



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



NÚCLEO ESCOLA TOTAL: CAIS MILTON TEXEIRA

ANOS: 1º AO 9º **OFICINA:** TAEKWONDO

EDUCADOR: Deuilson

PERÍODO: 14 / 09 /2020 A 25 / 09 /2020

CURIOSIDADES DO TAEKWONDO QUE VOCÊ NEM IMAGINAVA!

O BRASIL ESTÁ A MILHAS DE DISTÂNCIA DA COREIA, E AINDA ASSIM O TAEKWONDO SE TORNOU MUITO POPULAR POR AQUI TAMBÉM. ISSO SÓ PROVA QUE ESSE É UM ESPORTE MUITO FORTE, E MUITO CATIVANTE.

MAS VOCÊ NEM IMAGINA AS CURIOSIDADES DO TAEKWONDO QUE ATRAVESSARAM ESSA VIAGEM DE UM CONTINENTE A OUTRO, E FIZERAM DA HISTÓRIA DESSA ARTE MARCIAL AINDA MAIS INTERESSANTE E CATIVANTE. VEJA SÓ.

A **ATLETA BRASILEIRA** NATÁLIA FLAVIGNA DISSE QUE PARA OBTER MAIOR RESISTÊNCIA FÍSICA E FORÇA, ELA REALIZA SEUS TREINOS COM ADVERSÁRIOS MASCULINOS. ASSIM ELA CONQUISTOU A PRIMEIRA MEDALHA OLÍMPICA BRASILEIRA EM PEQUIM.

TREINAMENTO MILITAR: O EXÉRCITO SUL-COREANO RECEBEU TREINAMENTO DE TAEKWONDO EM 1953. AS TÉCNICAS AJUDAVAM OS SOLDADOS A TEREM MAIS RESISTÊNCIA, ATENÇÃO E FORÇA FÍSICA.

COREIA CAMPEÃ: A COREIA DO SUL É O PAÍS QUE MAIS POSSUI MEDALHAS EM COMPETIÇÕES MUNDIAIS DE TAEKWONDO EM TODAS AS CATEGORIAS, FEMININAS OU MASCULINAS.

FAIXA PRETA: A FAIXA PRETA TEM O SIGNIFICADO DE DIGNIDADE, DEDICAÇÃO, POSTURA E LIDERANÇA. POR ISSO SEUS DETENTORES SÃO MUITO RESPEITADOS, E CHAMADOS DE MESTRE.

ROUNDS: OS COMBATES OFICIAIS POSSUEM TRÊS ROUNDS. SE HOVER EMPATE, ENTÃO É REALIZADO MAIS UM PARA DEFINIR O CAMPEÃO. CADA ROUND DURA 2 MINUTOS, E HÁ UM MINUTO DE INTERVALO ENTRE ELES.



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



POR QUE PRATICAR TAEKWONDO É UMA BOA IDEIA?

AGORA QUE VOCÊ JÁ CONHECE ALGUMAS DAS CURIOSIDADES DO TAEKWONDO, DEVE ESTAR SE PERGUNTANDO PORQUE PRATICAR ESSE ESPORTE PODE REALMENTE SER BOM PARA VOCÊ. EXISTEM INÚMEROS BENEFÍCIOS.

O TAEKWONDO É RECONHECIDO NÃO SOMENTE POR PROPORCIONAR GRANDE FORÇA FÍSICA, MAS TAMBÉM POR GARANTIR QUE SEUS ADEPTOS RECEBERÃO UMA GRANDE NOÇÃO ÉTICA E MORAL A RESPEITO DO ESPORTE.

MUITOS VALORES SÃO INSERIDOS NA CULTURA COREANA, E O TAEKWONDO CARREGA TODOS ELES EM SUA FILOSOFIA. DIGNIDADE, RESPEITO, DEDICAÇÃO, HUMILDADE, AUTOCONTROLE SÃO APENAS ALGUNS DELES.

ALÉM DISSO, NÃO PODEMOS IGNORAR O FATO DE QUE ELE TRAZ MUITOS BENEFÍCIOS PARA O CORPO, TAMBÉM. ESSA É OUTRA DAS CURIOSIDADES DO TAEKWONDO. SEJA PARA QUEM ESTÁ LUTANDO CONTRA O SOBREPESO, OU MESMO PARA QUEM QUER FUGIR DO SEDENTARISMO, ESSA ARTE MARCIAL PODERÁ AJUDAR, E MUITO!.

FONTE:<https://pratiquefitness.com.br/blog/curiosidades-do-taekwondo-saiba-tudo-sobre-essa-arte-marcial/>

ATIVIDADE

AGORA QUE VOCÊ CONHECEU UM POUCO MAIS SOBRE O TAEKWONDO ESCREVA PARA O EMAIL: caismiltonteixeira@gmail.com OU DEIXE UM COMENTÁRIO NO FACEBOOK CAIS MILTON TEIXEIRA CONTANDO QUAL FOI A CURIOSIDADE QUE VOCÊ ACHOU MAIS INTERESSANTE

Até a próxima!