



Associação
cnpj 66995.110/0002-15

Kiai-Kan de Judô
inscrição isenta

Filiada a Federação Paulista de Judô

Rua Padre Conrado, 605 - Vila Santos Dumont

CEP 14.405-275 - Franca | SP

e-mail: associacaokiaikandejudo@hotmail.com - site: www.kiaikan.com.br

Fone : (16) 3722-5414



RELATÓRIO DE ATIVIDADES NOVEMBRO 2018

Equipe: Iniciação / Formação

Idade: 04 anos acima

Local Jd. Aeroporto

Dias: Terça e Quinta-feira

Horário: 18:00-19:00 iniciação

19:00-20:00

20:00-22:00 – formação

Professor: Dalton Romeu da Silva

Numero Participantes: 90 alunos

Descritivo da aula

18:00-19:00 / 19:00-20:00 hs.

Novembro foi feito treinamentos com foco nas competições e técnicas na intenção de obter resultados nas provas a serem realizadas.

As aulas e atividades compostas por atividades e interação entre as crianças, buscando sair das e os preparando para novas técnicas e partes teóricas que serão aplicadas nas aulas.

Iniciando-se com corridas, salto e alongamentos, logo após é aplicado alguns exercício ex.: (Rolamentos, Cambalhotas) no intuito de avaliar a coordenação motora de cada criança, após esse trabalho, iniciamos a aula pratica, com treinamento de movimentação e repetição de golpes, buscando a melhor adaptação de cada aluno e sempre inovando e aprimorando técnicas novas.

Para a segunda turma, o treinamento aplicado é mais técnico, execução de golpes e quedas com repetições para Lapidar as técnicas aplicadas, e trabalhando as técnicas de luta no solo (Ne-waza).

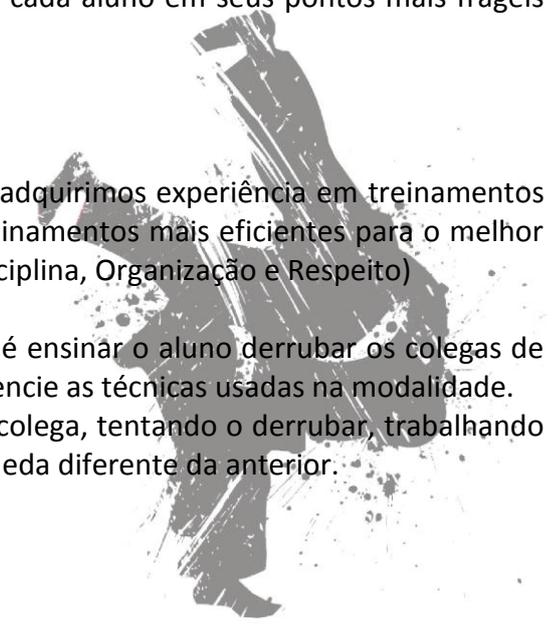
Técnica onde o atleta imobiliza o oponente, já visando Handoris (Combate) entre os alunos, para que adquiram conhecimento para competir e buscar aprimorar cada aluno em seus pontos mais frágeis visando um melhor resultado competitivo.

AULAS PRÁTICAS

Neste Mês de Novembro, aprimoramos técnicas e teorias, adquirimos experiência em treinamentos para buscar o melhor resultado futuro para cada aluno, treinamentos mais eficientes para o melhor desenvolvimento em técnicas e conhecimento do Judô. (Disciplina, Organização e Respeito)

Nos treinos aprimoramos técnicas de equilíbrio, o objetivo é ensinar o aluno derrubar os colegas de maneira segura e sem provocar lesões, e fazer com que vivencie as técnicas usadas na modalidade.

Ao comando os alunos vão a busca de empurrar e puxar o colega, tentando o derrubar, trabalhando ajoelhado, cócoras e de pé, fazendo com que ocorra uma queda diferente da anterior.





Associação
cnpj 66995.110/0002-15

Kiai-Kan de Judô
inscrição isenta

Filiada a Federação Paulista de Judô

Rua Padre Conrado, 605 - Vila Santos Dumont

CEP 14.405-275 - Franca | SP

e-mail: associacaokiaikandejudo@hotmail.com - site: www.kiaikan.com.br

Fone : (16) 3722-5414

柔道

20:00-22:00 – Formação

Com a Turma de formação, é aplicado uma carga maior nas atividades físicas, como corridas, flexões, agachamentos e abdominais, tendo assim um ganho de força, resistência e agilidade.

Também aplicação de repetições de variados golpes em series de maneiras diferentes, com atletas diferentes no biótipo (Alto, Baixo, Forte, Pesado e Rápido) , dando a ele um conhecimento mais amplos no treinamento e descobrindo suas qualidades e fraquezas a serem corrigidas visando melhor desempenho do aluno.

Dentro das possibilidades levando e recebendo atletas nos núcleos de treinamento, atletas com maior conhecimento para participar dos treinos e competições.

Neste mês tivemos também o nosso cerimonial de entrega de faixa. A Cerimônia de Entrega de Faixas é um momento importante tanto para o aluno que recebe a faixa quanto para o seu sensei que caminhou nesta jornada junto com o aluno, e é por este motivo que celebramos essa nova etapa dos nossos judocas!

METAS ALCANÇADAS NA INICIAÇÃO

Os trabalhos realizados, tem como fins uma maior interação entre as crianças, melhorando assim sua coordenação motora e disciplinar, finalizando com uma roda de conversa sobre os valores de frequência na escola e no DOJÔ, buscando assim respeito entre si.

Aprendizagem dos movimentos básicos e socialização do grupo.

Treino para a integração da equipe de formação com a equipe de rendimento, incentivando a se dedicarem mais, pois um é espelho do outro.

Incentivando a frequência na escola, pois somente é aceito nos treinos de acordo com a boa disciplina na escola tanto nas notas quanto na presença.

Devido à data de inicio do projeto os retornos dos alunos estão sendo gradativos, portanto o projeto segue este primeiro mês sem sua capacidade máxima.

Conclusões:

Conforme Termo de Colaboração contrato nº 0009/18, processo nº 015513/2018, as metas estão sendo atingidas tanto ao quantitativo quanto no qualificativo.





Associação Kiai-Kan de Judô
cnpj 66995.110/0002-15 inscrição isenta
Filiada a Federação Paulista de Judô
Rua Padre Conrado, 605 - Vila Santos Dumont
CEP 14.405-275 - Franca | SP
e-mail: associacaokiaikandejudo@hotmail.com - site: www.kiaikan.com.br
Fone : (16) 3722-5414

柔道

Fotos





Associação
cnpj 66995.110/0002-15

Kiai-Kan de Judô
inscrição isenta

Filiada a Federação Paulista de Judô

umont

kiaikan.com.br

柔道





Associação **Kiai-Kan** de Judô

柔道

