

Ligue d'Alsace
Commission de "Baby Karaté"

Rentrée sportive 2008-2009

Cette année, nous avons créé une commission de "Baby karaté", qui a pour but de promouvoir le karaté pour les plus jeunes enfants âgés de 3 à 5 ans.

Notre objectif principal est de faire découvrir le karaté aux plus petits sous une forme très ludique, basée sur des jeux, des apprentissages moteurs, éducatifs corporels, relations avec les autres enfants.

Certes, ce ne sont pas de traditionnels cours de karaté, car à cet âge, les enfants n'ont pas de repères suffisants de l'espace, ni de leur propre corps, beaucoup d'entre eux ne connaissent ni la gauche, ni la droite. Il faut toujours garder à l'esprit que ce sont de très petits enfants, ce ne sont pas des karatékas en miniature. Ils sont là pour s'amuser, et l'objectif est de les rendre plus à l'aise dans la maîtrise de leur corps, et de leurs émotions à travers le karaté.

Les cours de baby karaté ne doivent en aucun cas excéder une heure.

Par ma propre expérience, je dois reconnaître que c'est un cours très agréable, toutefois, il faut s'armer de beaucoup de patience.

Les enfants qui sont passés par le "baby karaté" ont beaucoup plus de facilités d'intégrer un cours de karaté traditionnel, puisqu'ils ne sont plus novices, et qu'ils ont déjà acquis certaines bases de karaté.

Quel bonheur, de voir évoluer ces petits bouts de choux lorsque deux ans après le "baby karaté", ils se retrouvent sur les podiums des poussins !

Les clubs désireux de créer un cours de "baby karaté" peuvent me joindre au : 0680907000 ou encore à l'adresse : irenek@hotmail.fr.

Je serais ravie de mettre mes connaissances et mon expérience à profit en me déplaçant dans les différents clubs.

Irène Kaelbel
Responsable Commission "Baby karaté".