

INFORMACION AIKIDO

1. ¿Qué es el Aikido?

El Aikido está fundado por Morihei Ueshiba (1883-1969), en Japón, y se asienta en los siguientes principios:

- La no violencia del/la compañero/a o adversario.
- En caso de agresión, control de la persona hostil, pero no su daño y destrucción).
- Enseña cómo resolver los conflictos, mediante la no violencia, y la búsqueda del entendimiento y la paz entre las personas.
- No existen competiciones, ni dentro, ni fuera del Dojo, pues esto colisionaría con la esencia de la filosofía del Aikido.
- El Aikido no busca la confrontación, sino el diálogo, y en su defecto, la defensa, sin lesionar a la persona hostil.

2. ¿Cómo contribuye el Aikido a la educación global de los niños y las niñas en la edad escolar?

Las características más importantes de la práctica del Aikido en el periodo de enseñanza obligatoria de 6 a 16 años, son las siguientes:

- Desarrollo del sentido del tacto y de las capacidades senso-motrices (CSM): propioceptivas, exteroceptivas, etc.
- El desarrollo y afianzamiento de las capacidades perceptivo-motrices (esquema corporal, espacialidad, temporalidad, así como de las que surgen de las mismas: lateralidad, ritmo, estructuración espacio-temporal, equilibrio y coordinación).
- La mejora de las HMB (desplazamientos, giros, así como en los de lanzamientos y recepciones con implementos (a mano vacía o con armas), habilidades genéricas y destrezas específicas propias del aikido.
- Mejora de condición física, CFB (resistencia, fuerza, etc.), en estas edades pensadas supeditada al desarrollo de las habilidades motrices.
- Incremento de las capacidades socio-motrices en interacción con los demás en los juegos.
- Control de la agresividad e impulsividad.
- Mejora la responsabilidad y cuidado de la integridad del compañero/a.
- Valorar el riesgo propio y del compañero/a.
- Catarsis, liberación de estrés.
- Desarrollo sistemático del procesamiento rápido de la información (sentidos y capacidades senso-motrices), toma de decisiones, elección de respuesta y *ejecución: percepción – decisión – ejecución*.
- Desarrollo global de su personalidad, mediante un ajuste de las actividades en función de estado madurativo
- Integración con sus compañeros/as, pues en estas actividades muchos niños/as con menor interés por los deportes convencionales, en el aikido ven mejorada su autoestima y reconocimiento por los demás.
- Ayuda a alcanzar los objetivos, contenidos, competencias básicas, del currículo general de la etapa, mediante el desarrollo de las capacidades psicomotrices, cognitivas, afectivas, emocionales y de relación e interacción social.