



FEDERACIÓN EXTREMEÑA  
DE KARATE  
C.I.F. V-10108496

C/ Pierre de Coubertin, s/n  
10005 CÁCERES  
Tel./Fax 927 62 96 43  
[info@fexkarate.com](mailto:info@fexkarate.com)  
[www.fexkarate.com](http://www.fexkarate.com)

## **CURSO DE MONITOR JUDEX 2011/2012** **ESPECIALISTA EN KARATE**

El curso de Monitor JUDEX “Especialista en Karate” es un programa dirigido fundamentalmente, a l@s técnic@s de las diferentes Entidades Deportivas de Extremadura en que se practica Karate, en el que tendrán cabida l@s Licenciad@s en Ciencias del Deporte, Diplomad@s en Educación Física, alumn@s provenientes del Ciclo Formativo T.A.F.A.D., y l@s responsables del Área de Deportes de Ayuntamientos y Mancomunidades que estén interesados en mejorar su conocimiento sobre la modalidad deportiva del Karate.

En este cuarto curso “Monitor Judex” encuadrado dentro de las actividades formativas de la Federación Extremeña de Karate y D.A. para la temporada 2012, buscamos seguir formando y ahondando en el conocimiento del Karate, dentro del marco JUDEX, en el que se desarrollan labores de enseñanza y perfeccionamiento de l@s jóvenes deportistas extremeños en la modalidad de Karate, en este caso, de una manera totalmente lúdica y divertida .

Organización del curso: El curso constará de dos bloques de conocimiento:

- Bloque Común: De 10 horas de duración, será impartido los técnicos de la Dirección General de Deportes de la Consejería de los Jóvenes y el Deporte y gestionado por el Centro Extremeño de Formación Deportiva (CEXFOD).

- Bloque Específico: De 20 horas de duración será impartido por un técnico debidamente cualificado de esta Federación Extremeña de Karate y D.A, Cinturón Negro Sexto Dan y Entrenador nacional de karate. La fecha de realización, está prevista para los días 28 y 29 de Enero de 2012, en horario de mañana y tarde (De 09 a 14,00 horas y de 16 a 21,00 horas) en el Pabellón Multiusos “Ciudad de Cáceres”

El curso tendrá un marcado carácter teórico-práctico, con una duración total de 30 horas lectivas, distribuidas en dos Bloques:

- 10 horas el Bloque Común.
- 20 horas el Bloque Específico.

Contenidos Bloque Específico:



C/ Pierre de Coubertin, s/n  
10005 CÁCERES  
Tel./Fax 927 62 96 43  
[info@fexkarate.com](mailto:info@fexkarate.com)  
[www.fexkarate.com](http://www.fexkarate.com)

FEDERACIÓN EXTREMEÑA  
DE KARATE  
C.I.F. V-10108496

## **CURSO DE MONITOR JUDEX ESPECIALISTA EN KARATE 2011/2012**

Desarrollado por la Federación Extremeña de Karate  
BLOQUE ESPECÍFICO 20 HORAS: 4 jornadas de 5 horas

### **CONTENIDOS BLOQUE ESPECÍFICO**

#### **- 1ª jornada**

Organización y estructura de la competición JUDEX.  
Modalidades y categorías de competición  
Normativa y arbitraje

#### **- 2ª jornada**

Justificación de la actitud lúdica en el contexto deportivo.  
Los contenidos de la Educación Física de Base en el marco deportivo infantil.  
Encuadre y extrapolación de dichos contenidos a los contenidos propios del karate infantil.

#### **- 3ª jornada**

Exposición y análisis de los Métodos docentes en la formación deportiva en general y del karate en especial.  
Recursos y estrategias en la formación deportiva dentro del karate infantil  
Prácticas

#### **- 4ª jornada**

La planificación deportiva en el karate infantil: Objetivos y contenidos  
Análisis de las Actitudes, Valores y Normas dentro de la formación deportiva infantil.  
Prácticas

Evaluación: Serán requisitos imprescindibles para superar el curso:

- Elaboración de un trabajo práctico sobre la planificación deportiva del karate infantil.
- Asistencia al total de horas lectivas del curso
- Evaluación continua mediante la participación activa del alumnado en el global de las jornadas, valorándose positivamente las aportaciones realizadas en las diversas actividades propuestas (Comunicaciones, coloquios, dinámicas, etc.)

Cáceres, 11 de Noviembre de 2011

**Adela Durán Iglesias**  
**Secretaria de la F.EX.KARATE**