



MINAS DO LEÃO

CRAS oferece oficina de Taekwondo

Categoria: Esporte e Cultura

Data de Publicação: 5 de novembro de 2013

As atividades de Taekwondo no CRAS são realizadas na quarta e sexta-feira e são atendidas crianças e adolescentes de 4 anos à 17 anos. As últimas atividades da modalidade foram: a Caminhada Cívica, em setembro; Passeio Cultural do Dia da Criança, em outubro; e em novembro participarão do Campeonato Internacional de Taekwondo, em Rio Grande e do Exame de Graduação.

Através de resultados de pesquisas, os especialistas confirmam os benefícios para as crianças que praticam o esporte. O rendimento em academias, demonstra que o indivíduo tem maior desenvolvimento físico e mental, autocontrole, autoconfiança e excelente coordenação motora, além de adquirir um maior senso de disciplina, desenvolver técnicas de defesa pessoal, controle de peso e, ainda melhora seu desempenho escolar.

Em alguns países, como na Coreia, por exemplo, o treinamento é matéria obrigatória em determinadas escolas e ginásios, tendo o mesmo peso que qualquer outra matéria inserida no currículo escolar. No Brasil, os interessados pelo esporte, podem praticá-lo em academias.

é também importante salientar que o grande esforço e garra solicitados no Taekwondo, vão moldando lentamente a personalidade do aluno, assim como afastá-lo de vícios e distorções sociais, tornando-o uma pessoa respeitada em todos os sentidos e consciente de seus deveres dentro da sociedade.