

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Il Judo diventa materia di lezione al Liceo Galilei

Marco Tajè · Thursday, October 31st, 2019



Riceviamo e pubblichiamo:

Nato dalla volontà dell'insegnante di educazione Fisica prof. Tosto e dei suoi colleghi, ci siamo approcciati assieme agli altri insegnanti del Liceo sportivo Galilei di Legnano nel provare a portare la nostra disciplina, il JUDO alle varie classi collegate al progetto.

L'intento era voler far conoscere il judo in maniera semplice e in poche lezioni (5-6) per ogni classe in modo da valutare gli studenti nell'apprendimento di un'attività sportiva nuova per loro.

Con la Prof.ssa Milani, abbiamo iniziato nel mese di Ottobre questo percorso valutando una Classe Femmine di V.

[pubblicità] Abbiamo provveduto a comunicare loro, prima in una fase teorica il concetto principale del judo ossia JU (cedevole) e DO (via) dove DO in cinese TAO, e' la VIA che l'uomo percorre nella sua vita, percorre questa VIA porta ad un'evoluzione personale che assieme ad aspetti

Migliorano la disciplina e il rispetto delle regole.

Dopo aver sviscerato la parte teorica ci siamo dedicati ad eseguire una parte sportiva dedicando l'inizio delle lezioni facendo fare della ginnastica di riscaldamento e degli esercizi per avvicinare le ragazze alla prima fase fondamentale apprendendo le basi per cadere.



Cadute indietro, laterali e un inizio di caduta in avanti evidenziando le differenze dalla capriola sono servite ad avvicinare le ragazze al JUDO.

Abbiamo poi impostato alcune tecniche di base in piedi e a terra in modo da illustrare come nel JUDO si possa utilizzare tutto il ns. corpo.

Nell'ultima giornata abbiamo fatto dei test di apprendimento legato a quello che avevamo spiegato per dare un giudizio di valutazione alle ragazze, che devo dire si sono impegnate e mostrate attente ed interessate alle ns. spiegazioni avendo poi avuto da parte ns. un giudizio più che positivo sul lavoro svolto.

Il nostro compito fino a marzo del 2020 e' quello di proseguire in queste lezioni a diverse classi, sperando di lasciare un segno a questi ragazzi in modo che essi capiscano quanto lo Sport e in particolare modo il judo puo' creare delle generazioni di Persone che siano piu' consapevoli e rispettose nei confronti degli altri

Il presidente Ferdinando Bizzarri



This entry was posted on Thursday, October 31st, 2019 at 4:46 pm and is filed under [Arti Marziali, Legnano](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.