

CLASES DE KARATE

La practica del Karate en los niños, provoca una mejora del desarrollo psicomotriz aumentando el nivel de coordinación y mejorando cualidades como...elasticidad, velocidad , equilibrio, rapidez de reacción, fuerza, etc.

Por lo tanto, se obtiene un equilibrio psico-físico y afán de superación que les acompañará mucho tiempo y practicado a largo plazo genera una forma de vida.

OBJETIVOS:

-.conseguir coordinación a trabes del aprendizaje de las diferentes técnicas.

-.conocimientos básicos de defensa personal.

-.obtención de valores como:

**ORDEN - DISCIPLINA - COMPAÑERISMO.-
RESPECTO -AUTOESTIMA - TOLERANCIA -
RESPONSABILIDAD...ETC.**

METODOLOGIA:

-.a través de los katas se va progresando en técnica, coordinación y los niveles se representan por los grados (color del cinturón).

PROGRAMA TRIMESTRAL:

-.cada trimestre los alumnos tendrán que hacer los exámenes de grado correspondientes para pasar de cinturón,

-.el programa está diseñado para preparar los exámenes y superarlos