

Judô no Barramares

■ No quadro de atividades do Condomínio desde setembro último, a escolinha de judô, vem atraindo cada vez mais alunos. A escolinha é conduzida pelo professor João Valim, faixa preta 3º DAN e profissional com aproximadamente dez anos de atuação no desenvolvimento do judô infantil em escolas e creches, seis deles na Barra da Tijuca. No Barramares, as aulas acontecem toda segunda e quarta-feira a partir de 18h30 e não vão parar no período de férias. O professor fala sobre o seu trabalho:

– A educação hoje não se restringe à sala de aula. As disciplinas extracurriculares como a prática do Judô, com seus preceitos pedagógicos e didáticos, apresentam-se como uma ferramenta eficaz, colaborando no complexo processo de aprendizagem da criança. O Judô incentiva a disciplina, o respeito ao próximo e promove a integração social do aluno no grupo através de jogos e exercícios. Propicia o desenvolvimento da coordenação motora, concentração, lateralidade, organização espacial e controle segmentar de membros superiores e inferiores. Para a criança, o jogo é o exercício, é a



preparação para a vida adulta. Ela aprende brincando. Dentre todas as “artes marciais” desenvolvidas nos dias atuais, talvez o Judô seja a que mais utilize os aspectos pedagógicos no trabalho direto com o aluno, pois é a única que absorve a faixa etária mais tenra, sem desvirtuar o desenvolvimento físico para violência. A técnica milenar

junto a conceitos modernos utilizados na iniciação ao Judô promove uma melhora na auto-estima, pois na vivência grupal a criança internaliza conceitos que ajudam a lidar com sentimentos como a ansiedade, insegurança e agressividade. Venha fazer parte desse grupo! Visite o site www.equiperuffoni.com.br.