



| COLÉGIO EVANGÉLICO ALMEIDA BARROS | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|-------|----------------|
| | Disciplina: Educação Física | | TURNO Tarde |
| Professor: | Fábio Henrique | Data: | Turma: 702 |
| Aluno (a): | | | |

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA: LUTAS (1ª. Parte)



LUTAS X ARTES MARCIAIS

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 filosóficas. 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.

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.

Atualmente, percebemos que em boa parte dos filmes a que assistimos sobre lutas de origem oriental é preservada a imagem do mestre, o qual, por sua vez, possui uma postura de educador, e ensina aos seus "discípulos" vários preceitos que vão além da própria prática da luta, ou seja, lições que serviriam para a vida.

AS LUTAS NA CULTURA DO MOVIMENTO HUMANO



Os conhecimentos de lutas variam, mas existem conceitos que são iguais em todas elas, como os conceitos de esquiva, ataque, defesa, rounds, entre outros. Cada luta possui uma época e um local onde se originou, bem como uma evolução histórica própria. No entanto, o desenvolvimento de algumas modalidades cruza no tempo e espaço com outras. Em algumas a origem é difícil de ser definida.

Os termos artes marciais e lutas fazem parte da cultura do movimento humano. podemos reconhecê-los tanto nas culturas milenares, quanto nos movimentos de proteção e defesa encontrados desde a pré-história. O substantivo luta, do latim *lucta*, significa "combate, com ou sem armas, entre pessoas ou grupos; disputa". A expressão artes marciais é uma composição do latim *arte*, ("conjunto de preceitos ou regras para bem dizer ou fazer qualquer coisa"), e *martiale* ("referente à guerra; bélico", "relativo aos militares ou aos guerreiros").

Portanto é importante distinguir estes dois termos, de significado e emprego muito próximos, mas que nem sempre devem ser usados para a mesma finalidade.