

# Judo

ESPORT INDIVIDUAL

**COORDINACIÓ:**  
Marc Esbrí



ALUMNES

de P5  
fins a Batxillerat



DATES

Del 12 de setembre  
al 21 de juny



QUOTES

**2 hores/setmana**

**101 €** (4 MENSUALITATS)  
INCLOU SERVEI D'INFERMERIA

**3 hores/setmana**

**125,50 €** (4 MENSUALITATS)  
INCLOU SERVEI D'INFERMERIA



## Judo

La secció de judo de Jesuïtes El Clot - Escola del Clot, està englobada en l'oferta d'esports individuals que ofereix l'escola.

El judo és un esport derivat d'un art marcial, on té gran importància la tècnica i la tàctica. Psicològicament ofereix un ventall de possibilitats que milloren la convivència i la comunicació amb els altres, així com l'autocontrol i l'autoestima personal. Respecte a la relació amb el company, s'apren a respectar i confiar en el altre, a adaptar-se i a cooperar.

Els objectius generals que es treballaran al llarg d'aquesta etapa educativa són:

- Educar al nen a través de l'esport
- Inculcar els valors educatius dels esports individuals
- Aprendre a treballar en equip, fomentant del respecte, la solidaritat i el companyerisme
- Conèixer del propi cos i les pròpies limitacions
- Descoberta de l'esport i de tasques
- Progresa en l'esport i en l'assoliment de cinturons
- Iniciar-se a la competició interna durant les classes