

# Numero 2 di 4

## 04 Schede Judo

### Schede Tecniche e Schede Insegnanti

Oltre questa pagina troverai quattro schede.

Due di queste sono schede tecniche: sono rappresentate al loro interno alcune tecniche di judo che ab durante l'anno (una tecnica per scheda), con alcune informazioni interessanti, come ad esempio il nome significato in italiano, i gruppi a cui appartiene, a che cintura si può imparare...

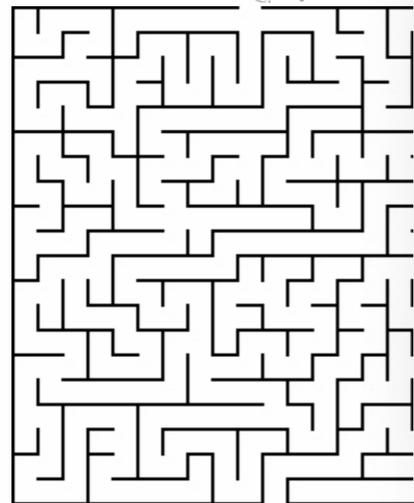
Le altre due schede invece sono bonus e contengono l'immagine di alcuni dei tuoi insegnanti preferiti (l insegnante) con alcune informazioni su di loro come il loro grado o altro...

Nei prossimi numeri troverai altre schede... Riuscirai a collezionarle tutte?

Buon divertimento!

ESEMPIO SCHEDA TECNICA

## 03 I labirinti

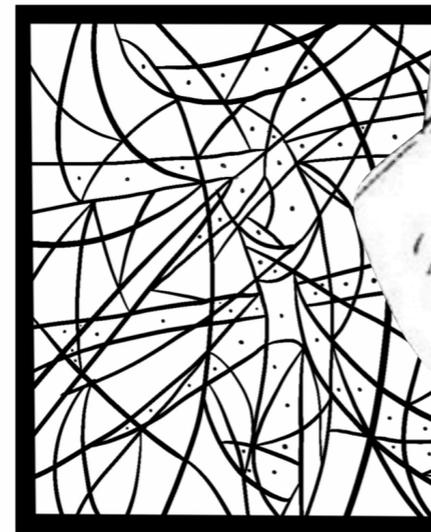


Districati attraverso questi labirinti e porta i judoka fini al dojo!  
La soluzione nel prossimo numero!

## 01 Le immagini nascoste

### Annerisci solo gli spazi con il puntino

Colora solo gli spazi con il puntino e scopri le due immagini nascoste.



## 02 Glossario dei termini in Judo

### Termini usati nel Judo

Ecco una prima breve lista di alcuni termini usati in palestra durante le lezioni.

A sinistra, in grassetto, il nome giapponese e a destra invece il suo significato in italiano.

Ne troverai altri nei prossimi numeri.



# La Settimana Judoistica

Contiene: giochi, schede judo, schede insegnanti, glossario

## Ciao!

Benvenuto nel secondo numero della Settimana Judoistica, un piccolo magazine che, noi insegnanti della Polisportiva Nippon ASD APS abbiamo pensato di creare per allietarti le ultime settimane di quest'estate.

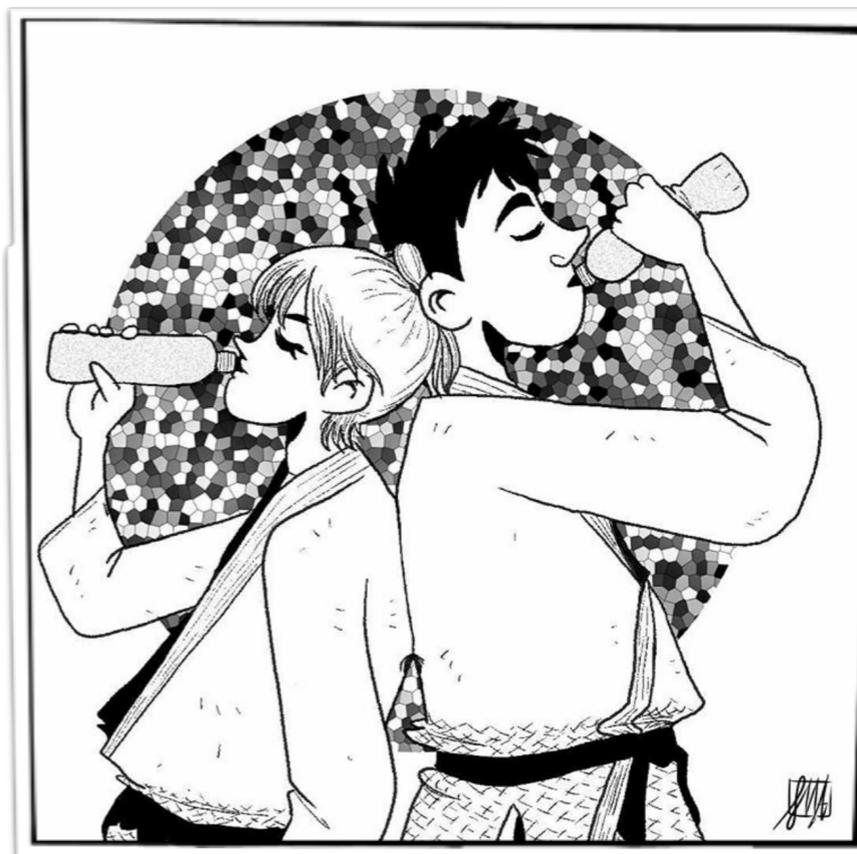
All'interno di questo fascicoletto troverai ancora nuovi giochi, curiosità, altre schede judo e le soluzioni dei quesiti del numero precedente! Potrai far stampare dai tuoi genitori queste pagine oppure guardarle da PC/Tablet/Smartphone, come preferisci!

Non vogliamo dilungarci troppo, quindi, ti scriviamo un breve elenco dei contenuti di questo numero e ti lasciamo al divertimento!

Sergio, Salvatore, Giorgia e tutti gli insegnanti ed assistenti della Polisportiva Nippon ASD APS

### SOMMARIO

- 00 - Introduzione
- 01 - Parolario di Judo
- 02 - Glossario dei termini Judoistici
- 03 - Unisci i puntini
- 04 - Schede Judo
- 05 - Soluzioni Numero 1
- 06 - Anteprima numero 3



## Inserisci le risposte alle domande nello schema

Inserisci nello schema le risposte alle definizioni a fianco di ogni riga (la prima lettera di ogni risposta è già scritta). Una volta completato lo schema, se anagrammi le lettere nelle caselle più scure troverai il nome di un personaggio importante.

J									.....	Colui che pratica il judo
U									.....	Significa caduta in giapponese. Lo sono la Ushiro, la Yoko e la Kaiten
D									.....	Palestra in giapponese
O										Una tecnica di judo in cui si usano prevalentemente le gambe. Si impara a partire da cintura gialla.
G									.....	Il significato della parola giapponese "shiai"
I									.....	Il punto che nelle gare dà la vittoria

P.S.: se cerchi bene in questi primi due numeri de "La Settimana Judoistica" puoi trovare tutte le risposte che ti servono!

## Termini usati nel Judo

Ecco la seconda parte della lista dei termini che usiamo in palestra durante le lezioni di judo.

A sinistra, in grassetto, il nome giapponese, a destra invece il suo significato in italiano.

Ne troverai altri nei prossimi numeri!

**Randori:** Esercizio libero

**Shiai :** Gara

**Shido :** Sanzione

**Renraku waza:** Combinazione di tecniche

**Kaeshi waza:** Contrattacco

**Tokui waza:** Tecnica preferita

**Osae -komi:** Immobilizzare

**Toketa:** Rompere il controllo

**Ippon :** Punto della vittoria

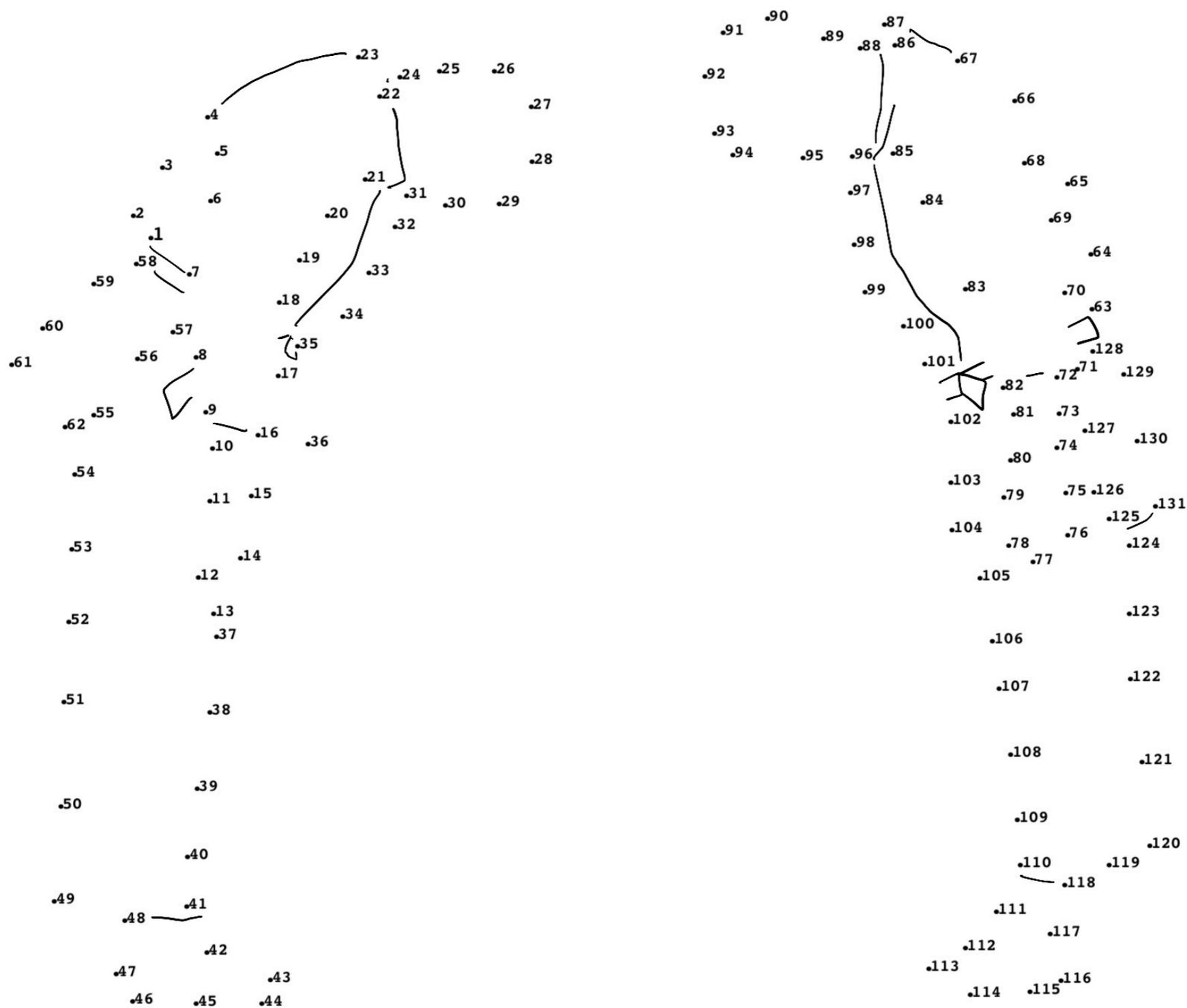
**Waza-ari:** Mezzo punto



Jigoro Kano, il fondatore del judo

# 03. Unisci i puntini

Unisci i puntini da 1 a 62 e poi da 63 a 131... Una volta completata l'immagine potrai colorarla a piacere!



## Schede Tecniche e Schede Insegnanti

Oltre questa pagina troverai quattro schede.

Due di queste sono schede tecniche: sono rappresentate al loro interno alcune tecniche di judo che abbiamo imparato o visto durante l'anno (una tecnica per scheda), con alcune informazioni interessanti, come ad esempio il nome della tecnica, il significato in italiano, i gruppi a cui appartiene, a che cintura si può imparare...

Le altre sue schede invece sono bonus e contengono l'immagine di alcuni dei tuoi insegnanti preferiti (una scheda per insegnante) con alcune informazioni su di loro come il loro grado o altro...

Negli altri numeri troverai altre schede... Riuscirai a collezionarle tutte?

Buon divertimento!

### ESEMPIO SCHEDA TECNICA

#### NOME DELLA TECNICA

In alto la pronuncia in giapponese ed il significato in italiano

Sotto il nome della tecnica scritto con gli ideogrammi giapponesi

#### GRADI

I gradi ai quali noi della Nippon insegniamo la tecnica. In questo esempio, O Soto Gari può essere imparata a partire da cintura gialla.

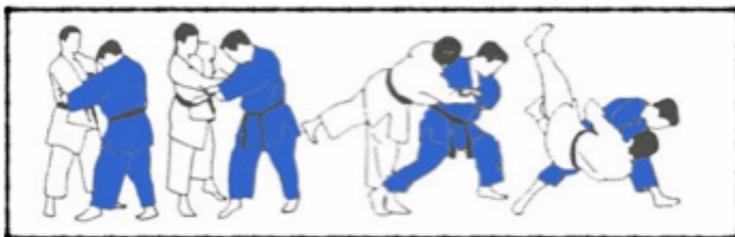
#### IMMAGINI

In alto una sequenza di esecuzione della tecnica

Sotto un immagine della tecnica che è possibile colorare

#### GRUPPI

Gruppi a cui appartiene la tecnica. Non conosci il significato? Scoprilolo nei prossimi numeri!

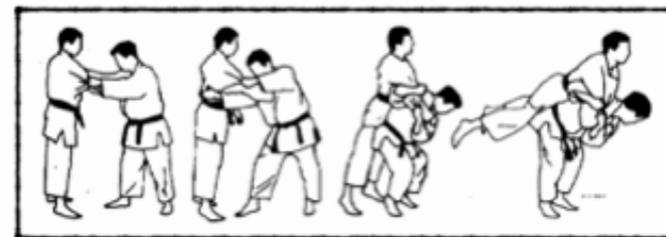


TAI OTOSHI - CADUTA DEL CORPO

体落

TACHI WAZA

TE WAZA



IPPON SEOI NAGE - PROIEZIONE SOPRA LA SPALLA

一本背負投

TACHI WAZA

TE WAZA





INSEGNANTE

**GIORGIA**

GIORGIA GALLETTI

GRADO: CINTURA NERA II° DAN

PALESTRE IN CUI INSEGNA:

ZIBIDO (SAN PIETRO CUSICO), GUDO VISCONTI



INSEGNANTE

**DAVIDE**

DAVIDE MORONI

GRADO: CINTURA NERA II° DAN

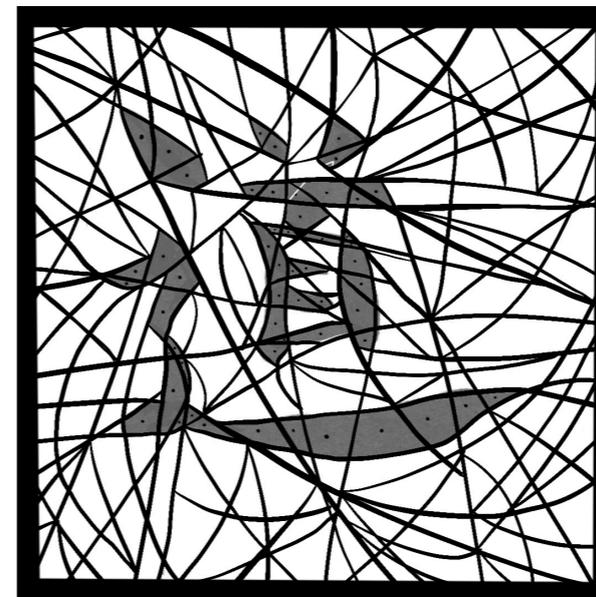
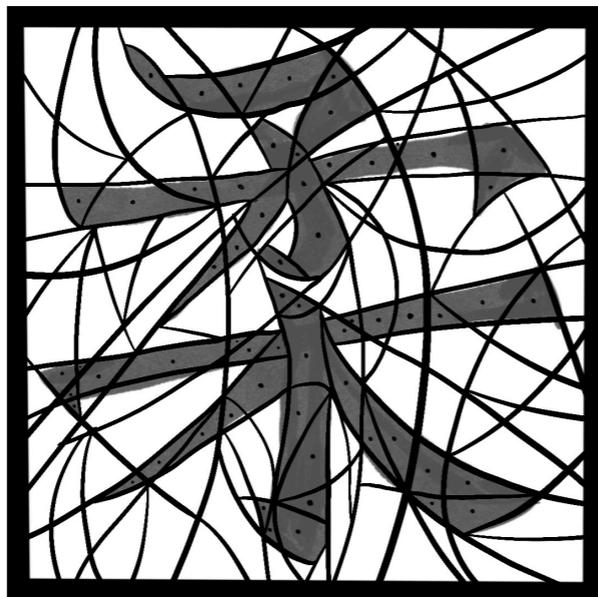
PALESTRE IN CUI INSEGNA:

PERO

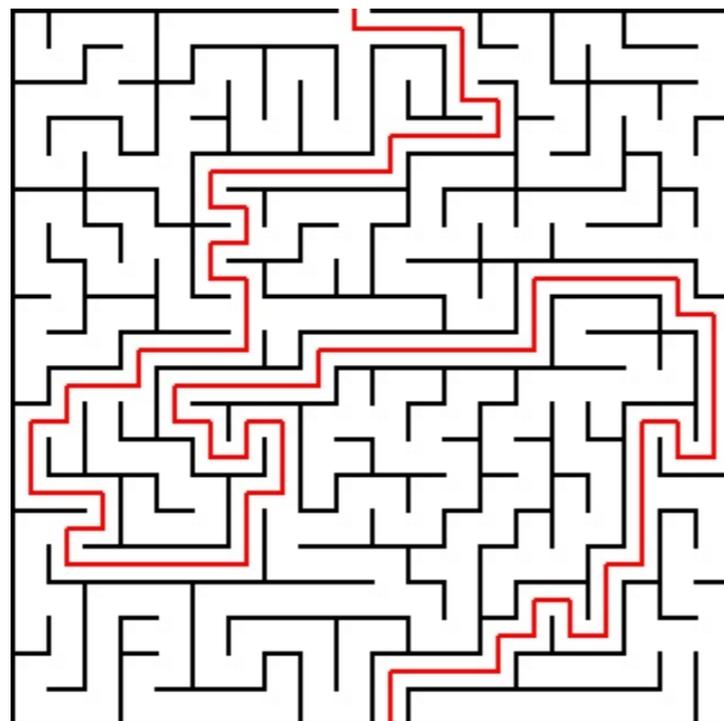
# 05 Soluzioni dei quesiti del numero precedente

## ANNERISCI GLI SPAZI COI PUNTINI

I simboli risultanti sono i due ideogrammi giapponesi (JU - cedevolezza e DO - via) la parola JUDO. Lo avevi capito?



## I LABIRINTI



## **Nel prossimo numero della Settimana Judoistica troverai...**

Le soluzioni dei giochi di questo numero!

Giochi divertenti da fare a casa o in  
vacanza!

Nuove nozioni tecniche sul Judo!

Altre schede tecniche e schede  
insegnanti da ritagliare, colorare e  
collezionare!

Ci vediamo tra una settimana!

