

PROGRAMA DE JUDO

I. DATOS INFORMATIVOS

SECCION: PREESCOLAR

NIVEL: MATERNAL

GRUPO: A

AÑOLECTIVO: 2020-2021

II. PERFIL DE SALIDA:

El alumno será capaz de realizar los diferentes ejercicios dentro de la actividad física por segmentos corporales, podrá reconocer los fundamentos básicos del Judo aceptando sus limitaciones y logros

III. CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS

UNIDAD y CONTENIDO	FECHA
UNIDAD 1. Movimientos naturales Diversas formas de caminar Diversas formas de saltar	Abril- Mayo
UNIDAD 2. Fundamentos básicos Posturas Desequilibrios Desplazamientos	Junio Julio
UNIDAD 3. Juegos pequeños Juegos dirigidos (imitación, carreras)	Julio- Septiembre
UNIDAD 4. Técnicas de pierna Osoto gari	Septiembre Octubre
UNIDAD 5. Técnica de cintura Koshi guruma	Noviembre Diciembre
UNIDAD 6. Newaza Kesagatame	Diciembre Enero