



El Pre-karate en Educació Infantil



Els nens i nenes de Educació Infantil són personetes plenes d'energia, però sobretot obertes a aprendre tot el que observin, es diu que són com "esponges" ja que absorbeixen tot el coneixement que es trobi al seu pas.

Sabem que els primers anys de vida són els anys decisius per a la formació d'un ésser humà. Lamentablement alguns petits arriben a ser deixats durant llargs períodes de temps davant de la televisió o internet, els pares creuen que mantenir-los ocupats en aplicacions web o jugant amb els seus telèfons mòbils, és una bona manera d'evitar accidents o conflictes ... més no és així.

L'activitat física és fonamental. Hi ha moltes opcions quant activitats físiques es refereix, una d'elles és el pre-karate. Un nen de Educació Infantil s'inicia en el coneixement del seu cos en relació amb el món que l'envolta, la ubicació espacial i la motricitat fina i gruixuda han de desenvolupar-se en aquesta etapa de la vida, i què millor que desenvolupar aquestes capacitats amb el foment de valors humans?.



Usualment es pensa que el karate fomentaria la violència entre els nens, però no és així. El karate (bé instruït) té com a base la no violència.

El pre-karate es basa en tres punts principals:

1. Desenvolupament de psicomotricitat i ubicació espacial.



2. Foment de la competència sana, valors humans: Ser un ésser humà de qualitat.

3. Reforç de coneixements: colors, adreces, coneixement del cos, nombres, hores.

Les classes de pre-karate fomenten que el nen de 5 i 6 anys, conegui les seves capacitats, incrementi la seva autoestima i s'enfronti a poc a poc al fracàs i l'error, a fi d'enfortir-se mentalment. Fem èmfasi en la pràctica del "seiza" on fomentem el desenvolupament de la paciència en els nens i el control del cos.





El pre-karate en nens de Educació Infantil és una activitat que promet un desenvolupament òptim del nen. Les classes de pre-karate estan dissenyades per un infant que es repleti a si mateix i dia a dia millori les seves capacitats motrius i humanes.

Una classe de pre-karate consta de 30% de teoria del karate, enfocada en l'aprenentatge de defenses bàsiques, puntades de principiant, 6 postures bàsiques en el karate, el Suki (cop de puny) i coneixement de nombres en japonès, història del karate do, la no violència, el respecte i la humilitat. També se li ensenya als nens de Educació Infantil algunes paraules en japonès.



Les classes per als petits són molt divertides, l'ús de cercols de colors, cordes, costals, matalassos i pilotes mai falta!,

Hem de recordar que el karate és per a nens i nenes, ja que es podria pensar que ingressar a una nena a classes de karate no és tan bona idea.



És perillós el pre-karate? No, encara que arriben a existir petits incidents (com en totes les activitats físiques), no hi ha cap perill en la seva pràctica. Els incidents que es presenten es donen per qüestions alienes a la pràctica del pre-karate, com l'ensopegada d'un nen en córrer.

A la nostra Escola de Karate volem que els nens i nenes esdevinguin cintes negres quan la seva ment i persona puguin comprendre el significat de portar una cinta negra en la seva cintura. El període "normal" per obtenir una cinta negra ronda entre els 5 i 6 anys, de manera que un nen de primer de primària que inicia la pràctica del karate i en sisè de primària serà cinta negra, si la seva maduresa es presta per a això.

En el cas dels nens d'Educació Infantil es pretén que rondant els 13 anys esdevinguin cintes negres compromesos amb el que això significa.

Per acabar, recordem que tot el que els petits realitzin requereix el suport dels seus pares, no només és arribar a classe a temps, el suport es dona fomentant els valors humans com el respecte, tolerància, constància, humilitat...

