

A SCUOLA DI JUDO: è un progetto della scuola primaria dell'Istituto Comprensivo RBPD.

È in corso presso la scuola primaria dell'Istituto Comprensivo RBPD il progetto "A scuola di judo", cui partecipano i giovanissimi alunni delle classi intermedie.

"Il judo non è solo un semplice sport, bensì un metodo per l'educazione fisica e morale, ideato dal maestro giapponese Jigoro Kano.

In Giappone il termine il **judo** significa **"via della cedevolezza"**.

Questo sport si pratica su un tatami (tappeto o materassino); il suo scopo è quello di destabilizzare l'avversario usando movimenti, forza e attraverso delle tecniche di proiezione e successivamente di immobilizzazione a terra, come spiega il Maestro di judo Gianbattista Guglielmi che educa i piccoli alunni verso la piena corporeità.

La pratica costante e regolare del judo, guidata dai principi filosofici e del rispetto dei suoi fondamenti, favorisce l'autonomia, la padronanza di sé, il rispetto degli altri e la migliore qualità di vita. Infatti, l'Unesco ha dichiarato lo sport del judo come migliore attività motoria per i bambini e i ragazzi in quanto promuove una corporeità completa. Nel judo ci sono due principi fondamentali :

1. Il migliore impegno dell'energia: L'intera armonia, con se stessi e con gli altri;
2. tutti insieme per crescere e progredire con il minimo sforzo e il massimo risultato.

Il prof. Giovanni Franco, referente del progetto, sottolinea l'importanza della pratica del judo: " è un'attività adatta a tutte le età, si può iniziare fin dall'infanzia e aiuta a diventare più abili, più coordinati, più forti ma anche ad essere più rispettosi delle regole, a scoprire l'importanza della collaborazione reciproca, ad avere coscienza del proprio corpo, a riconoscere le proprie debolezze per progredire. Questo progetto fa parte di una serie di progetti sportivi di ampliamento dell'offerta formativa che

il Dirigente Scolastico, prof. Giovanni Cassanelli, e il suo staff promuovono, poiché l'attività motoria praticata nell'età scolare contribuisce a rendere armonioso lo sviluppo psicofisico del bambino.