

Taekwondo na Escola

Relatório mensal

Mês: NOVEMBRO

Escola: Arca da aliança

Ao início da aula o professor falou sobre o momento que estamos passando e reforçou na vídeo aula o treino dos alunos. Foi treinado uma técnica de movimentos de ataque e defesa em quatro direções técnica chamada saju thirigui foi feita essa técnica passo a passo. Antes das atividades mostramos formas de alongamento, aquecimento, fizemos uma pausa pra beber água e retornamos as atividades pra dar continuidade a essa técnica que tem como objetivo trabalhar a coordenação motora lateralidade percepção de espaço.

Princípios do Taekwondo

- 1. CORTESIA
- 2. INTEGRIDADE
- 3. PERSEVERANÇA
- 4. AUTODOMÍNIO
- 5. ESPÍRITO INDOMÁVEL

Para finalizar esse último período do ano , nós ficamos em uma última atividade de chute e posição para fazer o maior conhecimento dos alunos para que eles tenham ênfase nas atividades .



PRINTS YOUTUBE - TAEKWONDO
TERMO FOMENTO: 025/2019
MÊS REFERENCIA NOVEMBRO

39
wf



#FiquemEmCasa
Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #21

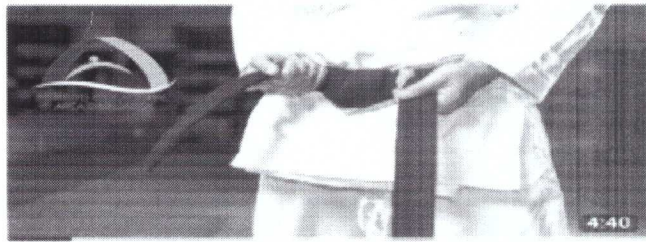
0 visualizações · 1 mês atrás

0 0 Compartilhar... Download Salvar

C.E.I Arca da Aliança 189 inscritos INSCRITO

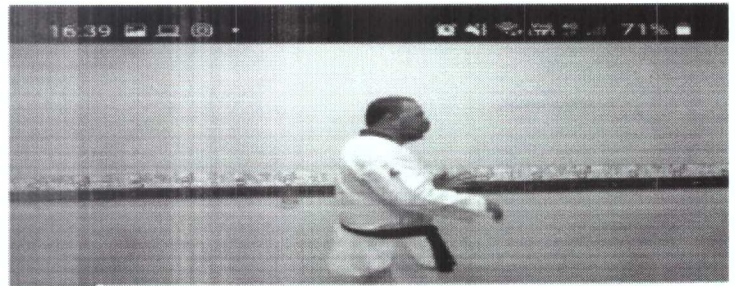
Comentários

Adicionar um comentário público



Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #22

0 visualizações · 1 dia atrás



#FiquemEmCasa
Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #22

0 visualizações · 1 mês atrás

0 0 Compartilhar... Download Salvar

C.E.I Arca da Aliança 189 inscritos INSCRITO

Comentários

Adicionar um comentário público



Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #23

0 visualizações · 1 dia atrás



#FiquemEmCasa
Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #23

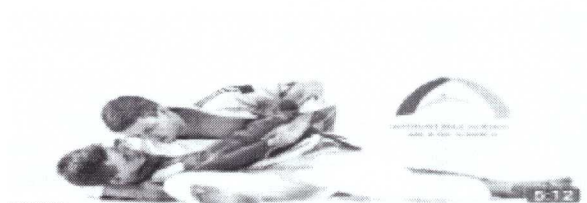
0 visualizações · 1 dia atrás

0 0 Compartilhar... Download Salvar

C.E.I Arca da Aliança 189 inscritos INSCRITO

Comentários

Adicionar um comentário público



Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #24

0 visualizações · 1 dia atrás



#FiquemEmCasa
Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #24

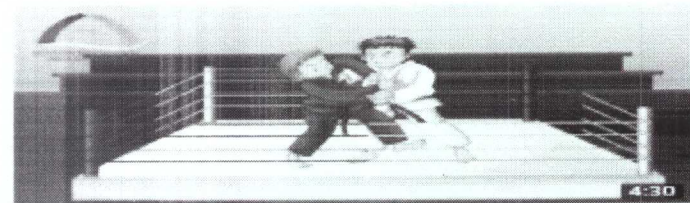
0 visualizações · 1 dia atrás

0 0 Compartilhar... Download Salvar

C.E.I Arca da Aliança 189 inscritos INSCRITO

Comentários

Adicionar um comentário público



Aula De Taekwondo - TECNICAS E MOVIMENTAÇÃO #25

0 visualizações · 1 dia atrás

PRINTS WHATSAPP - TAEKWONDO
TERMO FOMENTO: 025/2019
MÊS REFERENCIA NOVEMBRO

20
48



- Adicionar descrição ao grupo
- Silenciar notificações
- Notificações personalizadas
- Visibilidade de mídia
- Configurações do grupo
- Mensagens temporárias
- Criptografia
- 34 participantes
- Adicionar participantes

