

Waarom JUDO ?

Er is een groot aanbod aan sportmogelijkheden voor je kinderen.
Waarom zouden jullie **voor judo kiezen** ?

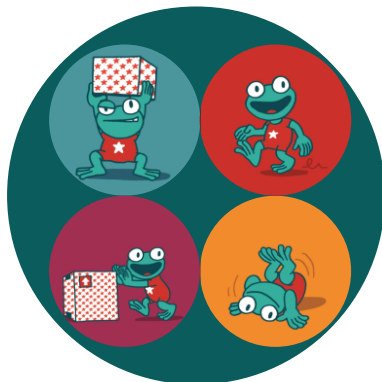


1. Judo is rollebollen met regels

Als je aan jonge judoka's vraagt wat zij het leukst vinden aan judo, geven zij te kennen dat dit het stoeien met elkaar is. Stoeien kennen ze namelijk al. De judoles is een van de weinige plaatsen waar rollebollen is toegestaan. In veel andere situaties levert een potje duwen en trekken al snel een straf op. Op de judoles kunnen kinderen veilig rollebollen.

2. Direct lichamelijk contact

Judo is een van de weinige sporten waarin lichamelijk contact is toegestaan. Bij sporten als tennis, badminton, korfbal, etc. heeft geen lichamelijk contact plaats of is het niet toegestaan voor de veiligheid. Bij judo begint en eindigt alles met lichamelijk contact. Alleen kan je immers geen judo doen, judo is duo. Kinderen die op de judo zitten, zijn gewend aan lichamelijk contact en gaan vrijer met andere kinderen om.



3. Veelzijdig bewegen

Judo is een sport die een veelzijdigheid van bewegen vraagt. Duwen, trekken, evenwicht verstoren, zelf het evenwicht zien te behouden, werpen, controleren, rechtse en linkse bewegingen. Dat vereist een zeer goede coördinatie van het ganse lichaam. Lenigheid, snelheid, kracht, withoudingsvermogen zijn allemaal even belangrijk. Het zal duidelijk zijn dat een sport die uit eenzijdige bewegingen bestaat minder effect heeft op de algemene bewegingsontwikkeling van je kind dan judo.

4. Duidelijke structuur en discipline

Judospelregels zijn simpel. De situatie van één tegen één is overzichtelijk. Er zijn weinig sporttechnische en tactische regels, wat het een toegankelijke sport maakt. In het judo zijn de gedragsregels duidelijk omschreven. De discipline is gebaseerd op wederzijds respect. Er bestaan veel fairplay-regels die voor de veiligheid van de judoka's zorg dragen.





5. Samenwerken

Je hebt elkaar nodig om judo te oefenen. Je leert van elkaar en je helpt elkaar. Je bent verantwoordelijk voor elkaars veiligheid. In het judo zijn drie verschillende situaties te onderscheiden: Situaties van gelijk belang, wanneer elkaar om beurten de gelegenheid geeft om te oefenen. Situaties van wisselend belang, wanneer je bijvoorbeeld om de beurt mag aanvallen. Situaties van tegengesteld belang, bijvoorbeeld in een wedstrijd. Leren omgaan met deze wisselende situaties kan een waardevolle ervaring zijn. Sommige kinderen zullen eerder het 'met elkaar' moeten leren, anderen daarentegen juist het 'tegen elkaar'.

6. Veelvormigheid

In tegenstelling tot andere sporten kent judo niet slechts een wedstrijdvorm, maar ook een spelvorm en een demonstratievorm, bijvoorbeeld de examens. Dit en het unieke beloningssysteem d.m.v. kleurgordels zorgt ervoor dat judo een sport voor het leven is.



Omwille van deze redenen kan judo een positieve bijdrage leveren aan de vorming van je kind.

Judoleerstof is uitermate geschikt om aan te passen aan de mogelijkheden en wensen van de verschillende doelgroepen. De trainers zorgen hiermee voor veel succeservaringen voor je kind, zodat judo doen kan bijdragen aan het zelfvertrouwen van je kind.

Lees in de infobrochure meer over ons aanbod en kies voor Judoclub Evergem
(trainingszaal Linde 20b te Sleidinge).

