

**TAEKWONDO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO**

Taekwondo in Universidade Federal do Maranhão

Tomaz Antônio Sousa Soares<sup>1,2,3</sup>  
 Itânio da Silva Soares<sup>2,3,4</sup>  
 Elayne Silva de Oliveira<sup>2,3,5</sup>  
 Sérgio Augusto de Souza<sup>3,6</sup>

**Palavras-chave:** Lutas. Taekwondo. Experiências Pedagógicas.

1-Graduando em Educação Física na UFMA, Brasil.  
 2-Programa de Extensão Universidade Olímpica da Educação Física na UFMA, Brasil.  
 3-Grupo de Estudo e Pesquisa em Lutas, artes Marciais e Esporte de Combate-GEPLAMEC, Brasil.  
 4-Pós-Graduado no Ensino da Educação Especial em uma Perspectiva de Inclusão-IESF, Brasil.  
 5-Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu, Mestrado em Saúde do Adulto e da Criança-PPGSAC, UFMA, Brasil.  
 6-Departamento de Educação Física da UFMA, Doutorado em Estudos da Criança pela Universidade do Minho, Portugal.

E-mail dos autores:

tomazsoares@live.com  
 itaniodasilvasoares@hotmail.com  
 elayneoliveiraedf@outlook.com  
 sergioadesouza@gmail.com

Endereço para correspondência:

Tomaz Antônio Sousa Soares  
 tomazsoares@live.com  
 Cohab Anil IV, Avenida 4, Quadra 15, Casa 31.  
 São Luís, Maranhão.

**INTRODUÇÃO**

O Taekwondo (TKD) é uma arte marcial coreana que, além de modalidade esportiva, constitui-se como filosofia que visa o desenvolvimento físico, moral e social em busca da perfeição (Santos e colaboradores, 2011).

Além do desenvolvimento físico proporcionado pelo treinamento, a modalidade também exerce grande influência na formação do cidadão através dos seus princípios básicos: cortesia, integridade, perseverança, autocontrole e espírito indomável (Santos e colaboradores, 2011; Kim, 1995).

O seguinte trabalho visa trazer à tona as atividades executadas no Projeto de Extensão Artes Marciais na UFMA, do Programa de Extensão Universidade Olímpica. Têm-se a prática de exercícios e atividades físicas, por meio de abordagens do curso de educação física para o macro campo lutas, com técnicas específicas do Taekwondo.

Este trabalho tem como objetivo relatar as múltiplas vivências, atividades desenvolvidas no núcleo de esporte, na modalidade Taekwondo do programa de Extensão Universidade Olímpica, demonstrar as abordagens e meios escolhidos para o

melhor andamento do Projeto de Extensão Artes Marciais na UFMA.

Apresentar a sistematização das práticas do projeto, citar os pontos chave e métodos para o melhor desenvolvimento dos alunos.

Proporcionar uma melhor interação com o Taekwondo, bem-estar físico, mental e social dos integrantes. Utilizar os conteúdos específicos do Taekwondo, correlacionando com conteúdos da Educação Física.

**MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, participante e descritiva das atividades fundamentadas em bases literárias, como: livros, artigos científicos e revistas sobre o Taekwondo, visando um aprimoramento da metodologia adotada nas aulas ministradas, mesclando aspectos técnicos e, com a caracterização.

Estas atividades tiveram início com, na época acadêmicos do curso de Educação Física, o Prof. Especialista Itânio Soares e a Prof.<sup>a</sup>. Mestranda Elayne Oliveira, ao iniciarem treinos tiveram o interesse de alunos da universidade, com isso abriram uma turma de Taekwondo, uma das primeiras modalidades iniciadas no projeto, as aulas

# Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbpfex.com.br](http://www.rbpfex.com.br)

ocorrem três vezes por semana, com duração de 60 minutos cada, atualmente a turma é composta por 45 participantes.

Durante o planejamento das aulas, são utilizados diversos temas transversais como: leitura de poemas do cotidiano e textos que fundamentam a proposta de culto a expressão corporal, física e mental, além de atividades assistemáticas ao longo do semestre.

## DISCUSSÃO

Independentemente se utilizado como esporte de 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).

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.

## CONCLUSÃO

Proporcionar aos acadêmicos do curso de Educação Física uma experimentação prática sobre o ensino pedagógico das lutas. Pode-se constatar uma grande alteração nas valências físicas das pessoas que aderiram a prática do Taekwondo no projeto, tendo em vista que um grande percentual era sedentário antes do projeto.

Com a abordagem de textos e temas transversais observou-se uma leve melhoria individual e coletiva, caracterizados pelo nível de relações interpessoais. Calcados nas máximas dos princípios do Taekwondo: Cortesia, integridade, perseverança, autocontrole e espírito indomável.

## REFERÊNCIAS

Santos, K. S.; Silva, R. V.; Carvalho Neto, A. F.; Lopes, C. A. A representação social do taekwondo: ET 07. Cultura e Processos Educacionais. 2011.

Kim, J. Y. Arte Marcial Coreana - Taekwondo: Editora Thirê. Vol. 1. 1995.

Lopes, R. J.; Ventura, H.; Junior, A. Material de apoio e padronização para professores. Londrina. Federação Paranaense de Taekwondo. 2015.

Goulart, F.; Campos, T. Taekwondo o caminho dos pés e das mãos. São Paulo. OnLine. 2005.

## AGRADECIMENTOS

Fundação de Amparo à Pesquisa e ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Maranhão - FAPEMA.

Seminário de Lutas no contexto escolar e ambientes educacionais - reflexões e práticas pedagógicas 2016.

Recebido para publicação 10/10/2016  
Aceito em 15/10/2016