EDUCAÇÃO FÍSICA 5ª SEMANA

TEMA: Taekwondo

Prezada criança, esta semana falaremos sobre outro estilo de luta: o Taekwondo.

BREVE APRESENTAÇÃO:

O ***taekwondo*** tem origem coreana e se baseia principalmente na aplicação de chutes no adversário, apesar de ter algumas técnicas de uso das mãos também. A palavra *taekwondo* significa "o caminho das mãos e dos pés". Hoje em dia é uma modalidade difundida em todo o mundo e um de seus estilos já é um esporte olímpico.

REGRAS: Na luta são válidos golpes de braço (socos) e de pernas (chutes). Não é permitido pois o lutador perde pontos e/ou pode ser desclassificado se cometer as seguintes atitudes: agarrar o adversário, socar o rosto, empurrar, dar golpe abaixo da cintura ou cometer algum ato de indisciplina como faltar com o respeito ao árbitro ou ao adversário. Atualmente são utilizados equipamentos de proteção, os atletas são divididos em oito categorias (por peso) e a luta tem a duração de três rounds. A luta pode ser vencida por nocaute, por pontos ou pela desclassificação do adversário.

Disponível em: <https://img.freepik.com/vetores-gratis/um-taekwondo-atleta-personagem_1308-29219.jpg?size=338&ext=jpg>. Acesso em: 12 set. 2021.

PRINCÍPIOS: Os princípios dessa arte continuam sendo seguidos, são eles: Cortesia, perseverança, integridade, auto controle, espírito Indomável.

Disponível em: <https://www.smartkids.com.br/trabalho/artes-marciais>. Acesso em: 12 set. 2021.

PARA SABER MAIS:

Entenda um pouco mais sobre a luta de TAEKWONDO acessando o link: <https://www.youtube.com/watch?v=b4TQYeVqgds>. Acesso em: 12 set. 2021.

ATIVIDADES

1 – De acordo com o texto de estudos da Semana, responda

A) O que significa Taekwondo?

_____

_____

_____

B) Qual é a origem do Taekwondo?

_____

_____

_____

C) Cite quais são os princípios do Taekwondo?

_____

_____

_____

2 – Leia as afirmativas e coloque **V** para as verdadeiras e **F** para as falsas.

( ) Na luta do Taekwondo são válidos golpes de braço (socos) e de pernas (chutes).

( ) Na luta do Taekwondo é permitido agarrar o adversário, socar o rosto, empurrar e dar golpe abaixo da cintura.

( ) A luta do Taekwondo tem a duração de quatro rounds.

( ) A luta pode ser vencida por nocaute, por pontos ou pela desclassificação do adversário.