



ACTIVITYGO!  
events

## PROGRAMA ARTES MARCIALES PARA EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA



MARIANO MUÑOZ

DIRECTOR DE ORGANIZACIÓN

TELÉF.: 638307766

MAIL:ACTIVITIGOTA@GMAIL.COM

WWW.ACTIVITYGOEVENTS.COM

## INDICE

JUSTIFICACIÓN	3
OBJETIVOS	4
METODOLOGÍA	5
ESPECIALIDADES	6

## JUSTIFICACION

Las artes marciales no siempre han gozado de la buena fama que tienen hoy en día. Aquellos que se limitan a mirar por la ventana solo aprecian gente pegándose y volcando toda su agresividad en un compañero. Pero, como suele decirse, las apariencias engañan.

Las artes marciales combinan el deporte con una alta carga filosófica, promoviendo valores fundamentales, como respeto, compañerismo, disciplina y autocontrol, además del gran impacto que tienen en la salud física y mental. Su práctica nos enseña una serie de técnicas, tácticas y movimientos creados para el ataque y la defensa en combate. Sin embargo, al mismo tiempo, las artes marciales se apartan de la mera violencia física y se adhieren a un código de conducta o filosofía de vida de origen ancestral.

Además, hay una gran variedad de ellas, generalmente de procedencia oriental, siendo tres las disciplinas que abarcaremos al comienzo de este proyecto: **judo y defensa personal**.

Para llevar a cabo este proyecto contamos en judo y karate con escuelas de artes marciales cuyos profesores tienen la titulación de Maestro Nacional, 4os 5os Danes de la especialidad. En cuanto a defensa personal, nuestros profesores son opositores a cuerpos y fuerzas de seguridad del estado, todos ellos expertos en la docencia, acostumbrados al trato con los niños, dinámicos y activos. Todo con el objetivo de poder abarcar todas las necesidades del alumno, desde el que asista a clase solo para divertirse y aprender, como el que busque además un desafío a través de la competición.

## OBJETIVOS

Buscar el desarrollo integral del niño en la disciplina elegida, tanto a nivel deportivo, como físico y mental.

Desarrollar los valores esenciales asociados a estos deportes: Respeto, disciplina, autocontrol, trabajo en equipo y superación personal.

Fomentar un clima de trabajo donde la colaboración sea primordial y todos se ayuden a avanzar y progresar.

Aumentar la confianza y autoestima de los alumnos.



## METODOLOGÍA

Las artes marciales se caracterizan por la férrea enseñanza de sus valores principales: respeto, disciplina y autocontrol. El respeto es el valor fundamental de las artes marciales. Desde el primer día los alumnos van aprendiendo que el tatami, el material, los compañeros y el profesor están para ser cuidados y tratados como a uno mismo. La disciplina implica compromiso y responsabilidad. En la vida las cosas se consiguen mediante el esfuerzo y la perseverancia, dos factores vitales en el aprendizaje de estos deportes.

Todo ello motivado desde un aprendizaje colectivo. La enseñanza de estos deportes viene motivada desde el trabajo en equipo, donde es imposible progresar sin colaborar con los compañeros, y estos a su vez también me necesitan para avanzar. Este hecho, acompañado e impulsado por la labor del profesor fomentan que los propios alumnos sean a la vez maestros y alumnos. Maestros porque los que más saben transmiten su conocimiento a los nuevos, y porque entre iguales se aconsejan y comparten su experiencia de aprendizaje, y alumnos porque cada día siguen progresando con las enseñanzas del profesor, y la experiencia de todos los compañeros.

En este clima de enseñanza siempre buscamos la innovación, la manera de aunar lo tradicional de estos deportes con nuevas maneras de planificar y enseñar los contenidos necesarios para avanzar en la actividad, siendo una de esas maneras el juego. A presentar los ejercicios, técnicas, y movimientos mediante juegos y actividades más lúdicas los alumnos van avanzando sin tener esa percepción de dojo tradicional, pero sin dejar de lado los valores intrínsecos del deporte que practican.



## ESPECIALIDADES

### JUDO

Es un arte marcial de origen japonés cuyo principio es el de usar la fuerza de tu oponente a tu favor para proyectarlo e inmovilizarlo mediante movimientos y técnicas. Además, la **UNESCO** declaró el judo como el mejor deporte para niños de 4 a 12 años.



### DEFENSA PERSONAL

Esta disciplina aúna movimientos y estilos de distintos artes marciales para aplicarlos en situaciones prácticas que se podrían dar en la vida real, tanto dentro como fuera de entorno escolar.