



Programa Arts Marcials



Els beneficis de la pràctica de les **Arts Marcials** pels xiquets i xiquetes són múltiples i coneguts. El **Karate, Judo, Tae Won do, Tai Ji**, proporcionen ferramentes lúdiques que completen el desenvolupament socioemocional i **físic**, aprofundint en el desenvolupament **psicomotriz**.

Servixen per a canalitzar i utilitzar l'energia de forma adequada i comporten implantada una filosofia que es fonamenta a tindre el respecte pel company, ajudant a disminuir l'agressivitat i millorar l'autoestima. Exercita la concentració, genera respecte cap als altres i cap a un mateix, proporciona seguretat i autoconfiança...

Temporalització: Curs escolar d'Octubre a Maig. Horaris a convindre segons necessitats i formació de grups.

Ràtios : Mínim 10 participants per monitor-educador/a
 Máximo 20 participants per monitor-educador/a

Objectius Principals:

Desenvolupar **hàbits saludables** a través de l'activitat física.

Utilitzar, en la **resolució de problemes motrius**, les capacitats físiques bàsiques i les destreses motrius, tenint en compte les possibilitats i limitacions.

Fomentar **la socialització**, les relacions interpersonals i el **sentit de la responsabilitat** dels xiquets a través d'activitats cooperatives i de grup, acceptant les normes i regles que prèviament s'establisquen.

Enriquir el repertori motor a través de la pràctica de les **habilitats i tècniques** pròpies de cada disciplina.

INSTAL·LACIONS NECESSÀRIES:

La instal·lació ideal per a la realització de qualsevol d'estes activitats és el gimnàs escolar, amb un sistema de matalafets tipus "Tatami" imprescindible per a disciplines com el Judo.

Segons disciplines, es pot gestionar a més l'alta en les Federacions Esportives corresponents.

C/ Mestre Bagant, 19 baix
 46015 - València
www.forcuin.com

Teléfono: 96345 92 67
 Correo: forcuin@forcuin.com

