



**6º
ano**

ENSINO FUNDAMENTAL



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



CONTEÚDO:

MAUY THAI



DATA:

07.07.2020

Muay Thai

O Muay Thai é uma arte marcial tailandesa que é derivada das táticas de guerra dos Campos de batalha siameses. Nos combates de Muay Thai ou Thai Boxing, é permitida a utilização de socos, chutes, joelhadas e cotoveladas, sendo que o sucesso está associado ao desenvolvimento da inteligência tática, bem como da maior variedade de habilidades técnicas e da sua utilização por parte do lutador.



Origem

Muay Thai Boran ou simplesmente Muay Boran é a Pai da Arte Marcial conhecida mundialmente pelo nome de Muay Thai. O Muay Boran é um estilo antigo de Muay Thai e registros históricos revelam que a arte deve ter pelo menos 200 anos de idade, mas acredita-se que a arte originou-se e evoluiu junto com o Reino do Sião (a Tailândia) a alguns milhares de anos atrás.



Oficialmente, os combates são caracterizados por fases dinâmicas de três minutos por um de descanso, durante as quais os lutadores tentam nocautear seu oponente, bem como se defender dos golpes desferidos por eles. Durante as lutas, os atletas utilizam luvas de boxe e diversos equipamentos ofensivos e defensivos.

Geralmente, as aulas ou treinamentos de Muay Thai são iniciados com um aquecimento de 15 a 30 minutos, composto de alongamentos específicos e ginástica calistênica, seguidos de educativos de chutes, socos, joelhadas, cotoveladas, exercícios com sacos de pancada e com sparring.



No JAPÃO

O Muaythai foi para o Japão em 1965, através do empresário Osamu Nogushi (Urnamed Thai Combat – Hard Stockman), onde foi efetuada a primeira adaptação internacional na modalidade, quando os Japoneses implantaram a modalidade com o nome de Japanese Kickboxing.



NO BRASIL

O Muay Thai foi introduzido no Brasil no final da década de 70 pelo prof. Nélio Borges, a partir do seu empenho e pioneirismo surgiram grandes nomes do Muay thai nacional, como Flávio Molina (in memorian), Rudimar Fedrigo (Diretor da equipe Chute Boxe), Luis Alves (Diretor do Boxe Thai), Paulo Nikolai, Roney Alex, etc.

Mas coube a Tom Harinck (Chakuruki – Holanda) que estava de férias no Brasil a incumbência de mostrar o lado Organizacional do Muaythai Holandês e ensinar o sistema europeu aos brasileiros. Foi ele que ministrou seminários e imbutiu o sistema Chakuri tendo influencias as artes aqui praticadas.

Entre as crianças, a importância da prática desta arte marcial também está relacionada à saúde física, pois devido ao sedentarismo e alimentação algumas delas apresentam níveis de obesidade preocupante, sendo então estimuladas e motivadas a praticar a atividade física que proporciona um estilo de vida saudável.

A importância da luta contribui nos aspectos de comportamento, sendo fundamental para a formação do caráter da criança e do jovem, posto que a prática também está voltada para o comportamento disciplinar e social.



REGRAS

O vencedor de um combate de Muay Thai é determinado de acordo com o seguinte regulamento:

Declara-se vitória quando ocorre um KO (knockout ou nocaute). Essa situação acontece quando um lutador é derrubado e é incapaz de continuar a lutar dentro da contagem de 10 segundos;



REGRAS

Quando é atribuído um KO técnico, como quando um lutador é seriamente ferido ou debilitado ou quando um lutador não consegue continuar depois de um intervalo;

Por recomendação do médico, e o árbitro não tem certeza que um lutador pode continuar devido a uma lesão;

Quando ambos os lutadores estão seriamente feridos e não podem continuar o combate. Nesse caso, se tiverem sido realizados menos de três rounds, o empate é declarado. Caso contrário, decide-se o vencedor através do sistema de pontuação;

REGRAS

Por recomendação do médico, e o árbitro não tem certeza que um lutador pode continuar devido a uma lesão;

Quando ambos os lutadores estão seriamente feridos e não podem continuar o combate. Nesse caso, se tiverem sido realizados menos de três rounds, o empate é declarado. Caso contrário, decide-se o vencedor através do sistema de pontuação;

