

GUÍA PROYECTO: INDICE

Titulo del proyecto

ESCUELA DEPORTIVA DE INICIACIÓN A **ESGRIMA**.

ALEVÍN MIXTO. ----AMPA MACARENA---

TEMPORADA 2018 / 2019

INTRODUCCION

Aunque la esgrima es un deporte bastante desconocido en España, lo cierto es que cada día son más las personas que lo practican.

Para muchos padres seguro que no es una de las opciones que barajan para sus hijos como actividad extraescolar, pero la esgrima es un deporte muy completo que trabaja todo el cuerpo y, a pesar de las apariencias, es uno de los deportes más seguros, con un índice de lesiones mucho más bajo que cualquier otro como el fútbol, baloncesto, ...

Básicamente el esgrima es una actividad de habilidad. Habilidad para “tocar” a tu contrincante y habilidad e inteligencia para adelantarte a sus movimientos y evitarlos. Un deporte de combate cuerpo a cuerpo en el que se usa una espada, florete o sable, en el que tu habilidad en su manejo y no tu fuerza es lo determinante para derrotar al contrario.



CUÁNDO EMPEZAR A PRACTICAR ESGRIMA

La esgrima es un deporte para todos: pequeños, adolescentes, adultos y mayores. Antes se considera que esta disciplina no era adecuada para niños menores de diez años, pero la aparición de material adaptado (armas de plástico o foam) y nuevas metodologías han hecho que se pueda ofrecer a niños cada vez menores.

BENEFICIOS DEL ESGRIMA

Al elegir la esgrima como disciplina para que practiquen tus hijos, estás escogiendo un deporte muy completo a nivel físico y que enseña valores fundamentales a los pequeños, además de ayudar en el desarrollo de su personalidad:

- Ayuda en el desarrollo psicomotor de los niños.
- Mejora la capacidad de razonar y tomar decisiones rápidas.
- Desarrolla el intelecto.
- Enseña a controlar las emociones y los impulsos.
- Enseña a respetar al adversario en el juego y a los demás fuera de él.
- Fomenta el desarrollo de la educación hacia el profesor y sus compañeros, un valor que luego podrá poner de manifiesta en su vida diaria.
- Potencia la velocidad, equilibrio y coordinación.
- Agiliza los reflejos y la capacidad de reacción del niño.
- Desarrolla la capacidad de resistencia.
- Crea en el niño un sentimiento de afán de superación al querer ser cada vez mejor y aprende a asumir las derrotas.

CÓMO PRACTICAR ESGRIMA

En el AMPA MACARENA ofertamos escuelas deportivas en diferentes horarios para que los niños puedan introducirse en el emocionante mundo de la esgrima en diferentes horarios. Inicialmente el AMPA aporta todo el material necesario, aunque existe la posibilidad de que un alumno se compre el suyo propio si así lo desea. Podéis consultar los horarios en ésta misma página. En caso de tener alguna duda pueden rellenar el formulario de **contacto** o escribir a: gestioneducativas@gmail.com



Finalidad:

Enseñar esgrima a los niños/as, educándoles en valores y despertando en ellos el gusto y el hábito por la actividad física como una necesidad para estar y sentirse bien con ellos mismos y en su relación con los demás.

Metodología:

La metodología que se seguirá para impartir las clases será programada y planificada (martes: preparación física y aprendizaje técnico, jueves: aprendizaje táctico y práctica deportiva), será participativa, lúdica, individualizada y a la vez socializadora.

Entrenadores:

El grupo tendrá un entrenador-tutor con titulación oficial de la R.F.E.E. y un monitor con titulación oficial de la R.F.E.E. como apoyo para el desarrollo de la clase.

Objetivos:

1º Que el niño/a disfrute aprendiendo, jugando y practicando esgrima (un deporte elegante, de combate pero sin contacto físico).

2º Que sienta orgullo de ser un pequeño “esgrimista” y le diga a sus compañeros con satisfacción “yo practico esgrima”

3º Que valore y respete la clase, a su profesor a sus compañeros y que cuide su material.

4º Que si quiere participe en los cuatro torneos de la liga escolar que se celebraran a lo largo del curso, disfrutando de la competición con otros niños/as y aprendiendo a saber a ganar y saber perder.

5º Que adquiera hábitos de cuidado personal y de alimentación sana.

6º Que disfrute de hacer nuevos amigos/as en un entorno sano, alegre y respetuoso.

7º Que el niño/a aprenda a saber ganar y saber perder.

8º Que el niño/a aprenda que sus acciones y el interés y constancia que ponga en ellas, influye directamente en los resultados que obtiene.

9º Que la práctica de la esgrima le haga sentirse bien y le ayude a formar un carácter positivo.



Clases:

El grupo tendrá un máximo de 25 alumnos.

Normas claras: puntualidad, comportamiento, respeto, cumplimiento de las normas.....

Ambiente: tranquilo, sano, alegre, familiar y respetuoso.

Clases: divertidas, con muchos juegos motrices y juegos de esgrima.

Valores: esfuerzo, superación personal, aprender de la victorias de las derrotas, autonomía, constancia, concentración, liderazgo, asertividad, responsabilidad, alegría, compañerismo, disciplina, conciencia social.....



Instalación deportiva donde se desarrollará el proyecto.

C.E.I.P. MACARENA

Días y horarios del proyecto.

MARTES Y JUEVES en horario de 16:00h a 17:30h

Nombre del responsable de la coordinación técnica.

Héctor Cabana Camacho T.S.A.A.F.D,

Nombres y titulación del técnico deportivo responsables del desarrollo del proyecto.

Juan Castañeda Cortés. Federación Española de Esgrima