



Место тхэквондо в жизни

Почему это важно?



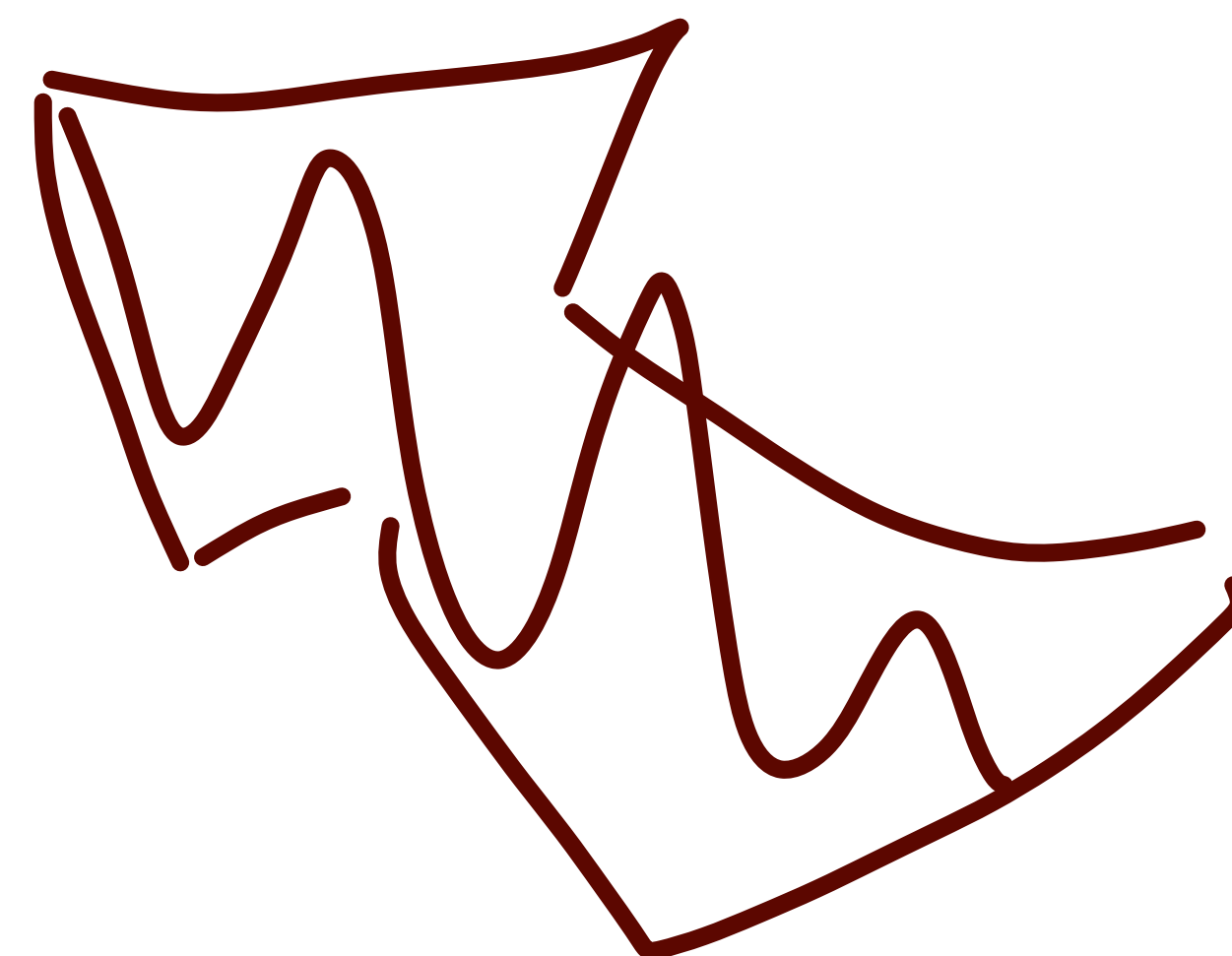
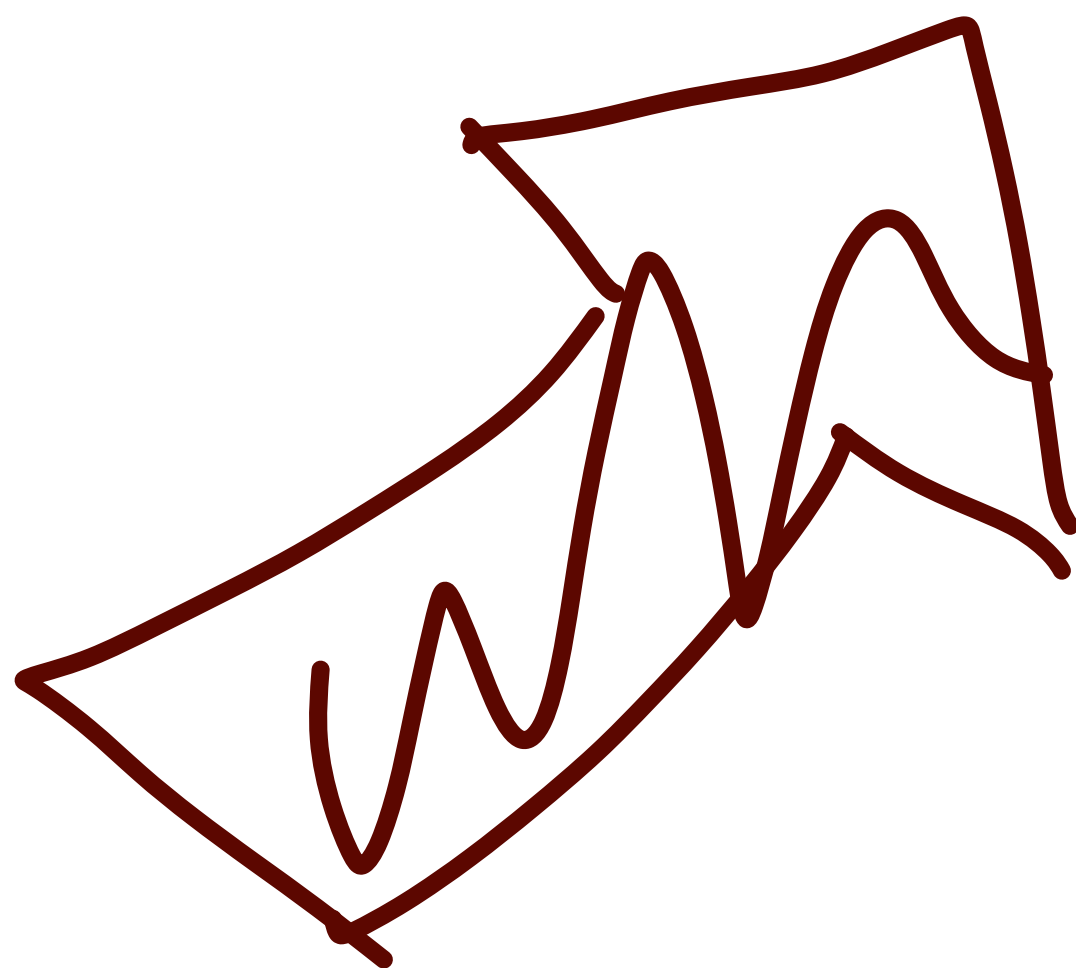

Работу выполнял: Суворов

Максим Вячеславович



Цель проекта:

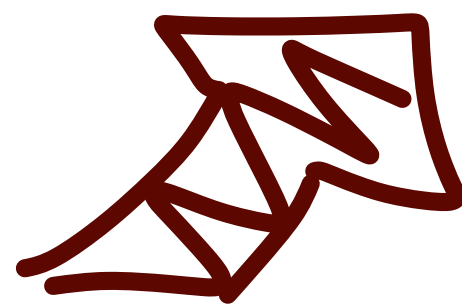
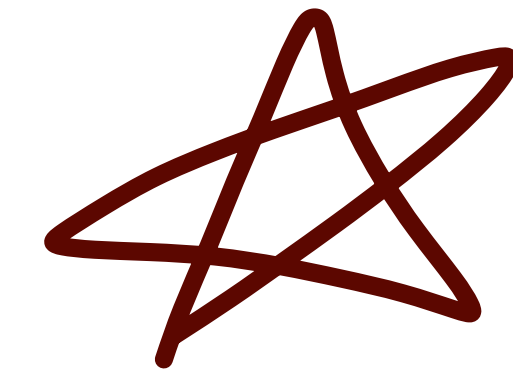
Изучить историю ТХЭКВОНДО и
какую роль играет в жизни
боевые искусства.





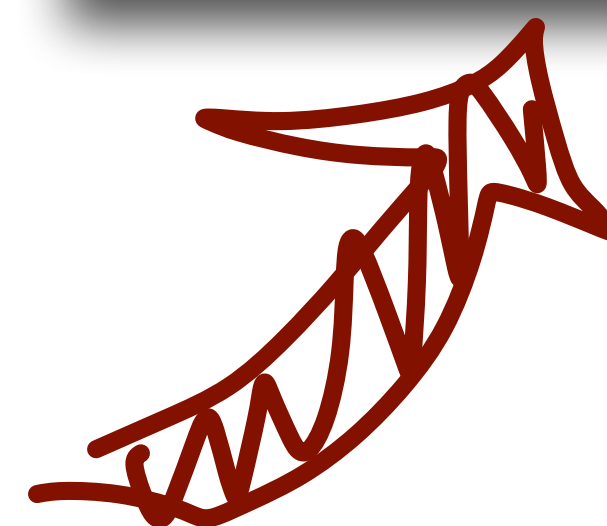
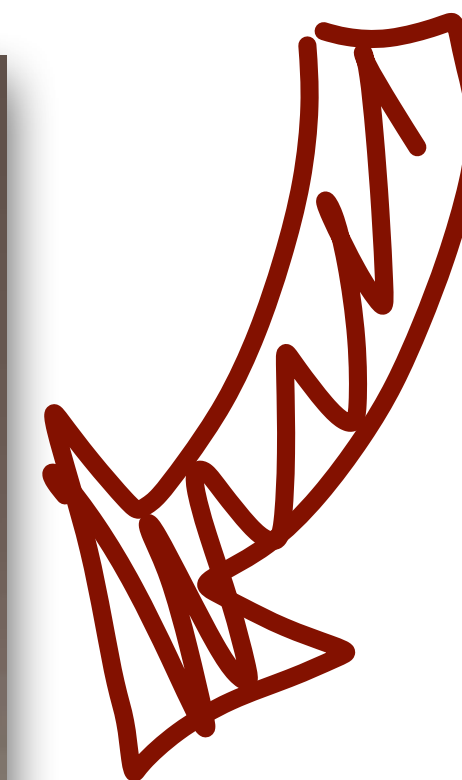
Для достижения цели я наметил такие задачи:

1. Узнать кто основал ТХЭКВОНДО.
2. Уточнить из источников информации пояса и тули ТХЭКВОНДО.
3. Найти из источников информации терминологию ТХЭКВОНДО.
4. Отобратить известные команды.
5. Рассказать о личных достижениях в спорте. !



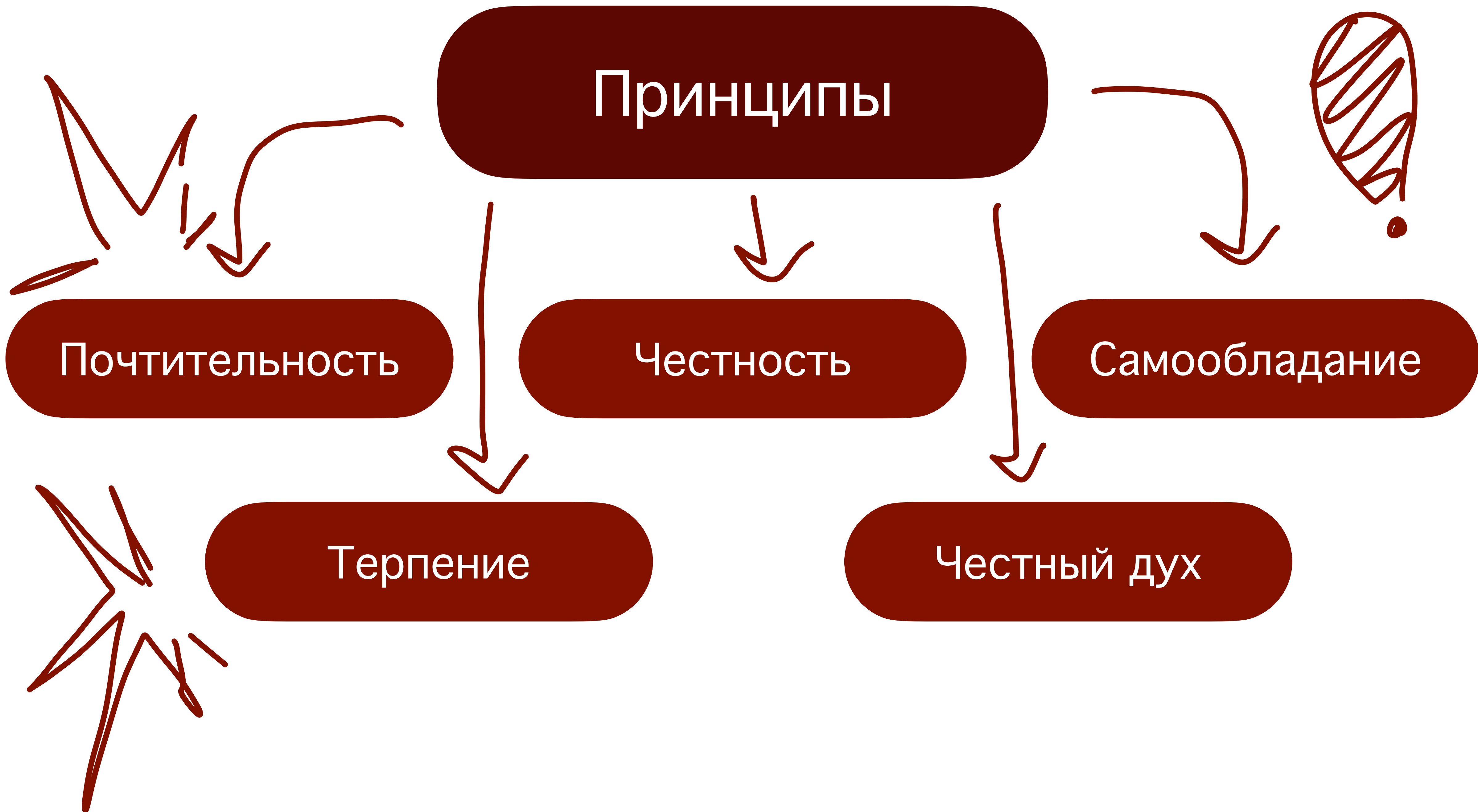
История тхэквондо

22 марта 1966 года
основатель Тхэквондо
генерал Чой Хонг Хи созвал
учредительную
конференцию для
учреждения общественного
объединения, которое
будет развивать Таеквон-
До (тхэквондо) в мире



В переводе с корейского языка Тае (тхэ) означает удары ногой, квон - кулак или удары рукой, До - это путь. Таким образом, в Таеквон-До (тхэквондо) две составляющие: первая-это «таэквон» использование рук и ног в целях самообороны, и вторая «До» жизненный путь, включающий в себя морально - этическое воспитание личности интенсивную ментальную тренировку для развития высшего сознания через постижение культуры и философии Таеквон-До(тхэквондо).





Пояса и

Гули



Сун Жёлтую насечку

Нужно знать: Чон-Жи

Жёлтый пояс

Нужно знать: Дан-Гун

Зелёную насечку

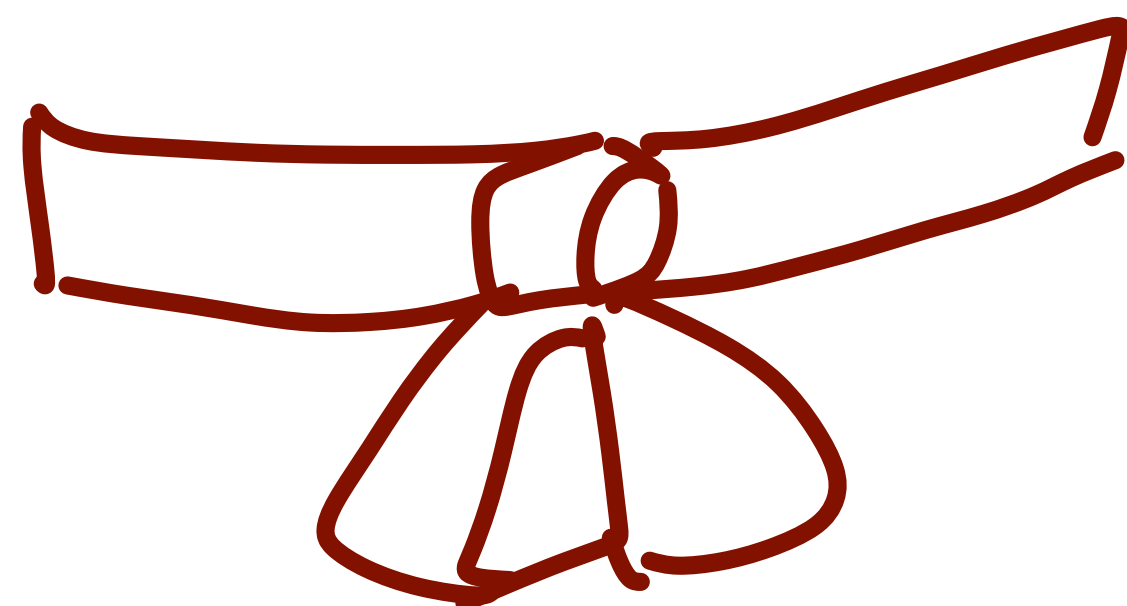
Нужно знать: До-Сан

Зелёный пояс

Нужно знать: Вон-Хё

Синяя насечка

Нужно знать: Юл-Гок



Синий пояс

Нужно знать: Джун-Гун

Красная насечка

Нужно знать: Тэ-Гэ

Красный пояс

Нужно знать: Хва-Ранг

Чёрная насечка

Нужно знать: Чунг-Му

Чёрный пояс

Нужно знать: Кван-ге



Чярёт –смирно

Кёне-поклон

Чунби-приготовится

Баро-вернуться в
исходное положение

Щиот –вольно

Паль гедэ-поменять
положение ног

Сон гедэ-поменять
положение рук

Си джак-начали

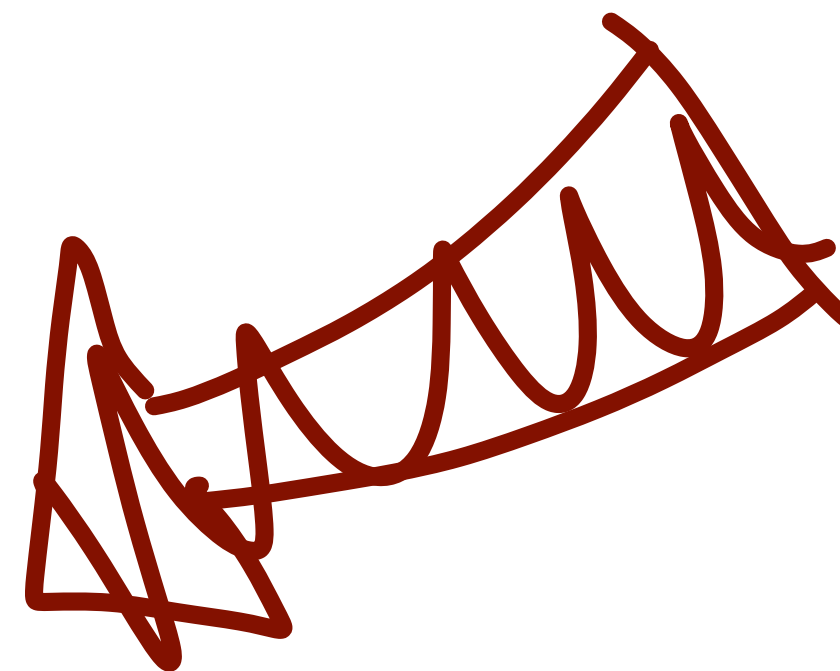
Тира дора-развернуться
на 180 градусов

Куман-стоп

Кесок-продолжение

Гедэ –поменяться
местами

КОМАНДЫ



Когда тренер,
экзаменатор, ученик выше
по поясу говорит команду
чарёт кене надо сделать
поклон и с выкриком
сказать ТХЭКВОН.

В свои 10 лет уже
ездил в Ярославль,
Москву, Югорск,
Нижний Тагил и
Витязь. За 4 года я
получил 25 медалей и
один кубок
абсолютного
чемпиона города
Каменск-Уральский



