

BABY JUDO

1 – 2× týdně 45 min.

3-6
LET

Učíme děti základním povelům, správnému chování na tatami a spolupráci s parťákem. Cílem tréninků je především adaptace dítěte na trénink ve skupině a ve dvojici. Děti jsou motivovány skládáním „zkoušek“ na písmenka **J U D O**, která se nažehlují na bílý pásek. Řídíme se oficiální metodikou ČSJu.

SPOLUPRÁCE
A ADAPTACE
NA FYZICKÝ
KONTAKT

POSTUPNÁ
VÝUKA
PÁDŮ

ETIKETA
- DODRŽOVÁNÍ
ZÁKLADNÍCH
PRAVIDEL
FAIR PLAY

POHODOVÁ
ATMOSFÉRA

POZITIVNÍ
MOTIVACE

AKTIVACE
STŘEDU TĚLA
FORMOU
HER, JEDNODUCHÁ
GYMNASTICKÁ
CVIČENÍ

