

# ESGRIMA EN EL COLEGIO TERESA BERGANZA

## CURSO 2022-23

La **Esgrima** es uno de los deportes más atractivos y completos, tanto a nivel **físico**, como por el **desarrollo intelectual** que proporciona. Está especialmente recomendado para niños y jóvenes por su alto grado de incidencia en un **mayor rendimiento académico**.

### BENEFICIOS DE LA ESGRIMA

#### En el área físico-motriz

- Se ejercitan todas las áreas del cuerpo.
- Desarrolla la capacidad de resistencia.
- Potencia la velocidad, el equilibrio y la coordinación.
- Agiliza la destreza, los reflejos y la capacidad de reacción.

#### En el área psico-intelectual:

- Desarrolla el intelecto.
- Mejora la capacidad de razonar y tomar decisiones rápidas.
- Potencia la destreza y permite tener mayor control sobre los propios impulsos y las emociones.
- Enseña a respetar al rival en el juego y a los todos fuera de él.
- Fomenta el desarrollo de la buena relación con el profesor y con los compañeros.
- Promueve el afán de superación y enseña a asumir las derrotas y a aprender de ellas.
- Los especialistas sugieren que la esgrima es un **deporte-ciencia**, ya que desarrolla la inteligencia a partir de la creación de estrategias de ataque para imponerse al rival.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La esgrima es uno de los **deportes más seguros**. La equipación obligatoria, la ausencia de contacto físico y la permanente vigilancia del maestro minimizan cualquier riesgo.

El director de la actividad será el prestigioso Maestro Fernando Medina y el encargado de impartirla, un maestro titulado aún por determinar, pero con amplia experiencia en el entrenamiento y forja de tiradores de florete, así como en el trabajo de iniciación con niños.

### INFORMACIÓN DE LA ACTIVIDAD

**Dirigida.** A alumnos de **2º a 6º de Primaria** durante los días lectivos del curso académico.

**Sede.** La actividad se desarrollará en el gimnasio del Colegio Teresa Berganza.

**Horarios.**

- **Primaria: Lunes y miércoles, de 16:10 a 17:10 horas.**

**Equipación.** La equipación deportiva personal específica es necesaria. Si no la posee, el CE Barajas podrá facilitársela con un suplemento de cuota de 10€ al mes.

**Grupos.**

• **Primaria:** Grupos de 12 alumnos como mínimo y 16 por alumnos como máximo por maestro. **Precio.**

- **Primaria: 36€ al mes**

**Forma de pago. Facturación trimestral mediante domiciliación bancaria a cada alumno.**

**Duración de la actividad. Días lectivos desde el 1 de octubre de 2022 hasta el 31 de mayo**

**Competiciones.** Los alumnos que adquieran nivel suficiente tendrán opción a participar en competiciones de la Federación Madrileña de Esgrima. A final de curso se realizará una jornada festiva de exhibición de las destrezas aprendidas por los alumnos.

**Entidad.** Club de Esgrima Barajas.

**Contactos.** Fernando Medina (680589251), Pablo Méndez (610717061).

**Correos de contacto.** [secretario@clubesgrimabarajas.com](mailto:secretario@clubesgrimabarajas.com) y [ceb@clubesgrimabarajas.es](mailto:ceb@clubesgrimabarajas.es)