
PROPUESTA ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR



Ortega



Judo Ciudad Real
Desde 1984

Ortega Judo Club



Ciudad Real. Desde 1984

¿QUE ES EL JUDO?

El judo nació en Japón de la mano de Jígoro Kano, quien después de practicar numerosas técnicas en diversas escuelas de Jiu Jitsu (arte antiguo de defensa), seleccionó y escogió las más efectivas, eliminando las más violentas y peligrosas creando así un método que evita la violencia favorece la destreza; "La máxima eficacia, el bienestar y el beneficio mutuo".

En la actualidad, este deporte es conocido gracias a su expansión, (en España es el tercer Deporte en número de licencias); deporte Olímpico y declarado por la UNESCO como el DEPORTE MAS RECOMENDADO PARA LOS NIÑOS HASTA LOS CATORCE AÑOS, debido a las aptitudes físicas y psíquicas derivadas de su práctica buscando EL DESARROLLO ARMÓNICO INTEGRAL de la persona. Arte marcial integrado dentro del Deporte en Edad Escolar de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, a través de sus Diputaciones Provinciales.

¿QUE SE PRETENDE CON EL JUDO?

Influir positivamente en el desarrollo físico y psicológico del niño/a.

Hacerlo participar de los beneficios formativos del judo, mejorando tanto las cualidades físicas (fuerza, agilidad, resistencia, flexibilidad, etc.), como las psíquicas (evita el egocentrismo, aumenta la seguridad en uno mismo, favorece la sociabilidad, reduce la agresividad, etc.).

Escuela de JUDO Escuela de VALORES Escuela de VIDA

METODOLOGIA

La metodología que usamos está estructurada por la Real Federación Española de Judo donde nuestro@s niñ@s conseguirán sus cinturones por colores y danes en función de los conocimientos adquiridos; siendo indispensable para el reconocimiento de grados estar federado y las clases impartidas por un Profesor debidamente Autorizado y Titulado.

Los fundamentos técnicos a aprender por los alumnos se determinarán por su edad y grado que ostenten, no siendo importante, gracias a la pedagogía del judo que, en un grupo afín de edades, haya alumnos con distintos grados de conocimientos o cinturón.

PROFESORADO

José Manuel Ortega Molero

Maestro Nacional de Judo - Cinturón Blanco-Rojo 7º DAN.

Colegiado nº 795 de la Real Federación Española de Judo y DD.AA.

Curso de Adaptación Pedagógica (CAP). Formador de Formadores por la Federación Española de Judo.

Cinturón Negro de Lucha Sambo y Defensa Personal de la Federación Española de Lucha.

Sara Ortega Muñoz

Cinturón Negro 4º DAN.

Maestro Nacional de Judo y Defensa Personal.

Grado de Maestro en Educación Primaria con Mención Educación Física.

Curso Mujer y Deporte: Claves en la Promoción de la Actividad Física y el deporte en niñas, adolescentes y mujeres.

Tratamiento educativo de alumnado con diversidad.

Participación en competiciones oficiales de judo de ámbito nacional e internacional desde 2008 hasta la actualidad.

Placa al Mérito Deportivo “Mejor Deportista de Castilla – La Mancha”.

Medallista Nacional en los Campeonatos de España desde la categoría infantil.

Medallista en la Liga Autonómica y Liga Nacional categoría Absoluta por equipos desde el año 2012 hasta la actualidad.

Premio “Mejor Deportista Absoluta Femenina de Castilla – La Mancha” en la Gala Provincial del Deporte.

Medallista en las Supercopas de España categorías Junior y Absoluto.

Premio como “Estudiante destacada de la Universidad de Castilla – La Mancha” Deporte y Estudios.

Sexto puesto en el Ranking Nacional Absoluto de Judo.

Medallista Nacional en los Campeonatos de España Universitarios de Judo.

Premio Mejor Deportista Categoría Femenina otorgado por el Patronato Municipal de Deportes de Ciudad Real el año 2022.

Premio Dulcinea 2023 por el Excmo. Ayuntamiento de Ciudad Real.