

PIERWSZA KLASA SPORTOWA O PROFILU KARATE W SP1

Od 4 lat w Jedyńce z wielkim powodzeniem funkcjonują klasy sportowe o profilu gimnastyczno–tanecznym oraz pływackim. Dzieci już od pierwszej klasy Szkoły Podstawowej nr 1 w Swarzędzu rozwijają i doskonalą swoje umiejętności pod okiem wykwalifikowanych instruktorów. Idąc bardzo dobrze obraną i sprawdzoną drogą klas sportowych, Dyrekcja oraz Nauczyciele wychowania fizycznego naszej szkoły podjęli się wyzwania, utworzenia PIERWSZEJ KLASY SPORTOWEJ O PROFILU KARATE.

Rodzicu !!!!! Zapisując swoje dziecko do klasy sportowej o profilu karate, oddajesz swój nieoszlifowany diament w ręce doświadczonych instruktorów i nauczycieli. Wolnymi, małymi krokami dojdziemy do mistrzostwa !!!!! Jak mówi stare japońskie przysłowie: „NIE OBAWIAJ SIĘ KROCZENIA NAPRZÓD POWOLI. OBAWIAJ SIĘ STANIA W MIEJSCU.”

PODEJMIJ WYZWANIE !!!!!



Wyzwania, które niesie karate, podejmowane są zarówno przez ludzi posiadających predyspozycje do ćwiczenia tego sportu, jak i przez tych, którzy takiego daru nie posiadają. Człowiek, który ma szczęście je posiadać, zdarza się jeden na milion. Każdy, bez wyjątku, ma jakieś słabe strony, z którymi musi walczyć. Niektórzy są niscy, inni mają słaby wzrok czy mało giętkie ciało. Są ludzie z niedowagą i nadwagą. Są tacy, którzy mają krótkie nogi, inni znowu są bardzo słabi – to niekończąca się lista. Pomimo tych niedoskonałości ludzie podejmują wysiłek i zaczynają trenować KARATE, aby stać się silnymi i zdrowymi – mając aspiracje, by pokonać swoje słabości i ponieść trud na treningach KARATE. Ludzie Ci stają się niezwykle sprawni. To jest prawdziwe znaczenie KARATE – dążenie do mistrzostwa. „Jestem za niski!”, „Mam za krótkie nogi!”, „Mam zły wzrok!” – żadna z tych wymówek nic nie zmieni. Trzeba zacząć działać. Już sama myśl o przezwyciężaniu słabości, przekształca słabość w siłę. Nie każdy posiada ambicje, aby podjąć to wyzwanie. Jednak jeśli zrobisz wszystko, co w twojej mocy, staniesz się bardzo sprawny. Posiadasz także siłę, z której być może nie zdajesz sobie sprawy. Ona pozwoli Ci spełniać się i realizować w tym, co kochasz.

GWARANTUJEMY !!!

- Godziny treningów dostosowane do zajęć dydaktycznych;
- W ramach zajęć pełnowartościowy posiłek regeneracyjny;
- Wysoki poziom dydaktyczno–sportowy;
- Doświadczoną kadrę trenersko–pedagogiczną;
- Bazę sportową oraz nowoczesny sprzęt treningowy;
- Innowacyjne metody treningowe;
- Podmiotowe (nie rzeczowe !!!) podejście do ćwiczących;
- Brak selekcji negatywnej;
- Rozwój takich cech wolicjonalnych jak: stanowczość, opanowanie, dążenie do wyznaczonych celów, umiejętność koncentracji, odwaga, systematyczność, punktualność, samodyscyplina, budowanie poczucia własnej wartości;
- Turnieje, zgrupowania szkoleniowe, obozy;
- Egzaminy – możliwość zdobywania kolejnych stopni (pasów karate);



DLACZEGO DZIECI POWINNY ĆWICZYĆ KARATE ?

- 1. NAUKA SPOKOJU I OPANOWANIA.** Dla dzieci to dość duże wyzwanie – na wszelkie okrzyki reagują początkowo dość nieśmiało i strachliwie. Z czasem jednak uczą się opanowania tego odruchu, co zaowocuje również w innych sytuacjach życiowych.
- 2. NAUKA KONSEKWENCJI W DAŻENIU DO CELU.** Dobra szkoła wpaja swoim młodym adeptom szereg zasad. Dzieci wiedzą, że przechodzenie kolejnych etapów jest nieporównywalne z tym, czego uczą się w szkole. Tu nie można „prześlizgnąć się” z jednego stopnia szkoleniowego na drugi. Należy konsekwentnie i wytrwale trenować, by w stopniu doskonałym opanować wymagane umiejętności.
- 3. POCZUCIE PRZYNALEŻNOŚCI DO GRUPY.** W przeciwieństwie do gier zespołowych, w karate nie ma ławki rezerwowych. Przychodząc na zajęcia, dziecko cały czas ćwiczy razem z grupą. Daje mu to poczucie, że jest częścią większej społeczności, w której jest ważny i istotny – i rzeczywiście tak jest.
- 4. NAUKA KONCENTRACJI I SAMOKONTROLI.** Będąc na treningu, dziecko musi przestrzegać panujących tam reguł i zasad. Oprócz tego uczy się też, że postępować według nich musi również poza salą treningową.
- 5. KARATE TO SPORT BARDZO WYMAGAJĄCY FIZYCZNIE.** Trenując, dziecko rozwija różne cechy motoryczne i zdobywa wyjątkową sprawność. Co więcej, nabywa też podstawy samoobrony, dzięki czemu, nawet w nieznanym dotąd warunkach, czuje się pewnie i bezpiecznie.



Po więcej informacji, aktualności, ciekawostek i zdjęć zapraszamy na stronę internetową Poznańskiego Klubu Kyokushin Karate, z którym będziemy współpracować:

<http://www.karate-do.poznan.pl/news.php> oraz:
www.facebook.com/karate.poznan

ZAPRASZAMY SERDECZNIE