

Prowadzimy zapisy do sekcji MINIJUDO



Najmłodszy adepci judo w Rzeszowie na zajęciach "MINI JUDO" 3,4 latki w UKS Akademii Judo Rzeszów. Najmłodszy adepci judo ćwiczą na sali wyścielonej matą do judo i tak zabezpieczonej, żeby uchronić maluchy przed urazami. Dzieci w wieku 3-4 lat zawsze były odsyłane z zajęć dla starszaków z kwitkiem.

Grupa mini judo udowadnia, że już w tym wieku można uprawiać sport.



Najmłodszy adept judo w naszej Akademii to Igor, który ma 2 latka i 9 miesięcy i świetnie sobie radzi na zajęciach.

Podczas zajęć dzieci uczą się i doskonalą naturalne odruchy, wzmacniają swoje organizmy poprzez ćwiczenia i elementy gimnastyczne (przewroty itp), ćwiczenia z mocowaniem. Uczą się także upadać, co w wieku, w którym poznają świat, pozwoli im uniknąć złamań stłuczeń oraz otarć.

Judo ćwiczy charakter. Rozwija je poprzez:

1. Etykietę i stabilność emocjonalną.
2. Dziecko przekonuje się, że aby dojść do czegoś, poprawnie wykonać technikę, czy osiągnąć wynik sportowy, należy wiele razy powtarzać to samo ćwiczenie.
3. Dzięki judo dzieciaki uczą się określać kierunek działania. Powinny wiedzieć, co robią i dlaczego.
4. Etykieta judo, wszystkie ukłony, przywitania i pożegnania – uczy szacunku dla drugiej osoby. Nigdy nie wiadomo, w czym nasz przeciwnik jest lepszy. Nie wiemy, w jakiej sytuacji i kiedy spotkamy się z nim ponownie.
5. Judo uczy stabilności emocjonalnej – tego, że sensowniej jest z dystansem spojrzeć na problem niż poddawać się chwilowym emocjom.

Zapraszamy wszystkich rodziców z dziećmi do przyścia zapoznawczego na zajęcia. W tym celu prosimy umawiać się na telefon pod numer +48 506 803 963 lub drogą mailową

marcinpasko@interia.pl Adres poczty elektronicznej jest chroniony przed robotami spamującymi. W przeglądarce musi być włączona obsługa JavaScript, żeby go zobaczyć. , wypełniając formularz zgłoszenia

FORMULARZ ZGŁOSZENIA

Judo sportem dla mojego dziecka ? - Artykuł UKS AKADEMII RZESZÓW