

## Programma Corso Aggiornamento I.T. Veneto. Kata Giovanile 7-14 anni.

Data: Domenica 28 settembre 2025

Sede: Palazzetto dello Sport di Grisignano di Zocco via Immacolata, 27.

Accredito ore 08:00 - 08:45.

Ore 08:50 – 09:00 Breve presentazione corso.

Studio: 09:00 – 11:00 prima parte.

Docenti:

Dottoressa Sara Baldin, Preparatrice atletica.

M° Cesare Amorosi, Presidente C.N. Kata e Master.

I.T. Marco Poccobelli.

“Kata DAL GIOCO AL GESTO TECNICO – Un metodo Educativo per il Judo giovanile” .

Kata perché: il Kata come strumento educativo.

Movimenti e giochi di avvicinamento al Kata (saluto, camminate, spostamenti, prese, cadute, esercizi e movimenti vari) da soli e poi a coppie.

L'importanza di Tori ed Uke , perché invertire i ruoli.

Inserimento del Kata, senza entrare nei dettagli dello stesso, all'interno di una consueta lezione di Judo nel proprio Dojo.

I tre livelli di evoluzione IJF per livello di dimostrazione di Kata.

1. Shutoku – Livello minimo.

2. Seijuku – Medio.

3. Jukutatsu – Padronanza.

Pausa: 11:00 – 11:15.

Studio: 11:15 – 13:00 seconda parte.

Formare il giovane Judoka nel kata: Integrazione tra didattica e preparazione atletica, dibattito.

FIJLKAM Veneto settore Judo.