

## ACTIVITAT JUDO

Localització i calendari: L'activitat es realitzarà al gimnàs.

Tots els dijous de 17:30 a 18:30 h. a mitjans i grans.

Tots els dimecres de 16 a 17 h. a petits.

### PROJECTE D'ESPORT A L'ESCOLA: VINE A JUGAR A JUDO!

El Club Judo Barcelona nord neix el 2012 com a resposta a la demanda d'alguns entrenadors i professors de judo catalans que tenen ganes d'emprendre projectes junts.

Actualment, el Club Judo Barcelona nord compta amb tècnics titulats, oficials en organització esportiva i gran quantitat de voluntaris que s'encarreguen de la gestió esportiva d'aquest esport en escoles, centres esportius municipals o, fins i tot, a la Federació Catalana de Judo i D.A. PROJECTE

Tenint en compte que la UNESCO va declarar el judo com a millor esport formatiu per infants de 4 a 21 anys, el Club Judo Barcelona nord presenta aquest projecte amb la intenció d'apropar el nostre esport a les escoles, aprofitant i potenciant el desenvolupament físic i cognitiu que el judo ens ofereix sobre els nostres alumnes.

ETAPA D'INTRODUCCIÓ Destinatari: Alumnes d'educació infantil i primer cicle de primària.

Temporalització: 1 sessió per setmana de 60'. Objectius principals: Desenvolupar adequadament les habilitats motrius bàsiques, consolidar la lateralitat i la coordinació i fomentar l'estimulació cognitiva de l'infant. Altres objectius: Assolir hàbits d'integració, responsabilitat i autonomia. [www.judobcn.com](http://www.judobcn.com)