



**PREFEITURA DE SANTOS**  
Secretaria de Educação



**NÚCLEO ESCOLA TOTAL:** CAIS MILTON TEXEIRA

**ANOS:** 1º AO 9º      **OFICINA:** TAEKWONDO

**EDUCADOR:** Deuilson

**PERÍODO:** 17 / 08 /2020 A 28 / 08 /2020

### **VAMOS CONHECER SOBRE O TAEKWONDO?**

DEFINIÇÕES BÁSICAS SOBRE O TAEKWONDO?

#### **1- O QUE É O TAEKWONDO?**

TRADICIONALMENTE O TAEKWONDO TEM SIDO DEFINIDO COMO A ARTE MARCIAL COREANA QUE UTILIZA OS PÉS E AS MÃOS NA LUTA. HOJE O TAEKWONDO É CONSIDERADO UM ESPORTE OLÍMPICO DE COMBATE QUE UTILIZA A HABILIDADE DOS PÉS E DAS MÃOS NA LUTA.

#### **2- QUAL É O SIGNIFICADO DA PALAVRA TAEKWONDO?**

<b>TAE: PÉS</b>	<b>KWON: MÃOS</b>	<b>DO: CAMINHO ESPIRITUAL</b>
-----------------	-------------------	-----------------------------------

#### **03- QUAIS OS OBJETIVOS DO PRATICANTE DE TAEKWONDO?**

APERFEIÇOAR A DISCIPLINA E O AUTOCONTROLE, DEFESA PESSOAL, MELHORAR A CONCENTRAÇÃO, APERFEIÇOAR O CONDICIONAMENTO FÍSICO, MELHORAR A CONVIVÊNCIA EM GRUPO.

**PRINCÍPIOS BÁSICOS DO TAEKWONDO:**

<b>CORTESIA</b>	<b>GENTILEZA, EDUCAÇÃO E SIMPATIA.</b>
<b>INTEGRIDADE</b>	<b>CARÁTER E DECÊNCIA.</b>
<b>PERSEVERANÇA</b>	<b>RESISTÊNCIA E PERSISTÊNCIA.</b>
<b>AUTOCONTROLE</b>	<b>E O DOMÍNIO SOBRE SI MESMO</b>
<b>ESPÍRITO INDOMÁVEL</b>	<b>NADA CONSEGUIRÁ VENCER UM PRATICANTE DE TAEKWONDO COM O ESPÍRITO DETERMINADO A VENCER</b>

O PRATICANTE DE TAEKWONDO NO ENTANTO DEVERÁ TOMAR SEMPRE AS OPÇÕES CORRETAS, NÃO USANDO ESTA CAPACIDADE PARA PREJUDICAR OS OUTROS.

AGORA PESQUISE O NOME DOS ATLETAS BRASILEIROS DE TAEKWONDO QUE VÃO PARTICIPAR DAS OLIMPÍADAS DE TÓQUIO EM 2021?

ESCREVA PARA [caismiltonteixeira@gmail.com](mailto:caismiltonteixeira@gmail.com) E CONTE COMO FOI PESQUISAR SOBRE OS ATLETAS DE TAEKWONDO.