ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL

MUNICÍPIO DE LADÁRIO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA: Professor João Baptista
PROFESSOR (A): Melissa Villalba Costa **TURMA(S): 8°A** **ENSINO FUNDAMENTAL II** **TURNO: Matutino** **ALUNO(A):**_____
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA **PERÍODO:08/09/20 à 15/09/20** **QUANTIDADE DE AULAS: 3**
OBJETOS DE CONHECIMENTOS: Lutas do Mundo
HABILIDADES: MS.EF89EF17.s.12

ARTES MARCIAIS E LUTAS



As lutas e as artes marciais apresentam, em suas origens, **características atribuídas à sobrevivência, ao exercício físico, ao treinamento militar, à defesa e ao ataque pessoal, além das implicações das tradições culturais, religiosas e filosófico.** Com o surgimento de outras necessidades e o desenvolvimento de novas técnicas, o ser humano atribuiu outro significado às lutas, e hoje assistimos a um processo de esportivização das mesmas. **As lutas orientais são originárias de países como Índia, China, Japão e Coréia. Em sua formação, tinham um caráter voltado tanto para a defesa da nação, quanto para a do próprio praticante.** Com o passar dos anos, principalmente após o contato dessas lutas com o Ocidente, surgiram alguns mestres que perceberam nelas potenciais possibilidades educativas, como autodomínio, superação de limites, aumento de concentração, exercício físico e atividades de lazer, situações que vão muito além dos preceitos formados em sua origem. Alguns aspectos podem ser utilizados para diferenciar **luta** e **artes marciais**.

As artes marciais são práticas corporais de ataque e defesa, podendo ser também caracterizadas como lutas.

A principal diferença entre as duas é que os praticantes de artes marciais, principalmente as de origem oriental, consideram que os conteúdos da cultura de origem da atividade teriam uma orientação filosófica que determinaria a sua diferença com as lutas.

Nesse sentido, as **artes marciais possuem um caráter introspectivo que pode ser muito benéfico à educação.** As metas sempre dizem respeito aos limites, às possibilidades e peculiaridades de cada indivíduo em ação. Apesar de aparentemente o foco estar no oponente, **o objetivo dessa prática é olhar e transformar a si mesmo**, independentemente do outro. **Para o praticante, é como se o "inimigo" fosse ele mesmo, com seus limites, medos, defeitos e fraquezas.** A evolução desse "eu" depende do treinamento contínuo, da ação ininterrupta de lapidar a integralidade do ser.

De acordo com o texto, responda:

1) Em suas origens, quais as características das lutas e artes marciais?

Fonte: http://educacaofisicanamente.blogspot.com/