

## Raccomandazioni UNESCO

martedì 23 aprile 2013

L'UNESCO ha dichiarato lo sport judo come la migliore formazione iniziale per i bambini e ragazzi 4-21 anni che

con la pratica regolare a qualsiasi età con appropriate limitazioni, consente una "educazione fisica completa," attraverso la conoscenza di questo sport si provuove tutte le possibilità psicomotorie (posizione spaziale, prospettiva, Ambidestria, lateralità, lancio, tirare, spingere, strisciare, saltare, rotolare, cadere, coordinamento comune e indipendente di entrambe le mani e dei piedi, ecc.) e il rapporto con le altre persone facendo uso del gioco e lotta come un integratore-energizzante di inizio della motricità e l'introduzione di sport tecnico e tattico a poco a poco, oltre alla ricerca di una forma fisica generale, ideale.

Il CIO lo considera uno degli sport più completi e promuove i valori di amicizia, partecipazione, rispetto e sforzo per migliorare.

Foto:

<https://plus.google.com/photos/111109719851708009104/albums/5870077439684094817>