



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: Condomínio Bernardino Pucci – Bairro Campo Belo

Dias: segunda e quarta feira

Horário: 18:00-19:00 / 19:00-20:00 / 20:00-21:00

Professor: Pedro Inocência dos Santos

Numero Participantes: 70 alunos

Descritivo da aula

O mês de novembro, tivemos a primeira participação da turma do judô Campo Belo em campeonatos amistosos realizados na cidade de Ribeirão Preto. A competição foi concedida pela Associação Kiai-Kan de judô em parceria com a FEAC e Prefeitura de Franca. Participaram da “1° COPA SESC DE JUDO” e também participaram do “OPEN DE ENCERRAMENTO” campeonatos realizados pela “FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ”

Também mantemos o foco nos projetos extra curriculares que o judô oferece no campo belo. Participando de oficinas juntamente com o SESC, fizemos trabalhos de pintura para incentivar a criatividade das crianças de forma integrada. Com objetivo de incentiva-los a ter o desejo de sonhar e fazer-los acreditar que tudo é possível através da cidadania. Todo esse trabalho foi realizado juntamente com treinos físicos e teóricos em no tatame.

Mantendo as aulas com características básicas de treino, aquecimento: a primeira fase do treinamento que consiste em técnicas de exercícios aeróbicos, preparando a musculatura para o exercício propriamente dito de forma a evitar lesões e mantendo-os condicionados.

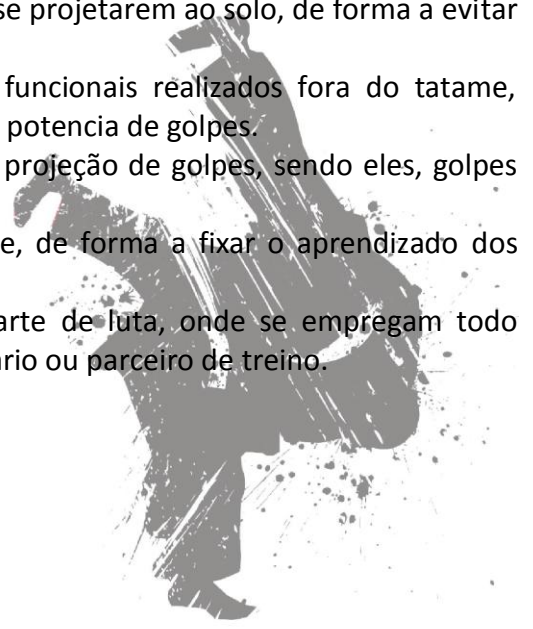
Técnicas de quedas, imobilização, projeção e rolamentos: segunda fase do treinamento, onde o objetivo principal lembrar aos alunos a maneira correta de se projetarem ao solo, de forma a evitar ao máximo o risco de lesões.

No treinamento físico os alunos conheceram movimentos funcionais realizados fora do tatame, treinos aeróbicos, de força e explosão para melhorar a força e potencia de golpes.

Parte Técnica do treinamento: Consistem principalmente na projeção de golpes, sendo eles, golpes de pernas, golpes de quadril, golpes de braço e imobilização.

E a parte Prática: Aplicação dos movimentos, repetidamente, de forma a fixar o aprendizado dos golpes.

Técnicas de aplicação de Handori, caracterizado como a parte de luta, onde se empregam todo aprendizado, com o objetivo de pontuar acima do seu adversário ou parceiro de treino.





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

Em algumas aulas no decorrer do mês foram desenvolvido aquecimento recreativo, que consiste em promover a maior integração do grupo, apoiando sempre a ideia de conscientizar as crianças sobre a importância do trabalho em equipe e o respeito ao próximo, e o principal a cidadania.

Metas atingidas: 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.

Tivemos o aumento da participação dos familiares dos alunos assim gerando uma melhor relação e interatividade entre todos.

Obs: Fizemos a ação social, uma visita nas residências do condomínio, levando informação e conhecimento sobre os ensinamentos de judô e cidadania. A visita foi realizada por toda a equipe (Professor e alunos) assim introduzindo a interação dos pais e dos alunos com a cultura judoística. Essa visita será realizada mensalmente.

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
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

Fotos





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



