

ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR JUDO PSICOMOTRICIDAD -INICIACION AL DEPORTE

En el mes de Octubre se reinician las clases de Judo. El objetivo de la actividad es acercar este arte marcial a todos, independientemente de la edad, sexo o condición física. Nuestro método es utilizar el Judo como herramienta educativa, como complemento a la formación integral de los niños.

| HORA | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|----------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 12:30 13:30 | | | JUDO MATERNAL (VALVERDE) | | JUDO MATERNAL (VALVERDE) |
| 12:50 13:50 | | JUDO SECUNDARIA (VANESA) | | JUDO SECUNDARIA (VANESA) | |
| 14:00 16:00 | | | | | PSICOMOTRICIDAD - INICIACION AL DEPORTE MATERNAL (VANESA) |
| 14:00 15:00 | | | | | JUDO CP – CE1 (VALVERDE) |
| 16:00 17:00 | JUDO CP – CE1 (VALVERDE) | JUDO CE2-CM1-CM2 (VANESA) | | JUDO CE2-CM1 CM2 (VANESA) | |

El objetivo de las actividades es:

- INICIACION AL JUDO: Dirigido a alumnos de GSM (3º E.I):** lo más importante es que aprendan a dominar su cuerpo, que aprendan a conocer las posibilidades que su cuerpo tiene de hacer gestos y desplazamientos habilidosos. Con un trabajo extenso de ejercicios de Judo, los niños van cogiendo confianza en sí mismos y son capaces de poder iniciarse, por medio de juegos, a las técnicas fundamentales de judo.
- JUDO INFANTIL I: Dirigido a alumnos CP Y CE1 (1º y 2º E.P.)**
 En este grupo los alumnos comienzan a practicar, junto a otros juegos de psicomotricidad, ejercicios específicos de judo; técnicas sencillas que no tienen ningún peligro y siempre en un ambiente de respeto a los demás compañeros.
- JUDO INFANTIL II: Dirigido a alumnos de CE2, CM1 Y CM2 (3º, 4º y 5º E.P)**
 En este grupo los alumnos se inician a técnicas más avanzadas, los juegos ceden su sitio a los aprendizajes más profundos de las técnicas, los combates y fundamentos del judo.
- JUDO JUVENIL: Dirigido a alumnos de SECUNDARIA:** Practicar deporte, aprender a defenderse y divertirse. Preparar a los alumnos para la obtención del cinturón negro. Detectar posibles talentos deportivos y prepararlos para la competición.
- PSICOMOTRICIDAD-INICIACION AL DEPORTE: dirigido a alumnos de GSM:** En este nivel trabajaremos las habilidades motrices básicas, tanto las condicionantes: velocidad, fuerza y flexibilidad, como las coordinativas: coordinación, equilibrio y agilidad. Además desarrollarán capacidades socio-afectivas en el niño/a, a través de juegos cooperativos y deportes de equipo. Los niños trabajarán los diferentes deportes obteniendo una amplia base física y psicomotriz y el desarrollo de las facultades físicas y sociales.



CLASES IMPARTIDAS POR:



Don Jose Alberto Valverde
 8º DAN de Judo
 Entrenador Nacional INEF
 Maestro Nacional de Judo
 50 años de experiencia en docencia de judo
 Profesor de Judo en Liceo Francés desde 1965

Vanessa Arenas Comerón
 Cinturón negro 4º dan
 Entrenadora autonómica
 Campeona de España
 Bronce europeo 2007
 Quinta clasificada mundial
 Olímpica en Sídney

