



K

KARATÈ IL MIO SPORT PREFERITO

Come si diverte Giorgio quando esercita il Karatè! È uno sport che piace a molti bimbi, che lanciano braccia e gambe in libertà, ma secondo regole precise.

La mossa che piace di più a Giorgio è l'estensione del braccio e della gamba inclinati in avanti. Si allena ogni giorno, perché sa che dopo molti esercizi, con la forza acquistata dai muscoli, potrebbe spezzare perfino una tavoletta. Il Karatè gli piace anche perché è uno sport di gruppo e con i suoi amici si fanno esercizi, giochi e anche tante risate. Sa che un giorno gli potrebbe anche servire per difendersi da qualche brutta avventura. Per ora si sta preparando alla prova finale che gli permetterà di passare da cintura bianca a cintura gialla.

Chi pratica il Karatè indossa un abito chiamato "Kimono", che consiste in due parti: una giacca e un paio di pantaloni di cotone bianco opaco e una cintura il cui colore indica il grado di abilità raggiunto.

Dal colore bianco della cintura si passa a quello giallo, poi arancione, verde, blu, marrone, nero, che indica il massimo grado di abilità: da un colore all'altro si passa dopo aver superato alcune prove ed esercizi sempre più impegnativi. Per questo motivo ci vuole molta costanza, controllo e allenamento: il Karatè è, dunque, uno sport educativo per chi lo pratica.

Giorgio e i suoi amici si allenano ogni giorno con gli esercizi assegnati dal loro insegnante, che è diventato così esperto da meritarsi il titolo di "cintura nera". Al termine delle lezioni, gli alunni si esibiranno in una grande palestra alla presenza di genitori e compagni.

Ai migliori verrà assegnata la cintura di un diverso colore.



k