

WUSHU

Festival fin de curso

Colegio "Paraíso" S.S.CC.

15 de junio



Presentación

Los alumnos de Wushu del Colegio Paraíso SS.CC. y sus profesores, nos unimos a vosotros para celebrar el Festival Fin de Curso. Un pequeño muestrario (no por ello deja de ser intenso) de todo lo que hemos trabajado en este curso.

Poco a poco, van a ir desarrollando movimientos y técnicas más depuradas y avanzadas; aumentando la dificultad proporcionalmente a la edad y al nivel técnico (programa oficial de la Federación Internacional de Wushu - I.W.U.F).

Deseamos que disfrutéis observando la exhibición tanto como nosotros realizándola.

Los "profes":

Enrique

Rafa

Ana

Un paseo por la historia

La palabra Wushu proviene del idioma chino. Su traducción literal es arte marcial. Esta actividad deportiva está unida a la cultura china desde hace más de 3000 años.

Al principio de los tiempos estuvo unido a la supervivencia, posteriormente, su relación con la milicia, le dio una razón de ser. Durante los periodos de paz, los ejércitos se disolvían y los soldados volvían a sus casas. Se sabe, que durante estos periodos; esas artes, que en tiempos les habían hecho sentirse poderosos e invencibles, eran prohibidas, por lo que continuaron sus prácticas en secreto, transmitiendo sus conocimientos solo a los miembros de su clan o familia.

Fue en el siglo XIII cuando la prohibición de estas técnicas, obligaron a muchos practicantes a refugiarse en los monasterios. Uniendo estas técnicas de lucha de la milicia con las técnicas de concentración de los monjes. El más importante, fue, el de "Shaolin", ubicado en la montaña de "Shon Shan", al Norte de China, en la provincia de Henan. Destruído en el año 1730. Los supervivientes, huyeron al sur de China, a la región de "Guangzhou" (Cantón), donde construyeron el monasterio de "Fukien", que posteriormente también sería destruido. Por lo que la enseñanza de los monjes paso otra vez al oscurantismo y solo unos pocos afortunados fueron adiestrados por los supervivientes. Siendo estudiado, elaborado y cultivado posteriormente por varias generaciones de maestros. Quienes han contribuido a enriquecer su contenido, depurando sus formas y perfeccionando sus técnicas.

El Wushu moderno, no es solo un arte marcial, sino también una forma de entrenamiento físico con un estilo único. El profesor hace hincapié en la práctica de las técnicas básicas, la armonía entre las manos y los ojos, entre el cuerpo y los pasos, entre la energía y el espíritu, entre la potencia y la habilidad.

"La práctica conduce a la perfección"

Anónimo chino

Desfile y danza del dragón

- ☯ Desfile presentación de los participantes e inicio de la Exhibición de Wushu.
- ☯ Danza del Dragón.



2º y 3º de Educación Infantil

- ☯ Calentamiento y animales.
- ☯ Pista con obstáculos.
- ☯ Técnicas de Wushu.



FLEXIBILIDAD Y ELASTICIDAD

2º y 3º Educación Infantil

1º, 2º, 3º, 4º y 5º Educación Primaria

1º y 2º Educación Primaria

- ☯ **Pista de Primaria**
- ☯ **1er Cantón – Puño del Sur**
- ☯ **16 Pasos – Puño del Norte**



3º - 5º Educación Primaria

- ☯ 16 pasos puño del sur
- ☯ 16 pasos puño del norte
- ☯ 16 pasos palo del sur
- ☯ 16 pasos espada
- ☯ 16 pasos sable



Técnicas suelo y Volteretas

6º E.P. - E.S.O. - BACH. - EQUIPO

- ☯ Rutina de Lian Hua - tradicional
- ☯ Fook Fu Kuen - Hun Gar- tradicional
- ☯ 32 pasos palo del sur
- ☯ 32 pasos palo del norte
- ☯ 32 pasos sable
- ☯ 32 pasos espada
- ☯ Popurrí – WUSHU



**Entrega de Medallas
Despedida**