



PROPUESTA DE ACTIVIDAD POR PARTE DE LA ASOCIACIÓN CLUB DEPORTIVO ASHIHARA-KARATE PARA EL CURSO 26/27

CLASES DE KARATE EN EL COLEGIO PUBLICO BALMES DE VALENCIA

MARTES Y JUEVES DE 12.30 primer grupo y 13.15 segundo grupo. O según número de alumnos y coordinación con el comedor escolar. (INICIO MARTES 1 DE OCTUBRE)

CUOTA MENSUAL: 30 EUROS (Dos días) y 20 EUROS (Un día)

LUGAR: SALA USOS MULTIPLES DEL COLEGIO (gimnasio)

FORMA DE PAGO: INGRESO BANCARIO O PAGO EN EFECTIVO

GRUPOS: INICIO MINIMO 10 ALUMNOS, MAXIMO 20 ALUMNOS

TELEFONO DE CONTACTO: 655 368 548 WhatsApp

CORREO ELECTRONICO: joseromerosanchez06@hotmail.com

A continuación les detallo un breve resumen sobre la actividad a desarrollar y los beneficios que conlleva durante esta etapa infantil.

KARATE:

En esta actividad se iniciará a los niños-as en la práctica de este arte marcial japonés.

Se trata de una actividad eminentemente educativa. A través de este arte marcial se pretende trabajar en los niños-as el autocontrol, la estima y la confianza en sus propias posibilidades. Eso sí, siempre dentro de una disciplina que se basa sobre todo en el respeto a los demás (compañeros, padres, profesores...).

En el aspecto psicomotor es una de las actividades más completas a cualquier edad, siendo especialmente valiosa mientras dura el desarrollo del niño-a. Se trabajan de forma equilibrada la coordinación, el equilibrio, la fuerza, la resistencia..., a la vez que se enseña a apreciar y a defender lo más valioso que tenemos los seres humanos: La vida.

La edad óptima para el inicio en la práctica del Karate es a los **6 años** (1º de primaria), en este momento el niño-a será capaz ya de comenzar a desarrollar su

autonomía. Además, es un excelente momento para trabajar los aspectos psicomotrices, de relación con los demás, de higiene...etc.