

**ISSN 2238-9113**

**AREA TEMÁTICA:**

- COMUNICAÇÃO**
- CULTURA**
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA**
- EDUCAÇÃO**
- MEIO AMBIENTE**
- SAÚDE**
- TRABALHO**
- TECNOLOGIA**

**O ENSINO DO TAEKWONDO NO PROJETO ESCOLA DA BOLA**

**Bruno Margueritte Costa (bruno.mtt.tkd@hotmail.com)**

**Alfredo Cesar Antunes (alfredo.cesar@hotmail.com)**

**RESUMO**

Passadas mais de duas décadas desde a primeira participação nos Jogos Olímpicos como modalidade demonstrativa e firmada no calendário dos jogos há mais de dez anos, o Taekwondo cada vez mais se consolida como uma das principais modalidades de combate existentes. O Brasil acompanha esse crescimento, porém, ser uma modalidade olímpica não é o único atrativo do Taekwondo. Este estudo tem como objetivo destacar o ensino do Taekwondo no projeto de extensão Escola da Bola, como uma arte marcial que é uma forma de disciplina, que desenvolve as capacidades físicas, autocontrole e que é muito importante no desenvolvimento motor de crianças e adolescentes e no crescimento para formação de cidadãos.

Palavras chaves: Taekwondo. Artes Marciais. Projeto Escola da Bola.

**INTRODUÇÃO**

O Taekwondo teve sua origem na península Coreana há mais de 2.000 anos atrás. Nos primórdios era praticado exclusivamente para combates corpo a corpo em que se perdiam as espadas (HI, 1987). Nesse período da história, três reinos formados por três tribos distintas buscavam a hegemonia da região, com isso o treinamento militar era essencial, incluído nele o combate sem armas. Essa luta usava todo o corpo, contendo socos e chutes, usados de acordo com a necessidade, comenta Lopes (2015). Posteriormente, com a união dos três reinos e a formação da dinastia Koryo, liderada pelo imperador Taejo Wang Geon, as habilidades marciais tornaram-se tão importantes a ponto de ser o requerimento para o ingresso no serviço militar, afirma Hi(1987). Porém, durante a dinastia de Chosun, em 1592 a região foi invadida pelos

japoneses, o Taekwondo que na época era conhecido como Taekkyon foi proibido, como uma forma de opressão japonesa sobre o povo dominado, mas, mesmo clandestinamente o esporte e suas técnicas de socos, chutes e quedas continuavam a ser difundidos pelos seus mestres.

Somente após o final da Segunda Guerra Mundial que os coreanos foram totalmente libertos, assim, o Taekwondo voltava a ser o principal esporte de combate do país, visto que os japoneses durante os anos de opressão tentaram implementar o karatê.

Fargas (1993) salienta que somente em 1973, com a criação da WTF (World Taekwondo Federation), as regras para competição foram padronizadas, possibilitando assim o crescimento do esporte. O taekwondo ganhou visibilidade suficiente e esteve em 1988 em Seul, e em 1992 em Barcelona como esporte demonstrativo nos Jogos Olímpicos. A confirmação do esporte no calendário olímpico viria nos anos seguintes e a partir de 2000 em Sidnei, o Taekwondo sempre esteve presente nos jogos, e desde 2009 a federação mundial busca também a inclusão da modalidade nos Jogos Paraolímpicos. Segundo Lopes (2015), atualmente ela conta com diversos mestres espalhados por mais de 200 países. Ao longo da história o Taekwondo teve que sofrer mudanças, e hoje é o combate com maior número de protetores para o corpo, dando assim segurança para o iniciante.

## **OBJETIVOS**

Esse estudo tem como objetivo apontar as variadas formas com que a modalidade Taekwondo pode ser ensinada e desenvolvida, citando alguns ganhos que a prática traz aos seus adeptos, tanto na área motora, com desenvolvimento de capacidades físicas, quanto na área cultural, com suas filosofias.

## **REFERENCIAL TEÓRICO-METODOLÓGICO**

Para o desenvolvimento desse estudo, foi utilizado o estudo bibliográfico, por meio da consulta de livros sobre a modalidade em questão e artigos disponíveis em sites da internet.

## **OS DIFERENTES ASPECTOS DO TAEKWONDO**

O esporte segundo Tubino (1999) é dividido em três manifestações: esporte-escolar, esporte-lazer e esporte-competição. Cita que o esporte educação deve ser

trabalhado entre crianças e adolescentes, tanto dentro como fora da escola, sendo norteado por princípios de integração e responsabilidade, assim, tornando-se a manifestação de esporte com mais apelo socioeducacional. Lopes (2015) e Hi (1987) afirmam que o caráter socioeducacional é trabalhado na filosofia, princípios e juramento do Taekwondo. Entre alguns dos princípios do esporte estão a cortesia e o autodomínio. Lopes (2015) comenta que quando praticado militarmente no período dos Três Reinos, havia um código de honra entre seus praticantes, neste estava presente a lealdade com seus companheiros e matar apenas quando fosse necessário. Goulart (2005) comenta que no juramento atual da modalidade o praticante se compromete a construir um mundo mais pacífico e nunca fazer mau uso das técnicas. Tubino (1999) também cita o crescimento das artes marciais nos últimos anos, a ponto de, certamente, serem mais praticados que tradicionais esportes olímpicos, e que, na maioria das vezes, esses praticantes não buscam o esporte visando a competição, mas sim como esporte-participação.

A caracterização desse modelo de esporte, segundo Tubino (1999), é a integração e relações pessoais, acesso amplo, independente de qualidade técnica. Por sua vez, Lopes (2015) afirma que, mesmo sendo um esporte individual, o Taekwondo é praticado em grupos com várias pessoas podendo incluir ambos os sexos e diversas faixas etárias. Nesses treinamentos o adepto da modalidade busca em si um aprimoramento das técnicas para adquirir graduações mais avançadas. O fato de pessoas necessitarem buscar atividade física por lazer ou saúde tem sido motivos importantes para um crescimento tão elevado do Taekwondo, (GOULART, 2005).

Fargas (1993) afirma que a busca pelo esporte também se elevou consideravelmente após a criação da WTF, e a sua regulamentação, pode assim ser trabalhada como competição.

Valim e Urbinati (2010) e Hi (1987) abordam outras formas dos taekwondo, além do estilo WTF que são bem difundidas mundialmente. São eles o ITF(International Taekwondo Federation) e STF(Songhan Taekwondo Federation). Enquanto o primeiro busca aproximar-se mais da forma original do combate com menos regras e proteções, o segundo opta por ser um modelo mais educacional tendo como proposta principal a formação de cidadãos.

De acordo com Lopes (2015), além da luta em si, o Taekwondo conta com movimentos específicos sequenciados, de ataque e defesa, realizados individualmente, denominado Poomsae. Esses movimentos são formas para defesa pessoal, além de ser

parte essencial para o avanço de graduação. Independente se utilizado como esporte participação, escolar ou como competição, o Taekwondo mantém os princípios tradicionais de disciplina, desde o modo de ingressar ao local de treinamento, modo de comportar-se durante ao treinamento, até a demonstração de respeito para com técnicos, árbitros e adversários em competições (LOPES, 2015).

O autor supracitado também ressalta que a variabilidade de técnicas da modalidade permite ao órgão máximo do esporte investir em adaptações, sem descaracterizar a luta, para que o esporte possa também ser incluído no calendário dos Jogos Paraolímpicos, e que além da luta em si, alguns objetivos com o ensino do Taekwondo são o ganho cultural, respiração, concentração além da busca por uma vida saudável por seus praticantes.

Visto o leque de possibilidades que o ensino do Taekwondo aborda, pode-se entender que a prática dessa modalidade no projeto de extensão Escola da Bola é interessante, visando o aumento de jovens praticantes de atividades físicas. Essa abordagem buscando a melhoria de saúde proveniente do esporte, aliada às questões sociais e iniciação esportiva torna o Taekwondo imprescindível neste projeto.

As atividades práticas dessa modalidade desenvolvem-se integrando os alunos, utilizando tanto exercícios de contato (combates combinados), movimentos do poomse, golpes treinados individualmente, além disso, atividades de coordenação, agilidade, entre outros.

## **RESULTADOS**

É visível que, mesmo com a recente inclusão do Taekwondo no projeto Escola da Bola, algumas mudanças comportamentais possam ser notadas. O modelo de ensino adotado incentivando a disciplina faz com que o modo de agir nas aulas seja como no taekwondo tradicionalista, o método militar. Também pode-se notar o desenvolvimento de capacidades físicas como flexibilidade, agilidade. O tempo de reação, muito útil para o aprimoramento das técnicas da modalidade também tem tido evolução. Os alunos que estiveram presentes na maior parte das aulas estão também com uma melhor coordenação de movimentos, tanto para o desenvolvimento da luta (kyorugi) como do poomse. Porém, tão importante quanto esse crescimento físico, é o ganho cultural apresentado, como frases e números no idioma coreano que são ensinadas e repetidas pelos alunos; consciência corporal; controle dos movimentos, (noções de quando acertar ou não o adversário e onde acertar). Outro ponto importante

a ser listado é a participação social. A participação conjunta de meninos e meninas, variando faixas etárias, facilita na mudança comportamental de pessoas mais tímidas.

De modo geral, há um aumento do número de participantes desta modalidade no projeto pela atratividade do esporte em si, e pelo método com que ele é desenvolvido.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Para um aproveitamento total do Taekwondo, apenas o treinamento prático não é o suficiente. Muito além do combate em si, o Taekwondo apresenta a dimensão atitudinal como o respeito, a disciplina e a inclusão. Por mais que seja um esporte de contato físico, é contrário à violência, preserva a segurança dos seus praticantes e auxilia efetivamente na educação de crianças e adolescentes. Sua inclusão no projeto Escola da Bola é fundamental no ponto de vista de iniciação esportiva visando a formação de atletas e futuros praticantes da modalidade para a busca da qualidade de vida, porém também é importante pela busca dos princípios, inclusão social e desenvolvimento pessoal que o esporte possibilita aos seus praticantes.

## **REFERÊNCIAS**

FARGAS, I. **Taekwondo**. Espanha. Ed. Comitê Olímpico Espanhol, 1993.

GOULART, F.; CAMPOS, T. **Taekwondo o caminho dos pés e das mãos**. São Paulo. OnLine, 2005.

HI, C. H. **Encyclopedia of Taekwon-Do vol I**. Coréia do Norte. International Taekwondo Federation, 1987.

JANJAQUE, M. C.; FORTÚN, M. P. **Estudio de las tendencias em la actividad competitiva del taekwondo em la alta competencia**. Revista Digital, Buenos Aires, Ano 17, n. 168, Maio de 2012. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd168/tendencias-en-la-actividad-competitiva-del-taekwondo.htm>> Acesso em 23 jun. 2015.

LOPES, R. J.; VENTURA, H.; JUNIOR, A. **Material de apoio e padronização para professores**. Londrina. Federação Paranaense de Taekwondo, 2015.

TUBINO, M. J. G. **O que é esporte**. São Paulo. Brasiliense, 1999.

VALIM, M.-; URBINATI, K. S. **Evolução do Taekwondo Songahm Federation (STF): do histórico às competições**. Revista Digital – Buenos Aires – Ano 15 – n. 147 – Agosto de 2010. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd147/evolucao-do-taekwondo-songahm-federation-stf.htm>> Acesso em 24 jun. 2015.

