



Mala šola juda

Pridruži
se nam!

ZAKAJ
judo?

SPOŠTOVANJE DISCIPLINA IGRA
VZTRAJNOST
OSNOVE PADANJA SPRETNOST
MOTORIKA DRUŽENJE ZADOVOLJSTVO!

OSNOVNI NAMEN VADBE V MALI ŠOLI JUDA

- Razvijanje gibalnih sposobnosti otrok in osvajanje raznovrstnih gibanj.
- Usmerjanje agresivnosti s specifičnimi borilnimi igrami kjer se otroci naučijo obvladovati svojo agresijo in na miren način reševati konflikte.
- Učenje varnega padanja, z namenom preprečiti poškodbe tako pri vadbi kot tudi pri igri.
- Osvajanje osnovnih tehnik juda.
- Osvajanje etičnih načel juda – spoštovanje, pomoč šibkejšim in starejšim.
- Druženje in prijateljstvo.

KAKO POTEKA VADBA

- Vadba poteka skozi igro in je prilagojena sposobnostim otrok.
- Vadba se odvija v šolskih prostorih (telovadnicah) v času podaljšanega bivanja.
- Mlajše otroke (1. in 2. razredi) trenerji prevzamejo v razredih in jih po vadbi pospremijo nazaj.
- V programe Male šole juda je vključenih preko 1000 otrok.
- Vadba juda je namenjena tako dečkom kot deklicam.

KDO VODI VADBO

V programih Male šole juda deluje 8 redno zaposlenih trenerjev in 14 študentov Fakultete za šport. Vsi trenerji imajo licenco panožne športne z zveze in OKS-a za izvajanje vadbe.

VADBA POTEKA NA ŠOLI

TEKMOVANJA – ŠOLSKA JUDO LIGA

- Tekmovanja niso obvezna.
- Otroci tekmujejo v majhnih skupinah.
- Tekmovalne discipline so poligon – spretnostne vaje in borilne igre.
- Točkuje se seštevek obeh disciplin.
- Vsi tekmovalci so nagrajeni (medalje, diplome).

ŠPORTNI TABORI MALE ŠOLE JUDA

- V mesecu juliju potekajo tabori v Ravnah na Koroškem.

STANIČEVA 41, 1000 Ljubljana • URADNE URE V PISARNI: vsak delovni dan od 10:00 do 13:00 ure

TEL.: 051 306 306 • E-POŠTA: info@malasolajuda.si

TABORI: tabori@malasolajuda.si

VADNINE: vadbine@malasolajuda.si

www.malasolajuda.si