

Il giornalino dello Yoseikan Budo



© SVYB - Design Edmund Nagler

**attività
per grandi e bambini**



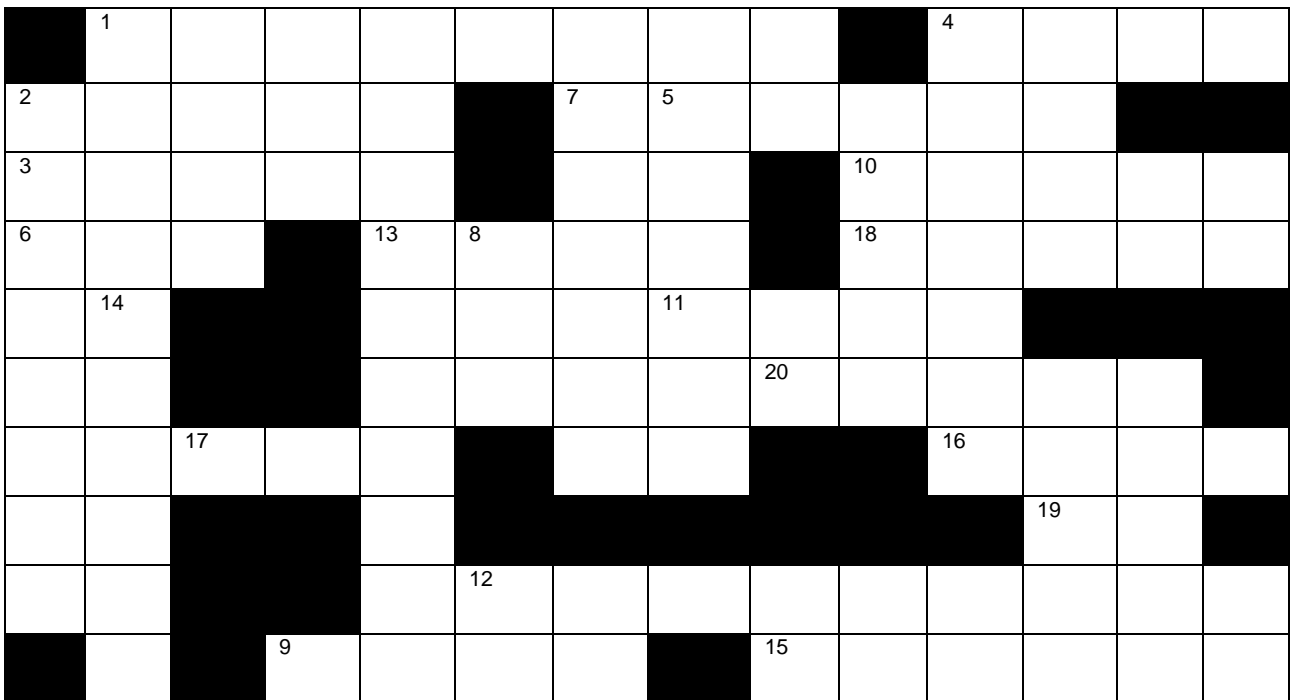
Curiosità e voglia di divertirsi sono caratteristiche che contraddistinguono i grandi e i piccoli lettori.

Ho creato per voi il giornalino dello Yoseikan Budo per farvi un po' divertire anche restando a casa.

In fondo si sa... l'allenamento della mente è importante tanto quanto quello del corpo.

Cari atleti buon allenamento e buon divertimento.

CRUCIVERBA



Orizzontale

- 1 Il nome della nazione in cui ha avuto origine la disciplina dello Yoseikan Budo
- 2 Il campionato che è stato organizzato a Bressanone nell'anno 1993
- 3 Quale elemento naturale rappresenta il colore blu del simbolo dello Yoseikan Budo
- 4 Lo dice l'arbitro durante la gara per fermare l'incontro
- 5 Il più piccolo tra gli attrezzi sportivi, rivestiti di gommapiuma, che viene utilizzato anche nelle gare
- 6 È il saluto, che rappresenta un segno di rispetto nei confronti del compagno e simboleggia un impegno morale e personale di onestà
- 9 Il nome in giapponese della palestra in cui ci si allena
- 10 Il nome del Maestro che ha creato la disciplina dello Yoseikan Budo
- 11 Lo dice l'arbitro durante una gara, quando viene compiuta un'immobilizzazione da parte di un atleta, prima di iniziare a contare
- 12 Il cognome del Maestro che ha creato la disciplina dello Yoseikan Budo
- 15 Il nome del padre del fondatore dello Yoseikan Budo
- 16 È il movimento chiave della disciplina dello Yoseikan Budo
- 17 Il colore rosso in giapponese
- 18 Lo si indossa sulla testa prima di iniziare un incontro di *emono*
- 19 Quale parte del nome YO-SEI-KAN BU-DO vuol dire: il cammino che porta all'obiettivo - la via
- 20 È la parola giapponese con cui si indica il vincitore di un incontro

Verticale

- 2 Lo è l'arte dello Yoseikan Budo
- 5 Noi ci alleniamo indossando lo *yoseikan gi*, ma lo chiamiamo comunemente ...
- 7 Il più lungo tra gli attrezzi sportivi, rivestiti di gomma, che viene utilizzato anche nelle gare
- 8 È il colore della giacca del nostro *yoseikan gi*
- 13 L'animale che ci aiuta a praticare il *bajutsu*
- 14 Il nome delle materassine su cui ci si allena



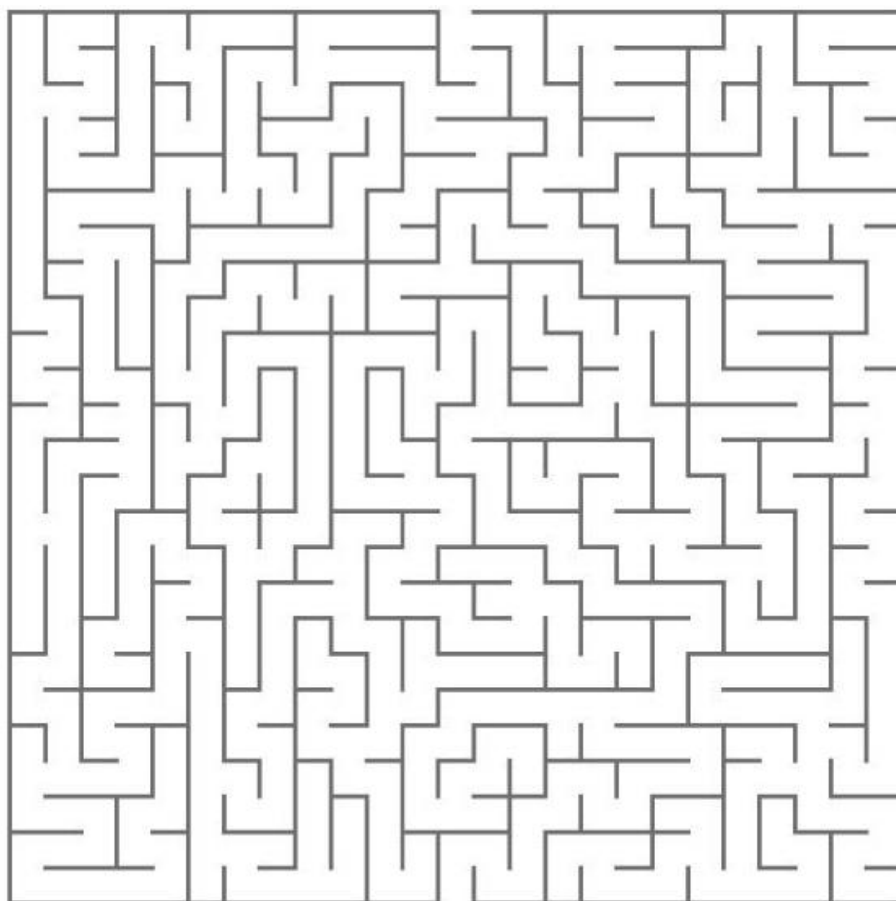
LABIRINTO

Nel 1987 i Maestri Roman, William e Fabrizio sono andati in Giappone ad allenarsi con il
Maestro Hiroo Mochizuki.

Aiuta i tre amici a ricordare la strada per arrivare al Dojo a Shizuoka in Giappone.



© SVYB - Design Edmund Nagler



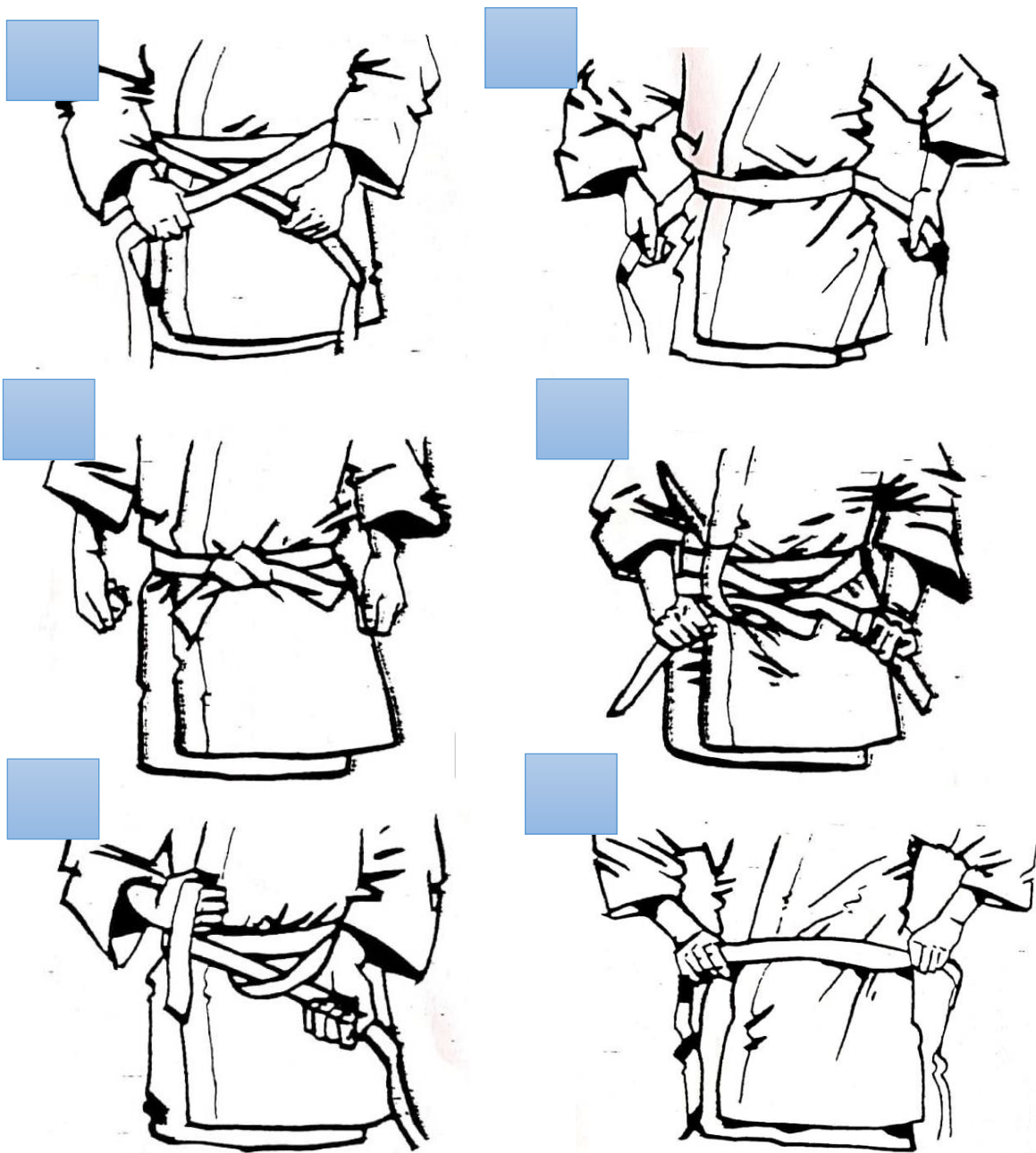
IL NODO ALLA CINTURA



© SVYB - Design Edmund Nagler

Al nostro amico si è slacciata la cintura mentre si allenava.

Aiutalo tu a riallacciarla correttamente riordinando la sequenza delle immagini.



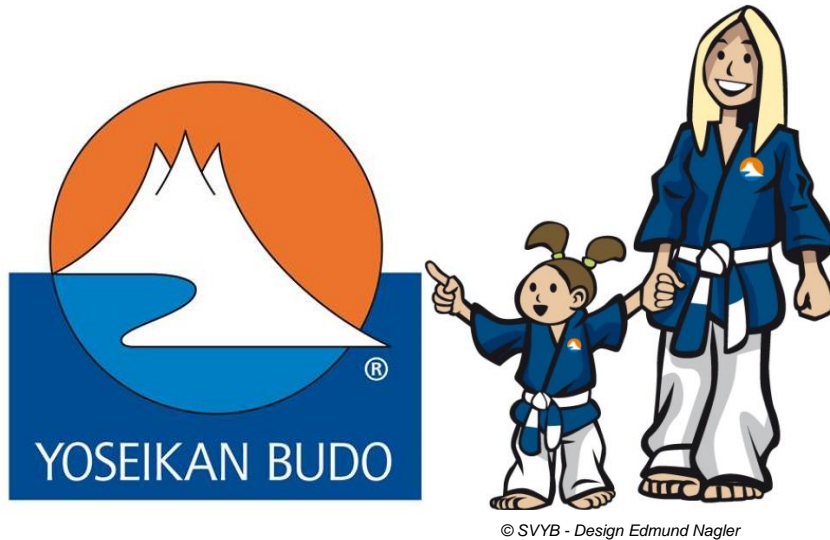
GERI

Unisci i puntini e scopri cosa rappresenta il disegno.



LOGO

La piccola budoka ha appena iniziato a praticare la nostra disciplina.
Aiutala a capire il significato del logo dello Yoseikan Budo che vede entrando nel Dojo,
collegando con una freccia la parola al suo significato.



© SVYB - Design Edmund Nagler

YO

impedire la guerra: la ricerca della pace

SEI

nutrimento dell'anima: l'educazione

KAN

il luogo d'incontro, la scuola, la casa

BU

il cammino che porta all'obiettivo: la via

DO

l'onestà, il senso di giustizia: la rettitudine

cerchio

*rappresenta
la terra, la
purezza, l'onestà,
la chiarezza
nelle decisioni,
negli impegni e
la solidarietà.*

montagna bianca

*rappresenta
la perfezione che
non può essere
raggiunta. Il
cerchio viene
infatti interrotto
dalla linea della
montagna.*

blu

*rappresenta
l'aria, l'ossigeno,
il sole e la luce.
La sfera celeste
che dà la vita.
L'aspetto Yang.*

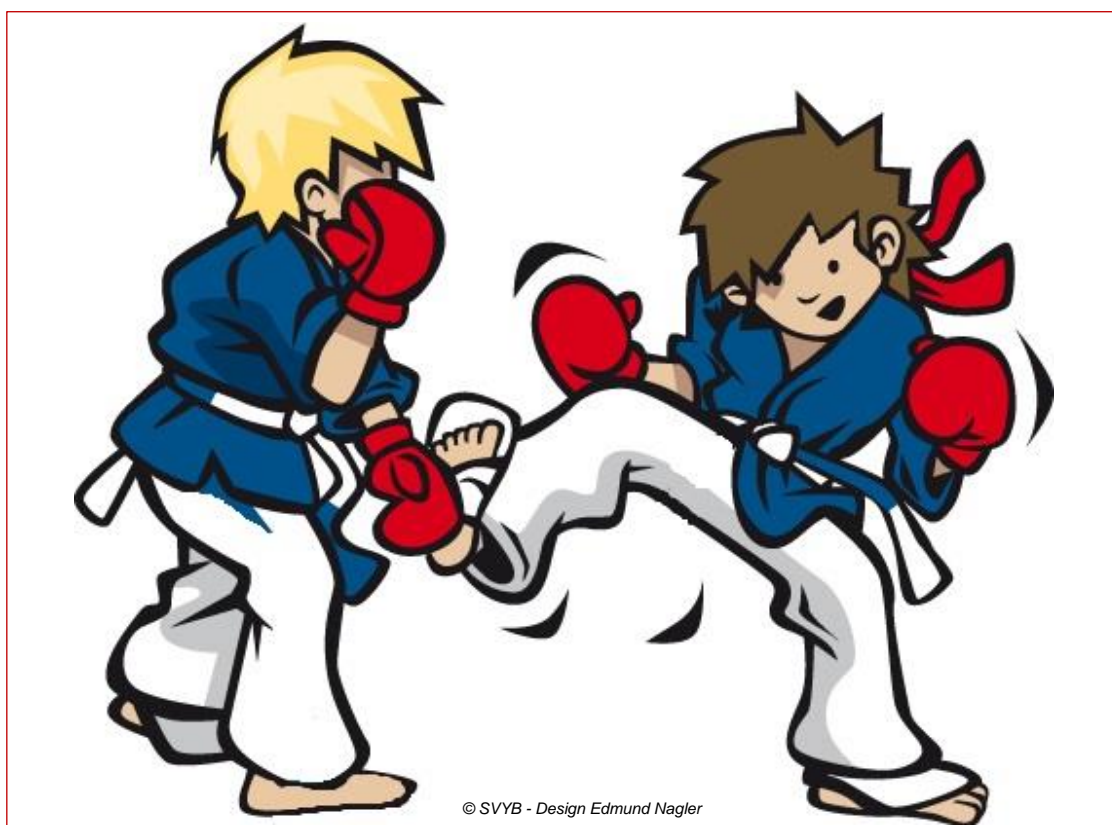
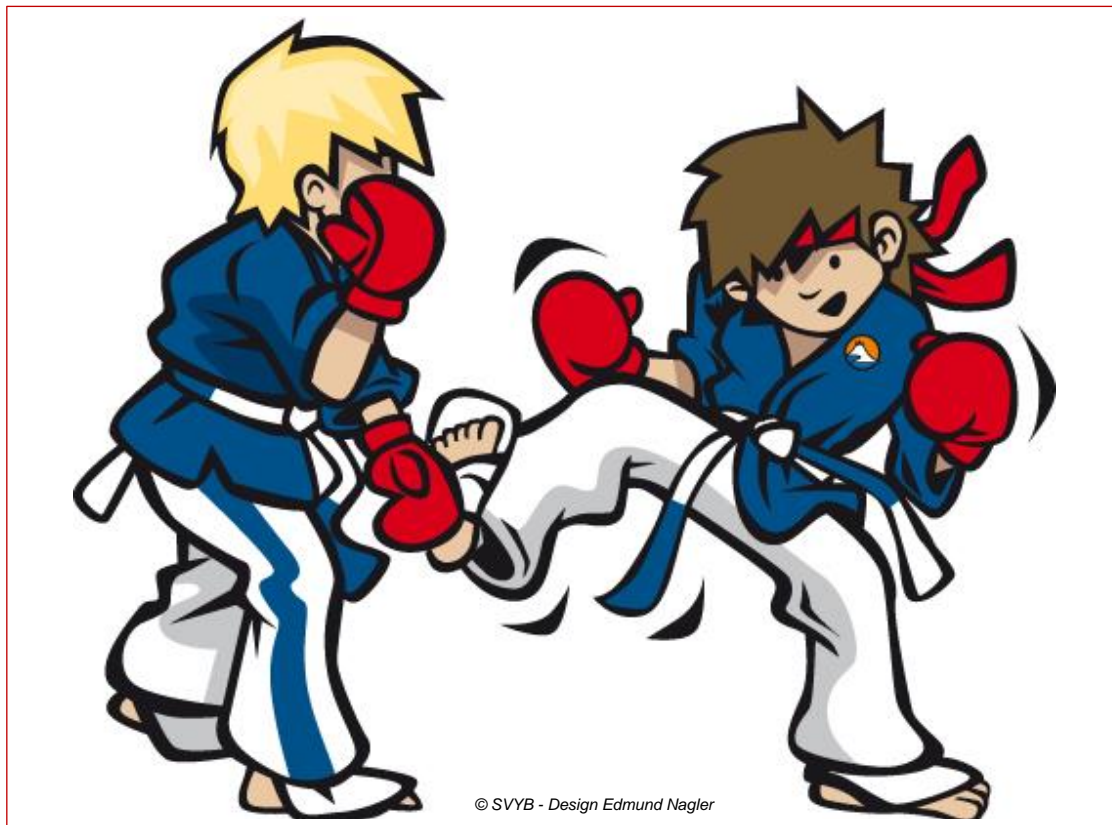
rosso/arancione

*rappresenta
l'acqua, la
flessibilità, la
capacità
d'adattamento,
la calma e la
speranza.
L'aspetto Yin.*

TROVA LE DIFFERENZE

Guarda le due immagini. Ci sono cinque differenze.

Riesci a trovarle?



QUIZ

Aiuta il nostro amico a trovare la stella con la risposta giusta e colorala.

Come si chiama l'urlo che si fa alla fine del kata?

★ Kiai

★ Ao

Qual è il modo tipico di stare seduti sulle ginocchia?

★ Sensei

★ Seisan

Come si chiamano gli ampi pantaloni che sembrano delle gonne?

★ Kata

★ Hakama

Come si dice "allenamento" in giapponese?

★ Keiko

★ Kime

Cosa vuol dire letteralmente happoken?

★ Serie di pugni da otto direzioni

★ Esibizione statica

Come sono suddivisi i livelli tecnici dei budoka?

★ Kyu – Yudansha - Kodansha

★ Go – no – sen

Come si dice cintura in giapponese?

★ Obi

★ Iki

Cosa vuol dire samurai?

★ Vincitore

★ Servitore, al servizio



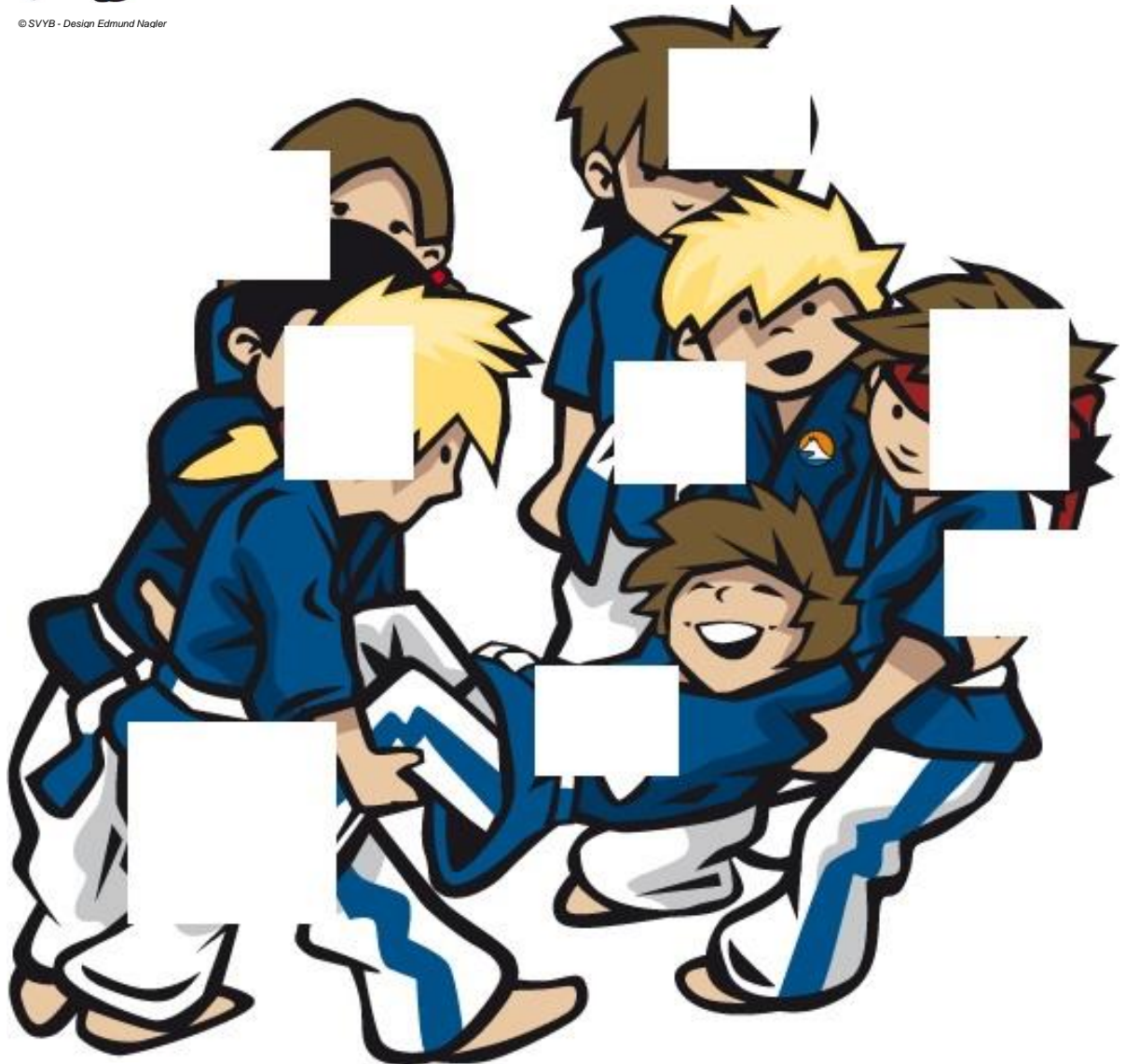
© SVYB - Design Edmund Nagler

PUZZLE

Trova il pezzo mancante.



© SVYB - Design Edmund Nagler



© SVYB - Design Edmund Nagler



A



B



C



D



E



F



G



H

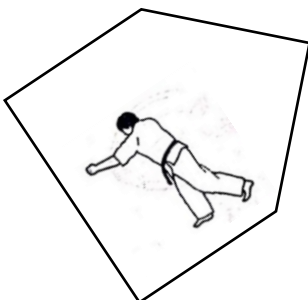
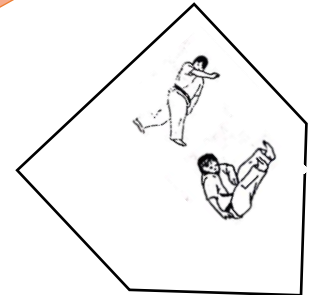
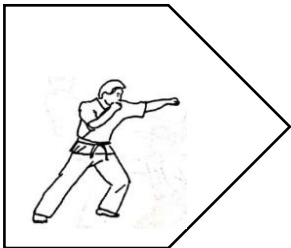
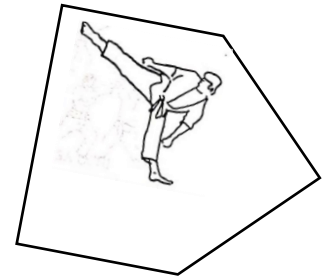
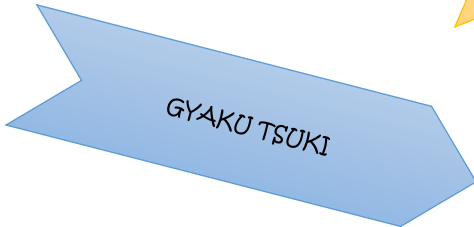
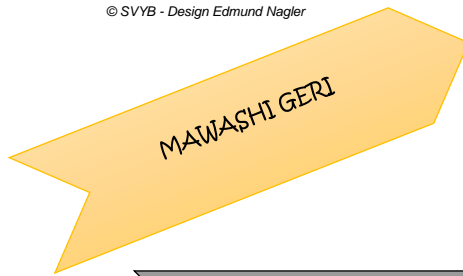
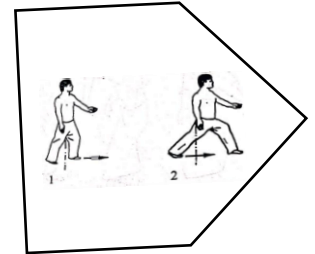
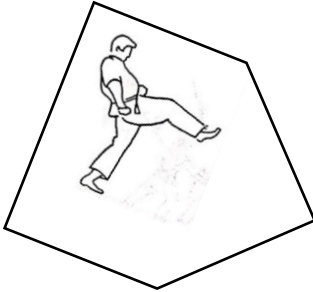
SOTTOSOPRA

Il nostro amico è a testa in giù e vede tutto sottosopra.

Aiutalo a riordinare le figure colorando l'immagine del movimento con lo stesso colore della freccia con il suo nome.



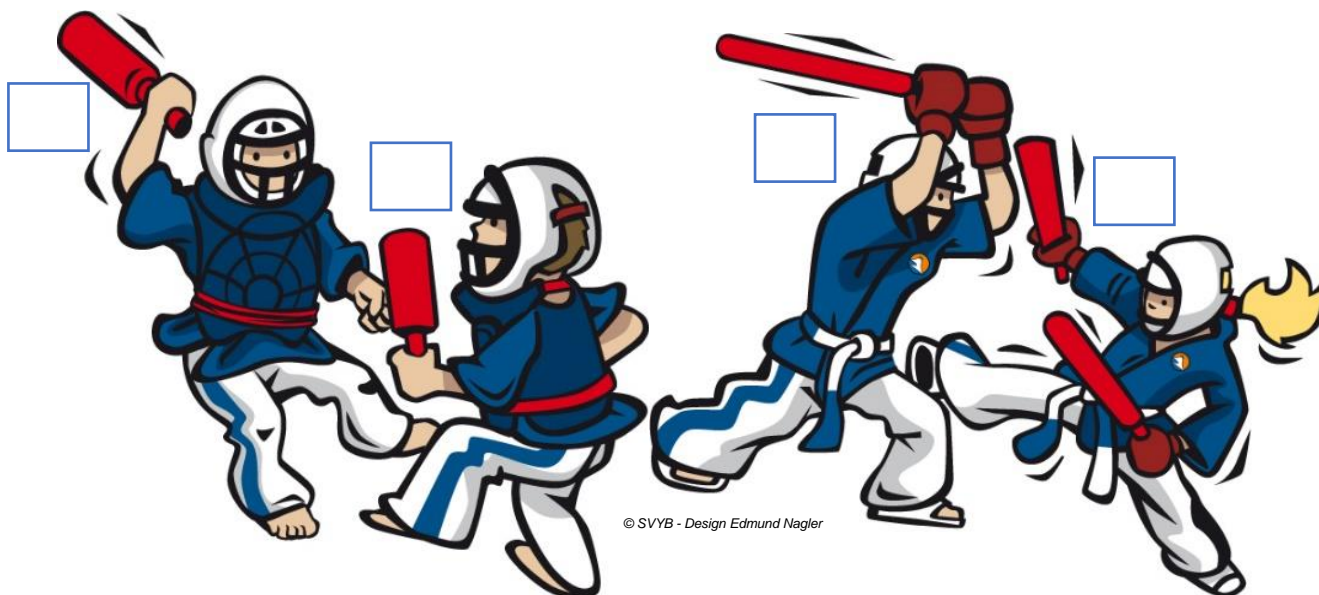
© SVYB - Design Edmund Nagler



GARA DI EMOHO

Gli atleti stanno partecipando ad una gara di *emoho*.

Con quale attrezzo sportivo stanno gareggiando? Indicalo con il simbolo corrispondente.



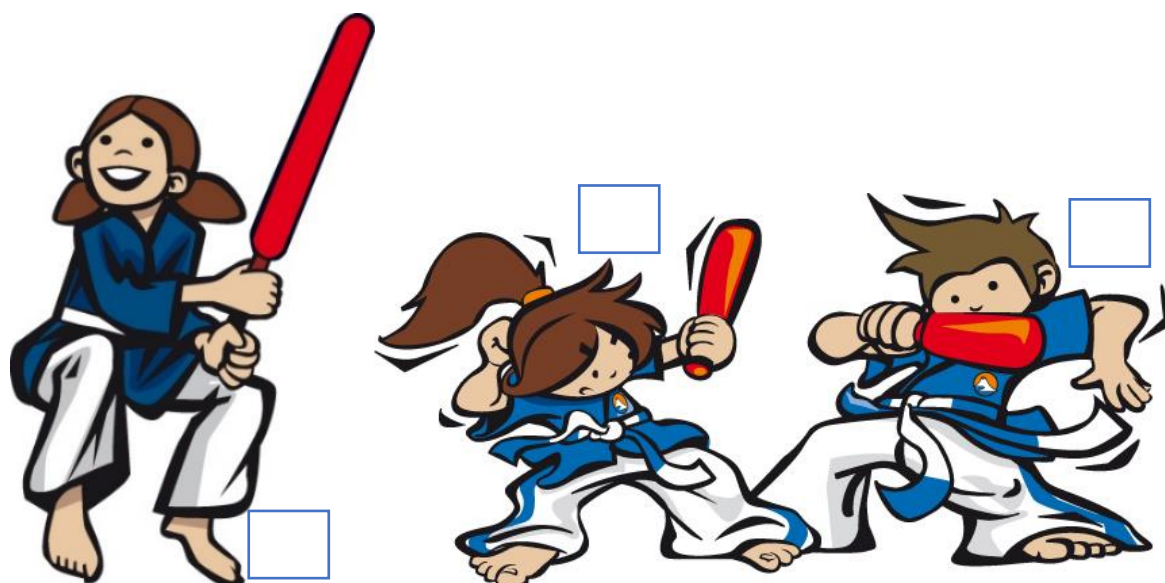
KOMBO



TAMBO

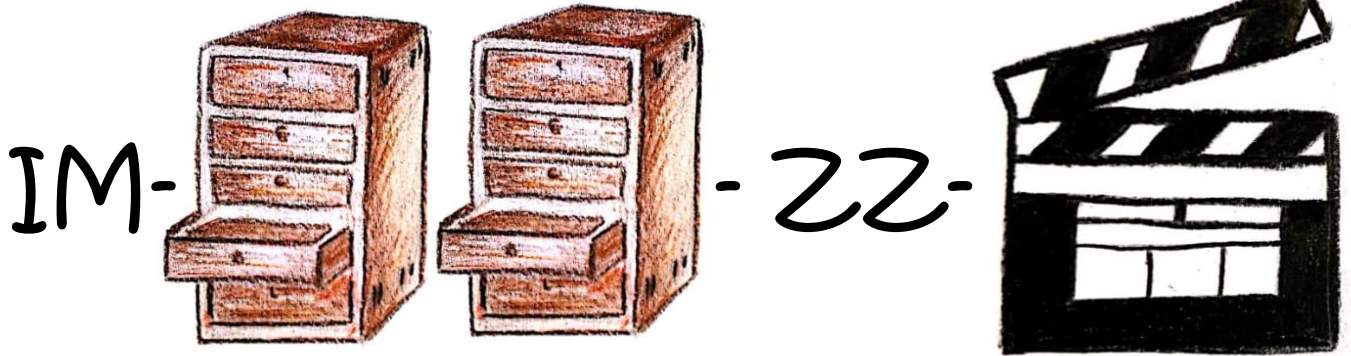


TCHOBO



REBUS

Riesci a risolvere il rebus?



LO SAPEVI CHE...

...il prossimo anno sarà il 30° anno del nostro abituale incontro a Rimini, luogo in cui alla fine di maggio tutti gli atleti di Yoseikan Budo si incontrano per un fine settimana ricco di allenamento, divertimento e amicizia?

...il Maestro Hiroo Mochizuki ha compiuto a marzo 84 anni ed è ancora molto in gamba?

...esiste un gruppo di atleti che si ritrova ad agosto al mare e in dicembre in montagna per allenarsi tutti insieme?



© SVYB - Design Edmund Nagler

...la cintura dello Yoseikan Budo è comune per tutti i praticanti e non ci sono differenze di colore, perché il valore tecnico non è proporzionale al valore morale e viceversa?

... esistono più di 70 kata?

... che i titoli onorifici nello Yoseikan Budo sono così suddivisi?

Soke (Capo scuola)
Ishihan (dal 7° Dan)
Hanshi (5 e 6 Dan)
Kyoshi (3 e 4 Dan)
Renshi (1 e 2 Dan)
Jokyo (1 Kyu)



© SVYB - Design Edmund Nagler

UN PO' DI GIAPPONESE

La nostra amica non è sicura del significato di alcune parole che sente in palestra. Aiutala tu a trovare il significato giusto facendo una crocetta sulla lettera corretta. Dopo scrivi la lettera sui trattini che trovi in fondo alla pagina e leggi cosa ti dice la bambina.

shiro	A	nero	bianco	D
soke	O	Capo scuola (massimo titolo onorifico)	allievo	B
kamae	M	guardia	mano	G
sensei	C	padre	maestro	O
ukemi	A	cadute	salto	H
kake	M	rotolamento	esecuzione tecnica	R
ushiro	S	avanti	indietro	I
kumite	G	combattimento	arresa	T
hike wake	O	vittoria	parità	A
kamaete	T	ordine di mettersi in posizione di guardia	ordine di uscire dal tatami	L
kootai	O	Cambio guardia	immobilizzazione	I
yoi	G	pronti	attenzione	A
shikaku	V	sgambetto laterale	sanziiona la sconfitta per penalità	O
hajime	B	ordine di conclusione del combattimento	ordine di inizio del combattimento	Z
yame	A	blocca l'azione di combattimento	caViglia	X
mote	Y	palestra	tornare alla posizione di partenza	I
jogai	H	ginocchio	fuoriuscita dal parametro di gara	M
chui	A	sanziiona una penalità di base	Capriola	R
hansoku	K	corsa laterale	sanziiona la penalità più grave	S
ki	H	energia	scarpa	P
kumiuchi	N	respirazione	lotta con contatto	I
randori kyoei	T	esercizio libero di aiuto reciproco	piegamenti	G
atemi	A	colpi	urla	T

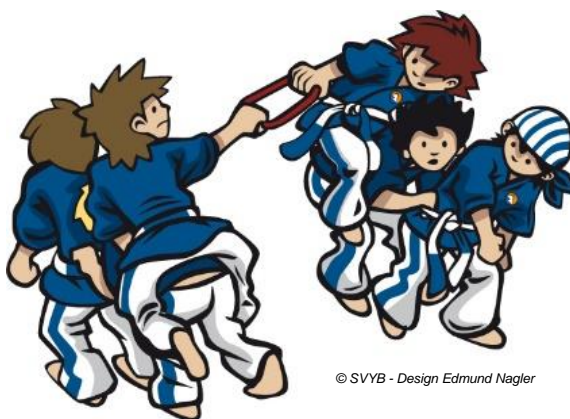
GRAZIE!!!





FILASTROCCA ANDRÀ TUTTO BENE

Lo Yoseikan Budo noi pratichiamo
e sul tatami tanto ci divertiamo.
Con molti amici ci possiamo confrontare
e le nostre tecniche sempre più esercitare.
I nostri pantaloni sono blu e bianchi
e di indossarli non saremo mai troppo stanchi.
La giacca invece è di colore blu
dai, cosa aspetti... indossala anche tu!!!
La cintura è un altro elemento importante,
per essere un budoka davvero brillante.
L'allenamento in palestra è un momento aspettato,
con nient'altro di meglio può essere scambiato.
Le nostre palestre sono sempre state aperte,
mentre ora purtroppo son tutte deserte.
A casa noi tutti dobbiamo restare,
ma gli allenamenti non dobbiamo mai dimenticare.
Sul nostro sito cliccare potremo,
e tante idee lì troveremo.
Allenamenti, giochi e altre attività,
per mettere in campo tutte le nostre abilità.
In salotto o in cameretta ci potremo allenare,
e con la nostra famiglia anche giocare.
Presto ci ritroveremo tutti insieme,
perché sono sicura che **ANDRÀ TUTTO BENE!!!**



SOLUZIONI

CRUCIVERBA

	¹ g	i	a	p	p	o	n	e		⁴ y	a	m	e
² m	o	n	d	o		⁷ t	⁵ k	o	n	b	o		
³ a	c	q	u	a		c	i		¹⁰ h	i	r	o	o
⁶ r	e	i		¹³ c	⁸ b	h	m		¹⁸ c	a	s	c	o
^z	¹⁴ t			a	l	o	¹¹ o	s	a	e			
i	a			v	u	b	n	²⁰ k	a	c	h	i	
a	t	¹⁷ a	k	a		o	o		¹⁶ o	n	d	a	
l	a			l						¹⁹ d	o		
e	m			l	¹² m	o	c	h	i	z	u	k	i
	i		⁹ d	o	j	o		¹⁵ m	i	n	o	r	u

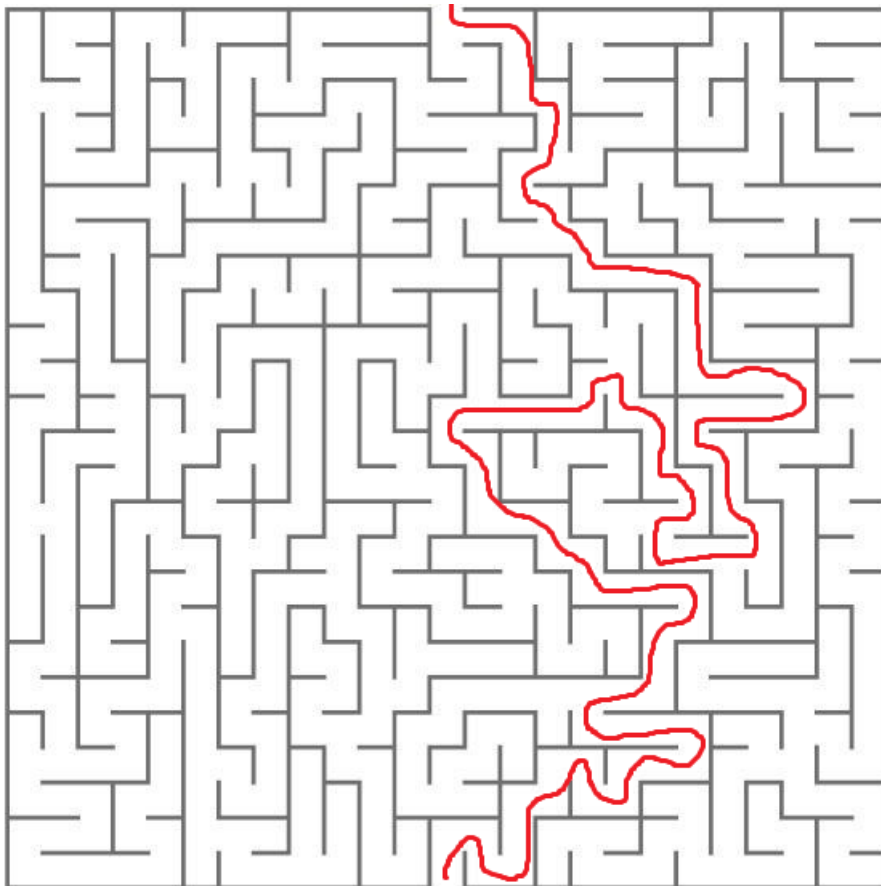
LABIRINTO

Nel 1987 i Maestri Roman, William e Fabrizio sono andati in Giappone ad allenarsi con il
Maestro Hiroo Mochizuki.

Aiuta i tre amici a ricordare la strada per arrivare al Dojo a Shizuoka in Giappone.



© SVYB - Design Edmund Nagler



IL NODO ALLA CINTURA

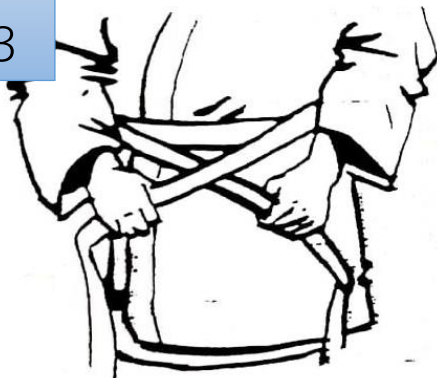


© SVYB - Design Edmund Nagler

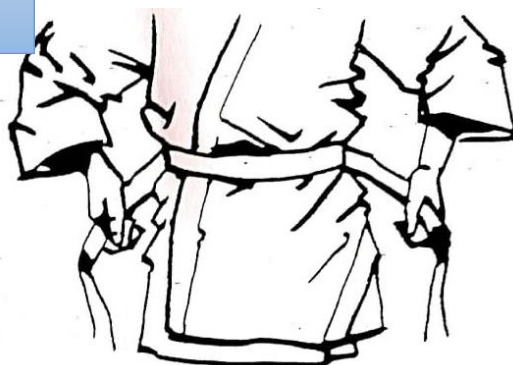
Al nostro amico si è slacciata la cintura mentre si allenava.

Aiutalo tu a riallacciarla correttamente riordinando la sequenza delle immagini.

3



2



6



5



4

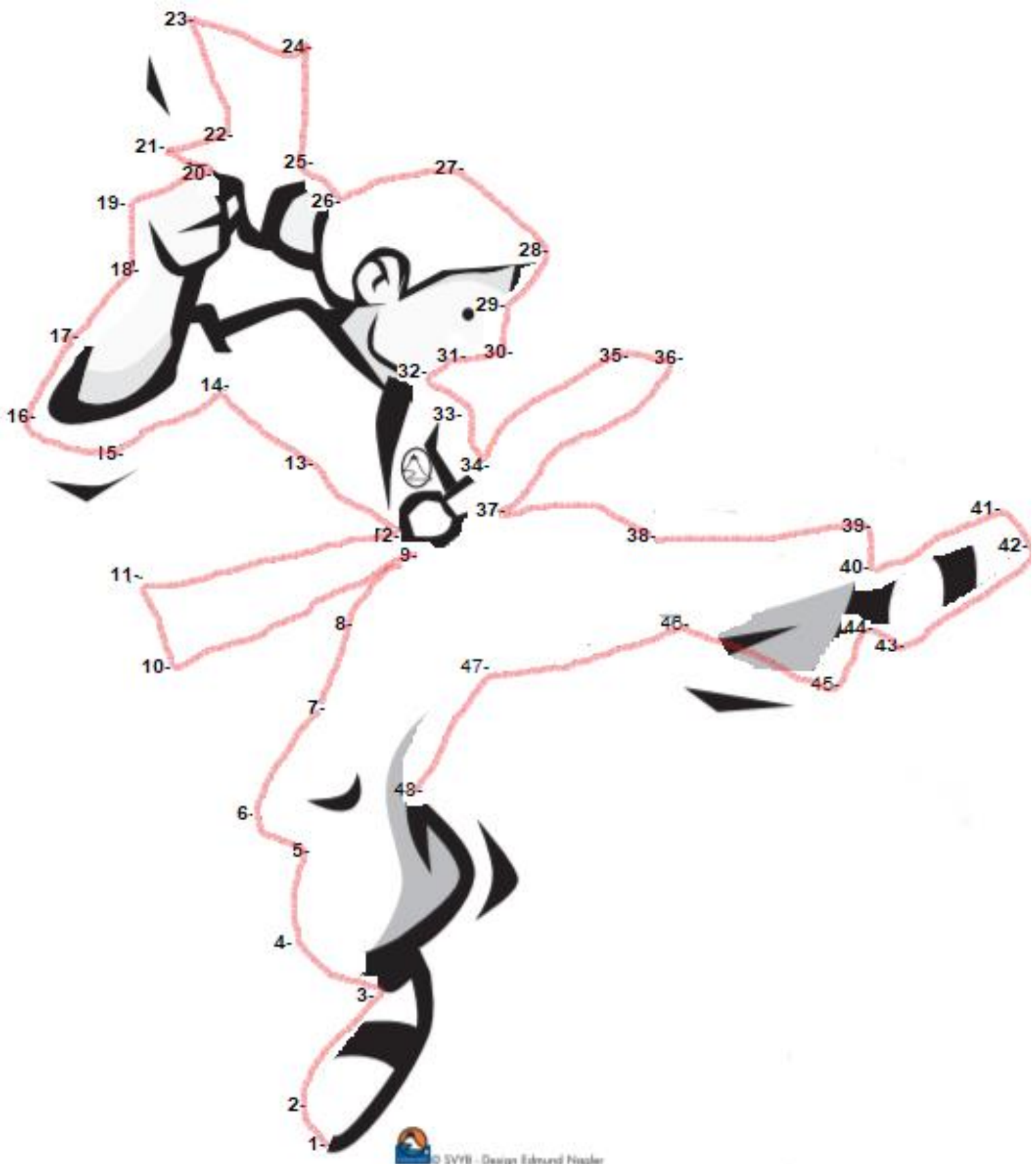


1



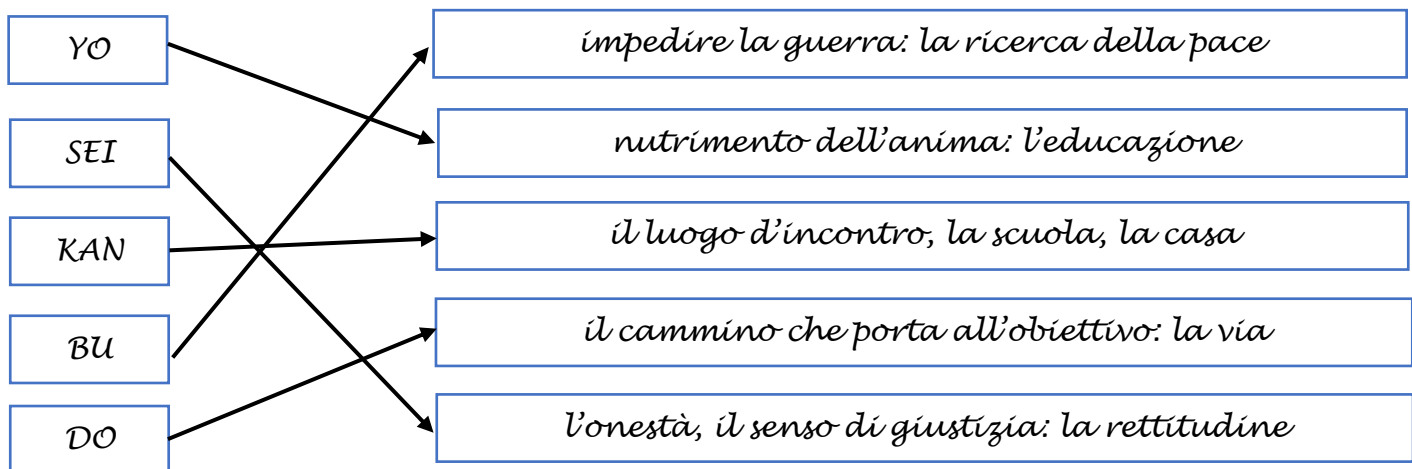
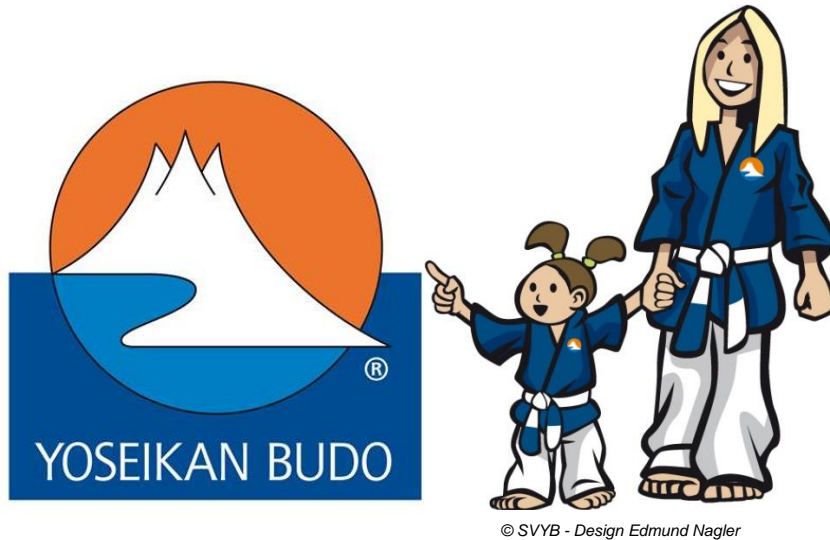
GHERI

Unisci i puntini e scopri cosa rappresenta il disegno.



LOGO

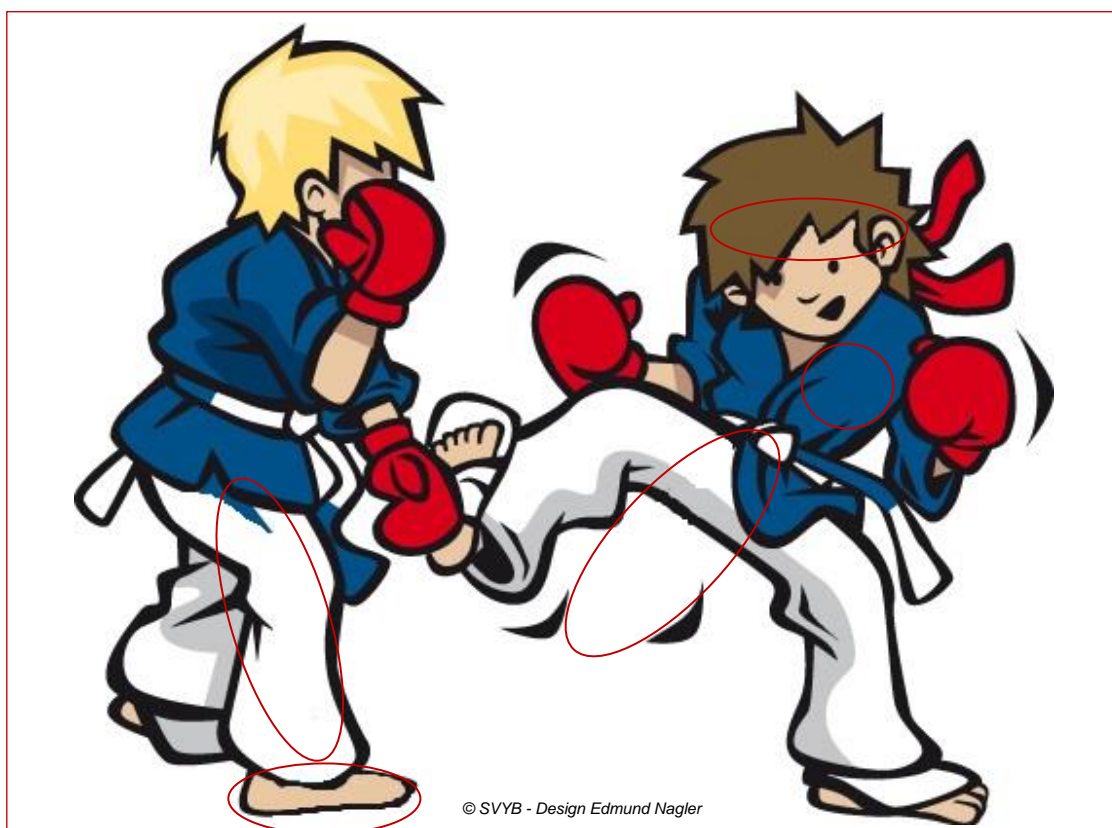
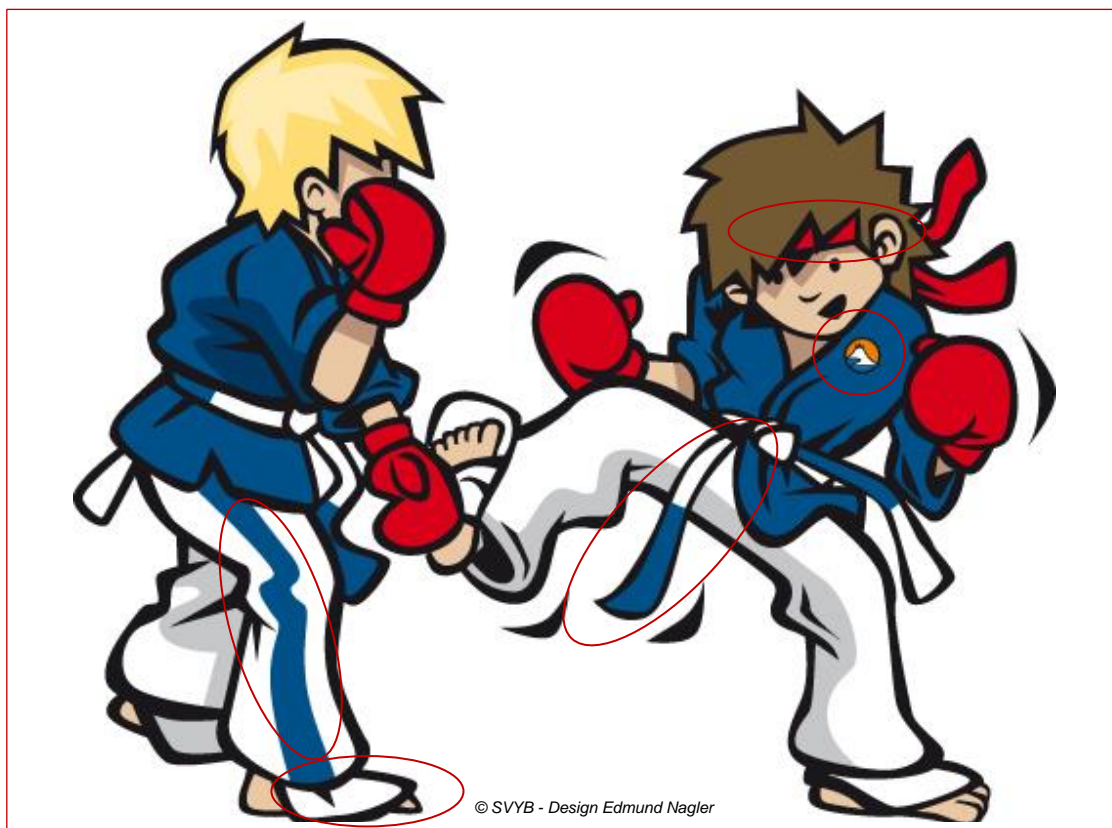
La piccola budoka ha appena iniziato a praticare lo Yoseikan Budo.
Aiutala a capire il significato del logo dello Yoseikan Budo che vede entrando nel Dojo
collegano con una freccia la parola al suo significato.



TROVA LE DIFFERENZE

Guarda le due immagini. Ci sono cinque differenze.

Riesci a trovarle?



QUIZ

Aiuta il nostro amico a trovare la stella con la risposta giusta e colorala.

Come si chiama l'urlo che si fa alla fine del kata?



Kiai



Ao

Qual è il modo tipico di stare seduti sulle ginocchia?



Sensei



Seisan

Come si chiamano gli ampi pantaloni che sembrano delle gonne?



Kata



Hakama

Come si dice "allenamento" in giapponese?



Keiko



Kime

Cosa vuol dire letteralmente happoken?



Serie di pugni da otto direzioni



Esibizione statica

Come sono suddivisi i livelli tecnici dei budoka?



Kyu – Yudansha - Kodansha



Go – no – sen



© SVYB - Design Edmund Nagler

Come si dice cintura in giapponese?



Obi



Iki

Cosa vuol dire samurai?



Vincitore



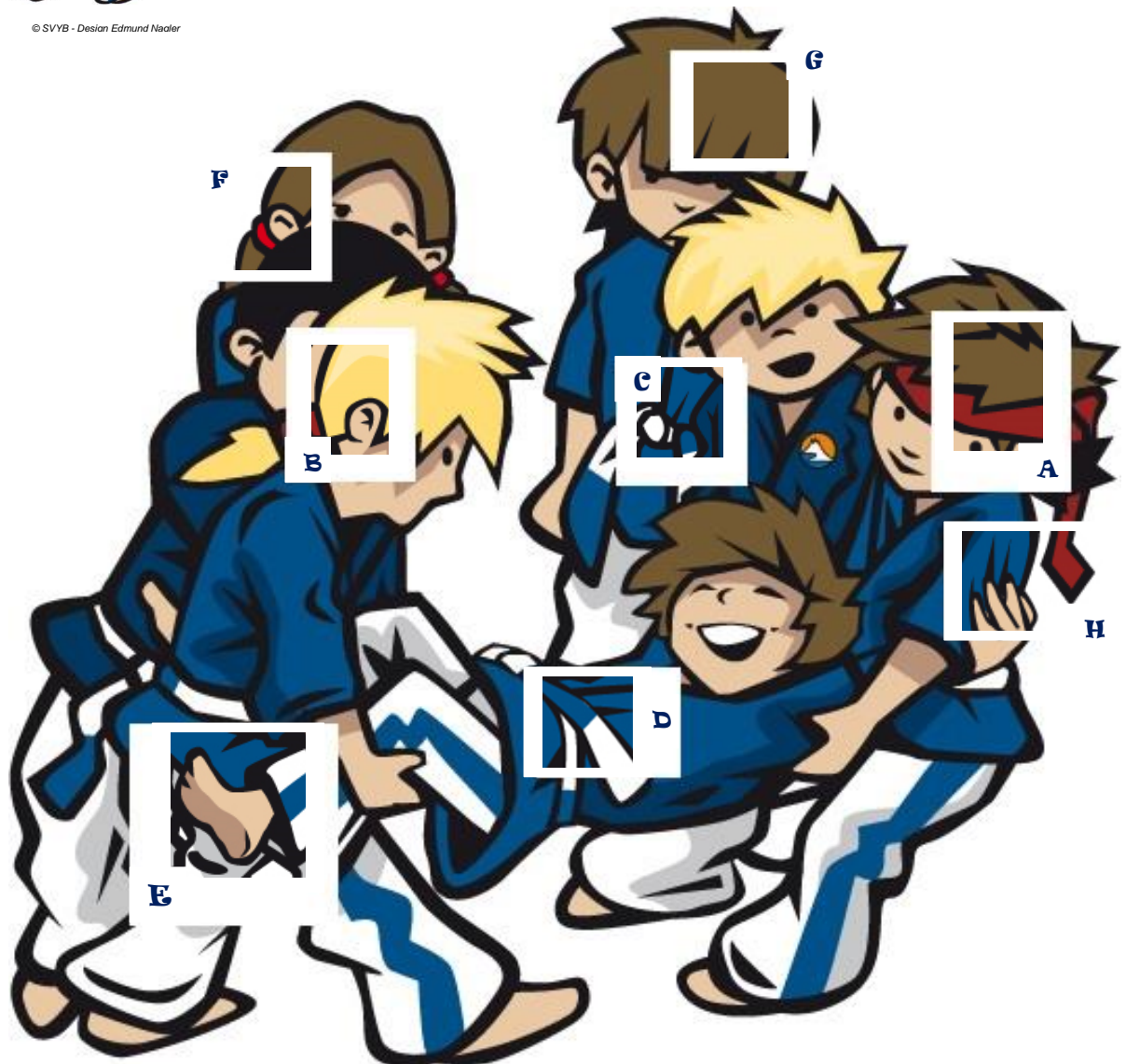
Servitore, al servizio

PUZZLE

Trova il pezzo mancante.



© SVYB - Design Edmund Nagler



© SVYB - Design Edmund Nagler



A

B

C

D

E

F

G

H

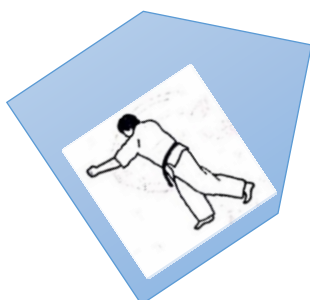
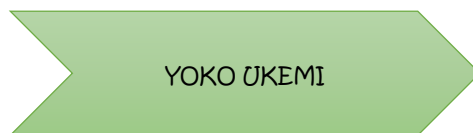
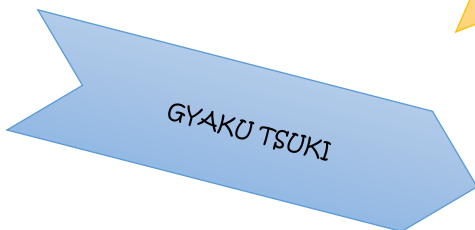
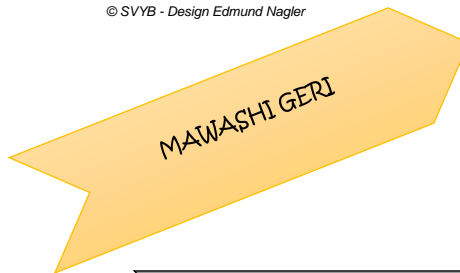
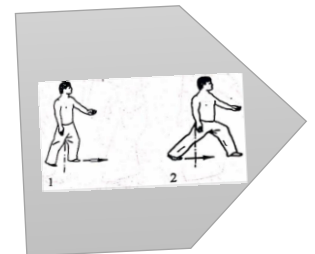
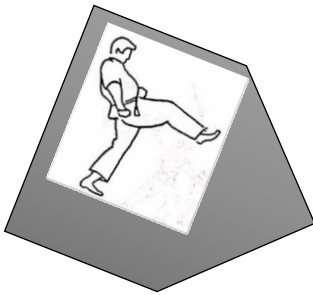
SOTTOSOPRA

Il nostro amico è a testa in giù e vede tutto sottosopra.

Aiutalo a riordinare le figure colorando l'immagine del movimento con lo stesso colore della freccia con il suo nome.



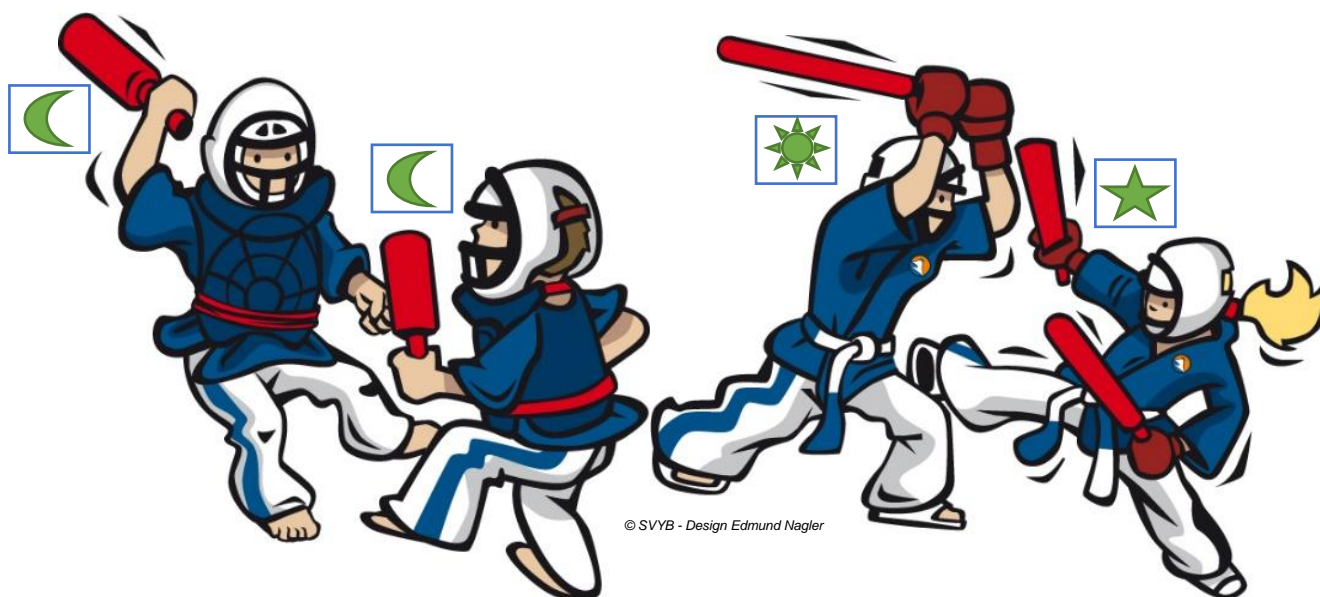
© SVYB - Design Edmund Nagler



GARA DI EMOHO

Gli atleti stanno partecipando ad una gara di *emoho*.

Con quale attrezzo sportivo stanno gareggiando? Indicalo con il simbolo corrispondente.



KOMBO



TAMBO



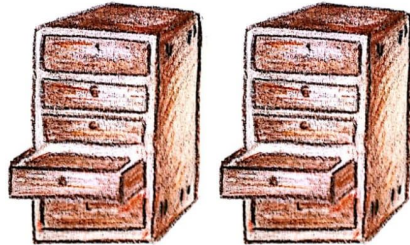
TCHOBO



REBUS

Riesci a risolvere il rebus?

IM-



-ZZ-



IMMOBILIZZAZIONE

AN-



ANNODIAMO

COM-



-



COMBATTIMENTO

UN PO' DI GIAPPONESE

La nostra amica non è sicura del significato di alcune parole che sente in palestra. Aiutala tu a trovare il significato giusto facendo una crocetta sulla lettera corretta. Dopo scrivi le lettere sui trattini che trovi in fondo alla pagina e leggi cosa ti dice la bambina.

shiro	A	nero	bianco	D
soke	O	Capo scuola (massimo titolo onorifico)	allievo	B
kamae	M	guardia	mano	G
sensei	C	padre	maestro	O
ukemi	A	cadute	salto	H
kake	M	rotolamento	esecuzione tecnica	R
ushiro	S	avanti	indietro	I
kumite	G	combattimento	arresa	T
hike wake	O	vittoria	parità	A
kamaete	T	ordine di mettersi in posizione di guardia	ordine di uscire dal tatami	L
kootai	O	Cambio guardia	immobilizzazione	I
yoi	G	pronti	attenzione	A
shikaku	V	sgambetto laterale	sanziiona la sconfitta per penalità	O
hajime	B	ordine di conclusione del combattimento	ordine di inizio del combattimento	Z
yame	A	blocca l'azione di combattimento	caViglia	X
mote	Y	palestra	tornare alla posizione di partenza	I
jogai	H	ginocchio	fuoriuscita dal parametro di gara	M
chui	A	sanziiona una penalità di base	Capriola	R
hansoku	K	corsa laterale	sanziiona la penalità più grave	S
ki	H	energia	scarpa	P
kumiuchi	N	respirazione	lotta con contatto	I
randori kyoei	T	esercizio libero di aiuto reciproco	piegamenti	G
atemi	A	colpi	urla	T

GRAZIE!!!



DOMO ARIGATO GOZAIMASHITA = grazie mille!!!

Il giornalino dello Yoseikan Budo
attività per grandi e bambini

Creato da
Giulia Romano

Immagini di
© SVYB - Design Edmund Nagler