

## NUESTRA ESCUELA DE ESGRIMA

# LA ESGRIMA

### ESGRIMA Y VALORES

La esgrima, a pesar de ser un deporte poco conocido en nuestro país, es el único deporte olímpico de origen español. Es un deporte muy completo que trabaja tanto el cuerpo como la mente y además es un gran vehículo de transmisión de valores.

Es por ello que la esgrima es un deporte muy indicado para practicar en entornos escolares e infantiles, puesto que transmite valores fundamentales a pequeños y jóvenes como el respeto, la igualdad de género, el trabajo en equipo y la deportividad, además de ayudar en el desarrollo de la personalidad, tanto a nivel físico como psíquico y emocional.

Se dice que es el ajedrez en movimiento, el arte de tocar sin ser tocado.



**¿ES PELIGROSO HACER ESGRIMA?** Cualquier deporte es peligroso si no se practica de una forma segura, en nuestro club. Usamos material homologado por la Federación Internacional de Esgrima (FIE) y personal cualificado.

**¿ES CARO HACER ESGRIMA?** No, ya que el material deportivo lo proporciona el club y no supone un gasto adicional para las familias.

**¿QUE CARÁCTER TIENE LA ACTIVIDAD?** La actividad tiene un carácter lúdico deportivo que pretende introducir a l@s alumn@s en el deporte de la esgrima, mediante el juego y la diversión.



## Beneficios de nuestra esgrima inclusiva



- Mejora la capacidad de razonar y tomar decisiones rápidas.
- Fomenta la creatividad mediante el juego.
- Desarrolla el intelecto y estimula la plasticidad neuronal.
- Ayuda a canalizar las emociones y los impulsos.
- Mejora la coordinación corporal
- Ayuda a respetar al adversario en el deporte y a l@s demás fuera de él.
- Fomenta la inclusion.
- Mejora la seguridad en un@ mism@ y la responsabilidad.
- Favorece la autoconfianza y la autoestima.
- Mejora la capacidad de adaptación y la concentración.
- Potencia la cohesión grupal.
- Mejora la capacidad de autocontrol.
- Aumenta la fuerza, resistencia y agilidad
- Fomenta la capacidad de liderazgo.
- Desarrolla las capacidades tácticas y de estrategia.
- Ayuda de forma cooperativa a sacar el potencial de cada uno.
- Ayuda a desarrollar el pensamiento abstracto.

## INSCRIPCION

Centro escolar: **CEIP Rosa Serrano , Paiporta**

Nombre: \_\_\_\_\_ Apellidos: \_\_\_\_\_

DNI: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

Fecha nacimiento: \_\_\_\_\_

Horarios: **Martes y Jueves de 17.h – 18h**

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_

**Socio AMPA 23 Euros al mes    Socio No AMPA 25 Euros al mes**

Posibilidad de recibir beca económica para que la actividad sea mucho más económica



Información de contacto

[laloberasaladarmes@gmail.com](mailto:laloberasaladarmes@gmail.com)

Laura 653.39.83.69

Ana 678.44.74.61