

## JUDO PARA LOS NIÑOS

# El Judo Como Deporte Formador



### Ventajas en el desarrollo del niño

El niño con la práctica constante del Judo, desarrolla su fuerza, velocidad, flexibilidad, coordinación, reflejos, concentración, equilibrio, resistencia, personalidad, confianza y conocimiento de su propio cuerpo.

Debido a las situaciones constantemente cambiantes que se dan en la práctica de Judo, obliga al niño a estimular su "pensamiento táctico".

El Judo no fomenta la agresividad, mediante la relación con sus compañeros, el niño aprende a cooperar, respetar y aumentar su autocontrol.

El Judo carece de golpes y patadas en su etapa inicial, por lo que es más seguro para los niños a la hora de practicar un arte marcial.

El Judo dará a los niños la posibilidad de resolver problemas que exijan el dominio de sus patrones motrices básicos, adecuándose a los estímulos perceptivos, auditivos, visuales y táctiles, seleccionando los movimientos adecuados previa valoración de sus posibilidades.

Aún siendo un arte marcial en su origen, el Judo transmite en su práctica cierta cultura y tradiciones como son el respeto, la disciplina, equilibrio emocional y muchos otros valores en los hábitos de vida de los niños.

### Datos de interés sobre el Judo

Es un deporte escolar, con todo lo que ello representa.

Es un deporte olímpico.

Es una asignatura obligatoria para estudiantes del INEF.

Es un deporte cuya práctica, es proclamada por la UNESCO, como la actividad deportiva más aconsejable para niños mayores de 4 años.

---

**La UNESCO declaró el Judo como el mejor deporte inicial formativo para niños y jóvenes de 4 a 21 años.**

The UNESCO logo, featuring the word "UNESCO" in a bold, sans-serif font, centered between two horizontal lines. The lines are slightly curved at the ends, giving it a stylized appearance.