àmbit educatiu, i la facilitat integradora que incorpora la seva pràctica, tal com s'ha intentat demostrar amb els exemples anteriors; el judo té més virtuts, aquesta vegada a l'àmbit motriu. En general, els practicants d'aquest esport adquireixen una riquesa d'habilitats i destreses que poden fer servir en diferents activitats esportives. Un exemple de les transferències que es produeixen entre el judo i altres esports (Curto, Morales i González, 2002) es troben a les acrobàcies i les habilitats gim-

nàstiques en què s'aprofiten patrons motors similars produïts a les relacions aèries, girs del tronc, inversions del cos, etc., que moltes vegades es troben a les projeccions del judo. També es troben transferències amb els esports col·lectius, aquesta vegada centrades a les situacions motrius produïdes en algun d'aquests esports, on s'han de prendre decisions i hi ha petits enfrontaments 1 contra 1, així com accions de contacte: bloqueig (handbol, bàsquet) o placatge (rugbi).

Per concloure i posar de manifest les virtuts educatives del judo, cal destacar el reconeixement de les institucions envers aquest aspecte. La UNESCO reconeix el judo i en recomana la pràctica en edats infantils a causa dels seus beneficis en el desenvolupament dels infants. Més del 90 % de centres universitaris que imparteixen els estudis de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport incorporen el judo amb més o menys càrrega lectiva dins del seu pla d'estudis. En definitiva, el que s'ha volgut en aquestes línies és subratllar el caràcter formatiu del nostre esport, fer veure que l'expressió: "judo, una escola de la vida" té algun sentit, i que, com a principi universal, això vol dir que qualsevol situació que es presenta a la vida quotidiana es pot afrontar amb els principis que ensenya el judo.

REFERÈNCIES.

- Behnke, U.; Roth, H.J. (2002). Immigració i escola: experiències d'integració a Hamburg. *Apunts d'Educació Física i Esports*, (68), 50-56.
- Bordeleau, C.; Morency, L. (1998). *Prevenió de problemes de comportament a escola per mitjà del judo i de la relació de suport*. Llibre d'actes del VII Congrés Mundial d'esport per a tothom. Barcelona.
- Carratalà, V.; Carratalà, E. (1999). El judo y la socialización deportiva. En Villamón et al., *Introducción al judo* (p. 167-181). Barcelona: Ed. Hispano europea.
- Jazarin, J.L. (1974). *Le judo, école de vie*. Paris. Ed. Le Pavillon.
- Judo Ucevista (2004). *El judo considerado por la UNESCO como deporte ideal para niños* (en línia). Accesible a <http://www.ucv.ve/judo/Info2004/judie2.htm>. (consulta 10-10-2004)
- Morales, J.; Curto, C.; González, L.M. (2002). Proposta multidisciplinària dels esports de lluita al currículum d'educació física. En *Llibre d'actes del V de Ciències de l'Esport, l'Educació Física i la Recreació*. Lleida. Edita INEFC.
- Nowak, M. *El judo, la seva mentalitat*. Document inèdit traduït per Maurici Casasayas.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga. Colección Uniesport- Junta de Andalucía.
- Thabot, D. (1999). *Judo óptimo*. Barcelona. Ed. Inde.
- Torres, G. (1999). Aspectos actitudinales de la participación en el judo: la etiqueta. En Villamón et al., *Introducción al judo* (p. 219-234). Barcelona: Ed. Hispano europea.
- Velázquez, R. (2001). El deporte moderno. Consideraciones acerca de su génesis y de la evolución de su significado y sus funciones sociales. *Efdeportes revista dig-*

ital, (36), Recuperat el 18 de octubre de 2004 a <http://www.efdeportes.com/efd36/deporte2.htm>

- Villamón, M.; Espartero, J. (1999). La lucha en Oriente: el significado de "do". En Villamón et al., *Introducción al judo* (p. 55-101). Barcelona: Ed. Hispano europea.

ABSTRACT

Aunque pueda parecer paradójico, la educación a través del judo es un hecho. En este artículo se intenta explicar cómo el judo nació con una clara vocación educativa, en qué contexto se desarrolló y qué aplicaciones se están realizando en la actualidad. La fuerza integradora que el judo posee en múltiples ámbitos así como la carga de valores morales que implica su práctica deportiva quedan demostradas en las experiencias que se explican a continuación.

• • • •

It seems a paradox, but education through judo is a fact. This article aims at explaining how judo was born with a clear educational vocation, what context it developed in, and its current applications. The integrating power of judo in many fields is shown in experiences explained later, as well as the moral values that the practice of this sport involves.

• • • •

Cela semble paradoxal mais l'éducation à travers le judo est une réalité. Cet article tente d'expliquer comment le judo est né avec une vocation éducative évidente dans le contexte de laquelle il s'est développé. Il détaille par ailleurs les applications actuellement mises en place. La force d'intégration du judo dans de nombreux domaines est démontrée dans les expériences qui seront expliquées plus loin tout comme la charge des valeurs morales qu'implique ce sport.

• • • •