

PSICOMOTRICITA'.

Da più di 20 anni le nostre società seguono una metodologia di allenamento indirizzata ai piccoli atleti (dai 4 ai 6/7 anni) grazie alla formazione che, in tutti questi anni, è stata organizzata dall'area discipline orientali nazionale con la collaborazione del Prof. Davi.

PERSONE ANZIANE.

Progetto steso da BURSICH HARRY. Da 14 anni viene organizzato "ANZIANO più SICURO" un mix di attività motoria dolce e karate con una particolare attenzione alla prevenzione delle cadute.

Questa attività viene svolta:

- ✓ Dal 2001 presso il Parco Alto Milanese di Busto Arsizio nel periodo estivo (CSKBA);
- ✓ Vedano Olona per 4 anni in palestra (CS VELA).

Grazie a questo progetto, Bursich Harry e Franco Zanellati (comitato UISP Varese) con l'appoggio di Provincia, Comuni e politici locali sono riusciti a far approvare la Legge della Regione Lombardia per il finanziamento di alcune attività previste **nella legge reg 3/08. All' art.4 comma f della stessa legge recita così "Promuovere l'educazione motoria anche finalizzata all'inserimento e reinserimento sociale della persona"**. Questo è un importante riconoscimento che prima non c'era e dà atto che l'educazione motoria è importante per le persone, per la loro salute e per l'inserimento nel tessuto sociale, che apre delle nuove possibilità.

PERSONE CON DISAGIO MENTALE.

Progetto steso da BURSICH HARRY che ha ottenuto approvazione dal Dipartimento Disabilità Mentali – ASL Provinciale di Varese . Nel 2014 alcuni componenti del settore karate hanno partecipato alla formazione Nazionale ADO UISP e FIJLKAM: "La conoscenza delle disabilità mentali".

- ✓ Dal 2010 a Tradate(Tito Frigo);
- ✓ Dal 2012 a Varese (Tito Frigo);
- ✓ Dal 2014 a Busto Arsizio (Busacca Paolo).

ISTITUTI COMPRENSIVI.

Diversi i progetti organizzati dalle nostre società affiliate.

- ✓ ARCISATE (CS.VELA) – dal 2004 Coinvolti gli alunni scuole elementari con "METTIAMOCI IN GIOCO" attività motorie multidisciplinari (tra cui appunto il karate).
- ✓ BUSTO ARSIZIO (CSKBA) dal 2009 coinvolti gli alunni delle scuole elementari e medie con "OGGI FACCIAMO KARATE!"

DIFESA PERSONALE.

Corsi mirati alla sicurezza della DONNA. Progetto ad ampio raggio steso nel 1989 da PAOLO BUSACCA con "KARATE DONNA" (corsi di sicurezza e prevenzione e di karate + trofeo).

- ✓ BUSTO ARSIZIO (CSKBA);
- ✓ VEDANO OLONA (CS.VELA);
- ✓ ARCISATE (CS VELA).

PROMOZIONE DISCIPLINA: INIZIATIVE/MANIFESTAZIONI/DIMOSTRAZIONI.

Ogni nostra Società svolge nel proprio territorio un costante "lavoro" di promozione della disciplina praticata mettendosi a disposizione con dimostrazioni dei propri atleti. Indichiamo eventi che hanno avuto più rilevanza:

- ✓ Prova e trova il tuo sport: VARESE e BUSTO ARSIZIO in collaborazione con il CONI Provinciale dal 2013;
- ✓ Evento con raccolta fondi per l'acquisto di dotare di defibrillatori le società sportive di ARCISATE;
- ✓ Coinvolgimento familiari nell'attività dell'atleta anche con scambio di ruolo: l'atleta diventa insegnante del proprio familiare (ARCISATE).

MASTER DI APPROFONDIMENTO per INSEGNANTI EDUCATORI.

Progetto ideato e steso da FILIPPO SANFILIPPO con la collaborazione di HARRY BURSICH (anziani) PAOLO BUSACCA (disabilità mentale). Dal 2013 il corso propone approfondimenti sia teorici che pratici sulle metodologie d'insegnamento delle diverse fasce di praticanti:

- ✓ PREAGONISTI,
- ✓ AGONISTI,
- ✓ AMATORI,
- ✓ ANZIANI,
- ✓ DIVERSAMENTE ABILI,
- ✓ RAPPORTO GENITORE/SOCIETA' SPORTIVA

FORMAZIONE PER PASSAGGI DI GRADO DAN.

Corso istituzionale per la preparazione dei nostri atleti a sostenere gli esami di grado sia regionali (1 e 2 dan) che nazionali (dal 3 dan in su).

COMPETIZIONI

Si è posta particolare attenzione ai Regolamenti di Gara adottati dalla nostra Area.

KUMITE' (combattimento):

- ✓ Massima attenzione per tutelare la SICUREZZA dell'atleta in gara, differenziando i regolamenti stessi in base alla fascia di età e al grado dell'atleta, tenendo conto del grado di maturazione psico-fisica del praticante.

Esempi pratici sono esercizi di propedeutica al combattimento libero:

- ✓ 9/10 anni: il GIOCO DELLE PALLINE;
- ✓ 11/14 anni: combattimento con l'aggiunta di corpetto e caschetto;
- ✓ Atleti grado verde e blu: limitazioni delle tecniche potenzialmente pericolose;
- ✓ dal grado di marrone e nera utilizzo integrale del Regolamento Gare Nazionale.

KATA' (forma).

Programmi messi a punto nel rispetto delle capacità di apprendimento dell'atleta, dati dalla sua maturazione psico-fisica.

Esempi:

- ✓ 4/6 anni: utilizzo kata di facile apprendimento come Kata di Base 1 e Kata di Base 2. Programma che viene utilizzato anche per i praticanti anziani e per le fasce di soggetti con difficoltà di apprendimento (disabili e malati mentali).

.....sempre all'insegna dello SPORT PER TUTTI.

A cura Resp.le Sett. Karate ADO LOMBARDIA
Paolo Busacca