

JUDO TÝNEC NAD SÁZAVOU

INFORMACE PRO RODIČE

Vážení rodiče,

dovoluji vám představit nový oddíl pro děti a mládež – Judo Týnec nad Sázavou. Olympijský sport vycházející z bojového umění.

Rozvíjí všeobecné pohybové dovednosti, učí bezpečné pádové techniky a posiluje sebevědomí, vytrvalost, odolnost ale i týmovou spolupráci a respekt k ostatním.



Přístup k tréninkům vychází z mé závodní i trenérské kariéry v Olomouci a tamějšího extraligového týmu. Judo se věnuji 21 let, mám černý pás i oficiální licenci u Českého svazu Judo.

V následujících řádcích najdete více informací o judu, konceptu oddílu a výhody naší spolupráce s Judo do škol.

Těším se na společnou cestu, která dětem přinese radost z pohybu i cenné zkušenosti do života.

Ing. Filip Bajko
Trenér



PROČ JUDO DO ŠKOL?

Abychom dětem poskytli co nejlepší podmínky pro růst v pozitivním a podporujícím prostředí, rozhodli jsme se získat oficiální záštitu od Judo do škol.

Judo v Týnci přebírá praxí ověřené a ucelené metodiky, herní i vzdělávací prvky pro děti a přístup k událostem a dalším příležitostem jak vaše děti podporovat v rozvoji.

1 Pohyb je zábava

Klíčovým konceptem je hravá forma výchovy a vývoje. Udržitelný pohybový i osobnostní rozvoj dětí je naše priorita.

2 Zkušenosti

Judo do škol aktuálně působí na 50+ ZŠ a MŠ, kde více než 7 let rozvíjí 1 200+ dětí.

3 Profesionalita

Garantuje certifikované trenéry s oficiální licenci Českého svazu juda a mnohaletou závodní i trenérskou praxí.

4 Události

Pořádá další víkendové a letní události pro děti i jejich rodiče. Příležitost navázat nová přátelství po celé ČR.

“Jste úžasní, to, co děláte pro děti je super. Náš syn se těší jak na tréninky, tak na akce, které pro děti pořádáte.

Renáta

“Výborný přístup k dětem a seriózní jednání. Syn se na tréninky velmi těší a moc mu to po všech stránkách prospívá. Vřele doporučuji a všem trenérům děkuji.

Světlana

“Judo do škol určitě doporučujeme jako skvělý kroužek. Úžasný přístup trenérů a motivující náplň tréninků a judo víkendů. Syn se na judo vždy moc těší.

Martina





Všestranný pohybový rozvoj

Judo zahrnuje širokou škálu pohybů, pádů, otáčení, vyvažování a úchopů, které podporují rozvoj síly, rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a kloubní pohyblivosti. Děti se učí zvládat své tělo, zlepšují prostorovou orientaci i motoriku a získávají schopnost rychle a efektivně reagovat na měnící se situace.



Bezpečné pádové techniky

Pádové techniky jsou základem juda a umožňují dětem zvládat pády na různé části těla (záda, boky, ramena) a to způsobem, který minimalizuje riziko zranění. Tělo se učí automaticky reagovat na pád, rozptýlit energii nárazu a chránit zranitelná místa. Užitečná dovednost i pro každodenní život, kde mohou nastat neočekávané pády.



Rozvoj osobnosti a sebevědomí

Judo dává příležitost překonávat překážky, posilovat disciplínu, vytrvalost a odhodlání. Děti se učí jak zvládat stresové situace a výzvy, které mohou nastat během zápasu. Získávají nástroje ke zvládnutí stresu i v jiných oblastech svého života. Osvojováním nových technik a překonáváním vlastních hranic roste jejich sebepoznání i sebevědomí.

1 Náplň každého tréninku

Je připravena předem tak, aby zapadala do konceptu dlouhodobého plánu rozvoje dětí. Při přípravě se bere v potaz také aktuální úroveň dovedností mezi dětmi. V I. pololetí počítáme přibližně s 31 tréninky, s ohledem na svátky a školní prázdniny.

2 Klubová platforma

Moderní mobilní i webová aplikace. Pro vzájemnou komunikaci, koordinaci a přihlašování na klubové události. Evidence docházky dětí na tréninky i zpětná vazba pro vás o jejich silných stránkách, prostoru pro zlepšení a celkovém progresu.

3 Rozvoj & vzdělávání

Trenérský tým pravidelně absolvuje české i zahraniční semináře, konference a kurzy. Aktivně hledáme nové možnosti jak pracovat s dětmi tak, abychom vám pomohli postavit pevné základy do jejich života. Získané poznatky pravidelně sdílíme i s vámi.



KLUB.JUDOTYNEC.CZ/REGISTRATION

