

JUDO CLUB CASTALLA

Proyecto JuNeuroSport

2014-2015

JUDO CLUB CASTALLA
NIF: G-54163753
Telf: 607 166 063

Director del proyecto: Claudio Mohedano

DENOMINACIÓN PROYECTO: JuNeuroSport.

FUNDAMENTACIÓN:

Todos somos conscientes del alto grado de presión que el actual modo de vida nos impone. Desde el ámbito neuropsicológico se viene buscando desde hace tiempo dotar al afectado no sólo de información sobre materias concretas sino también de herramientas eficaces que le permitan enfrentarse a los retos del día a día sin que esto actúe en menoscabo de su salud física o de su estabilidad psicoemocional y es así como conseguiremos y facilitaremos la **integración** en la sociedad. En ese sentido, la propuesta que aquí presentamos tiene como objeto ofrecer a familias, educadores y educandos un recurso que permite a aquellos que lo practican adquirir un mejor dominio de sus emociones al tiempo que aumenta su control psicomotor y la consiguiente consciencia de su propio cuerpo. Ya en el año 1998 el informe Delors publicado por la UNESCO recomendaba la práctica del Judo como instrumento de probada eficacia en actuaciones de carácter preventivo por su beneficiosa incidencia tanto en lo cognitivo como en lo emocional.

Concretamente con el judo se consigue potenciar el desarrollo personal, proporcionando oportunidades y fomentando el bienestar, al trabajar cuerpo a cuerpo se transmite **sensibilidad**, canaliza la agresividad con autocontrol, desarrolla la autoestima a todos los niveles desarrollando la seguridad y la percepción de sí mismo.

POBLACIÓN DIANA.

Aunque esta disciplina es de gran utilidad para cualquier grupo de edad, la UNESCO recomienda de manera específica su práctica entre los cuatro y los veintiún años, por tratarse de un período de mayor plasticidad en el que la riqueza de sus beneficios se muestra con mayor amplitud.

ENFOQUE DIDÁCTICO

Para la consecución de los objetivos que nos planteamos, se hace necesaria la adopción de un enfoque didáctico donde lo lúdico (especialmente en las edades inferiores) y la creación de un clima divertido y relajado favorezcan la puesta en práctica y asimilación de los contenidos y técnicas que integran el proyecto.

OBJETIVOS GENERALES.

A través de la práctica del deporte que proponemos, se busca cubrir y nos aporta tanto en el caso de deficientes psíquicos o pacientes con afectaciones neurológicas múltiples motoras una amplia gama de objetivos que podemos resumir en seis bloques básicos:

- El Judo en tanto actividad física.

Mejora de la psicomotricidad: coordinación, fuerza, velocidad, flexibilidad, equilibrio, conocimiento y dominio general del cuerpo y de la propia lateralidad.

- El Judo como herramienta terapéutico-correctiva.

Influye muy positivamente en la mejora de la atención así como en la recuperación y/o mejora de determinadas funciones motoras que puedan estar afectadas por lesiones neuromusculares, patologías orgánicas, etc.

Aumento y desarrollo de capacidades motrices, esquema corporal, desarrollo tono muscular, adquisición de reflejos, corregir trastornos posicionales de columna como técnicos de educación del aparato respiratorio, etc.

- El Judo y lo psico-emocional

Favorece la existencia de una estructura psicoemocional más estable y equilibrada dotando al usuario de mayor resiliencia ante las presiones del entorno, tales como las tensiones derivadas del ámbito familiar, laboral, académico, social, etc.

-El judo y los valores.

Su práctica favorece la aparición de una actitud de mayor tolerancia, autoestima, autocontrol, autoconfianza, solidaridad, seguridad, trabajo en equipo, control de la ansiedad, miedos, atención, lenguaje verbal, gestual etc.

-El judo al servicio de la familia.

La incidencia positiva que la práctica del Judo tiene sobre lo relacional, así como la atención derivada de la Escuela de Padres, Taller Familiar o terapia, se constituyen en dos elementos de indudable eficacia a la hora de mejorar la vida familiar.

-El judo como técnica de defensa personal.

Es de todos conocida esta dimensión básica del judo como arte marcial al servicio de la defensa personal. Hay que recordar, sin embargo, que a pesar de los puntos en común que muestra con otras modalidades de autodefensa: preparación física, disciplina, autocontrol, etc., el Judo parte de la base de “no agresión directa”, basándose, como se sabe, en la utilización de la propia fuerza del contrario para reducirlo.

Los seis apartados anteriormente relacionados se integran en dos sub-programas, **JudoEduca** y **JudoClínico** con personal especializado responsable del cumplimiento de los objetivos propuestos.

PERSONAL RESPONSABLE DE SU REALIZACIÓN.

- Claudio Mohedano Navarro. **Maestro entrenador Judo (Coordinador proyecto)**
- Vanesa Arenas Comerón. **Maestro entrenador Judo (Coordinadora proyecto)**
- Dr. D. José Alfonso Rubio López. **Médico Familia. (Responsable JudoClínico)**

ESCUELA DE PADRES y/o TALLER FAMILIAR.

Como queda reflejado con anterioridad, el papel de los Familiares en la realización del proyecto es fundamental. A fin de trabajar coordinadamente con las familias y proporcionarles el asesoramiento e información necesarios, se propone la creación de una Escuela de Padres y/o taller Familiar como foro de intercambio entre familiares y responsables del proyecto.

EXPERIENCIAS PREVIAS.

-Utilización de “JudoEduca” en el Club de Judo “Miriam Blasco” de Alicante (Miriam Blasco, campeona olímpica de Judo/92 es la actual directora del club; el Dr. Alfredo Aracil, psicólogo clínico, responsable del proyecto).

- Experiencias de “JudoClínico” podemos encontrar en Valencia (Tatami terapia) con tratamiento de TDA-H; en Alicante (Judo Club Alicante) con el abordaje de problemáticas en el espectro autista, y de manera frecuente, para la mejora de alteraciones de carácter neuromuscular.

RECURSOS MATERIALES E INFRAESTRUCTURA.

Para la correcta realización del proyecto, se necesita un espacio cubierto con suelo blando de colchoneta (tatami). Aunque los alumnos pueden iniciar la actividad con ropa deportiva (chándal), posteriormente es aconsejable la utilización de “judogi” con cinturón de color según nivel.

TEMPORALIZACION.

El número mínimo de horas necesario para la realización del proyecto es de dos horas semanales de trabajo y de no más de seis sesiones de intercambio con los padres (Escuela de Padres y/o Taller Familiar) a lo largo del año.

FINANCIACIÓN.

- Dependiendo de su grado de incapacidad y los grupos que se pudieran formar, se valorara la cantidad bien por cuota alumno, programa o cualquier otra línea de trabajo específica, se analizara y se valorara según los casos
- Las intervenciones de los especialistas a través de la Escuela de Padres y/o Taller Familiar se valoran aparte, la cantidad aproximada de ciento cincuenta euros por sesión y profesional.
- Este capítulo queda abierto a negociación según las circunstancias.