

IL CONCETTO

MGA dedica particolare attenzione alle situazioni di aggressioni fisiche e psicologiche che accadono nell'intimità e commesse tra le mura domestiche, al fine, per quanto possibile, di **prevenire** le situazioni di rischio, di consentire alle vittime di sottrarsi alle aggressioni e, nelle circostanze estreme, di contrastare le violenze prima dell'intervento della forza pubblica. Il progetto introduce alla pratica e alla conoscenza delle tecniche di MGA, in particolare per le **donne**, fattibile a tutte le età e viene svolto per contribuire anche allo sviluppo della **cultura del rispetto** verso i soggetti più deboli. Concetto base di ogni convivenza, realizzato anche attraverso l'individuazione delle ottimali risorse per la **prevenzione** e il **contenimento** di ogni forma di violenza, fisica o psicologica, sulla donna e in ogni contesto (vita di relazione, lavoro, famiglia).



Metodo Globale Autodifesa

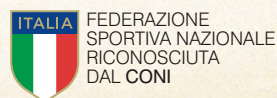
“L'arte e l'efficacia delle discipline di combattimento FIJLKAM al servizio della Società”



DIFESA PERSONALE
PREVENZIONE
INFORMAZIONE • EDUCAZIONE
SICUREZZA



www.fijlkam.it



FIJLKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

COSA È

MGA è l'acronimo di **Metodo Globale Autodifesa**, il sistema di difesa personale pensato e realizzato dalla **FIJLKAM**, la Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali, l'organizzazione olimpica del **CONI** che si occupa della pratica e della diffusione delle discipline da combattimento dal 1902. L'esperienza nelle arti marziali di connotazione nipponica, la ricerca costante, lo studio approfondito, la sintesi delle discipline di **Judo, Karate, Aikido, Jujitsu** e **Lotta**, la richiesta crescente dei tesserati e delle istituzioni, hanno indotto la **FIJLKAM** ad ideare un compendio delle discipline federali più importanti e maggiormente adatte allo scopo. Proprio le differenti peculiarità di tali discipline, permettono di affrontare situazioni di rischio e di aggressione caratterizzate da condizioni di repentina variabilità e che prevedono diverse modalità di attacco, nella forma, nella distanza, negli schemi di esecuzione. Particolare attenzione oggi viene prestata ai casi di violenza di genere e alla difesa solidaristica, anche in caso di aggressioni a terze persone. All'indubbia valenza ed efficacia del Metodo si aggiunge un **lavoro scientifico** continuo nell'ambito **psicologico** e **medico**, non meno importante per l'offerta di un sistema completo, moderno ed adeguato. Senza tralasciare **regole** e legislazioni che, nella sostanziale e semplificata conoscenza delle norme giurisprudenziali, attraverso l'abitudine federale allo studio dei regolamenti, contribuiscono alla **costruzione educativa** e tecnica degli Insegnanti.

I LIVELLI

MGA PREVEDE TRE LIVELLI SPECIFICI DI ADDESTRAMENTO, PER PERSONE DI AMBO I SESSI E DI TUTTE LE ETÀ

PRIMO LIVELLO "BASIC"

Destinato a quegli individui con caratteristiche fisiche basse o medio basse o comunque per praticanti iniziali.

SECONDO LIVELLO "INTERMEDIATE"

Destinato ad individui con qualità fisiche alte o medio alte, in grado di apprendere tecniche anche più evolute e di sostenere un maggior carico di lavoro.

TERZO LIVELLO "ADVANCED"

Consiste nella specializzazione di quanto acquisito ed è riservato agli Istruttori di capacità elevata. Viene altresì svolto un programma specifico rivolto agli operatori delle Forze di Polizia, Forze dell'Ordine ed agli addetti alla sicurezza in genere.

LA CTN

Il lavoro è regolamentato e sviluppato dalla **Commissione Tecnica Nazionale** che organizza e programma tutta l'attività, compresi corsi di formazione e aggiornamento per il terzo livello. In piena sinergia e visione di scopi e obiettivi, viene svolta l'attività nelle regioni attraverso l'indispensabile opera di Presidenti e Fiduciari Regionali, al fine di garantire risultati di capillare sviluppo e di altissimo profilo professionale.



Metodo Globale Autodifesa

