

PASJE NASZYCH UCZNIÓW :

SUKCESY SPORTOWE JULKI I NIKODEMA

Julka – srebrna medalistka ogólnopolskiej olimpiady w 2022r.

O zainteresowaniach i treningach Julki Terpiłowskiej pisaliśmy już na łamach naszego piśmka w minionych latach.

Julia Terpiłowska, uczennica klasy ósmej, systematycznie trenuje teakwondo od 2014 roku. W lutym minęło już osiem lat – **tylko pogratulować wytrwałości.**

Sukcesy naszej uczennicy są rangi krajowej, międzywojewódzkiej i regionalnej. W tym materiale pragnę przedstawić osiągnięcia Julii z ostatnich lat.



W tym roku podczas XXVIII Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieżowej w Sportach Halowych Julka wywalczyła w dwuboju srebro. W ub. roku w czasie Olimpiady zdobyła aż dwa medale: srebrny za dwubój techniczny dziewcząt oraz brąz za walki (w kategorii kyorugi) dziewcząt.

W roku 2019 najwyższe miejsce na podium należało do niej dwukrotnie. Podczas zawodów o Puchar Polski w Teakwondo Olimpijskim w Olecku zajęła I miejsce, podobnie I m. zdobyła podczas turnieju o Puchar Polski w Swarzędzu.

-Julka, kończysz szkołę podstawową i idziesz do szkoły średniej. Co z Twoimi zainteresowaniami? Czy uwzględniasz je, planując kolejny etap edukacyjny?

-Zainteresowania, oczywiście, dalej zostają. Zamierzam trenować, ale nie ukrywam, że wszystko będzie zależało od nauki w szkole średniej. Pewnie będę trenowała rzadziej, ale o rezygnacji nie myślę.

-Jakie cechy, poza umiejętnością sztuk walki, "wytrenowało" u Ciebie przez te lata „przyjaźni” teakwondo?

Fot. XXVIII Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieżowej w Sportach Halowych

-Na pewno jest to determinacja i dyscyplina, ale oprócz tego jeszcze sumienność podczas treningów oraz nawiązywanie kontaktów z innymi ludźmi. Cechy, o których wspomniałam, przydatne są nie tylko w czasie trenowania i zawodów, ale i w życiu codziennym.

-Życzymy Ci sukcesów w nowej szkole oraz podczas kolejnych zawodów.



Nikodem... Czyżby godny następca Julki?

Sztuki walk teakwondo poznaje też obecny uczeń klasy czwartej Nikodem Michniacki.

-Nikodem, do jakiego klubu należysz i od jak dawno związany jesteś z teakwondo?

-Klub, do którego należę to Teakwondo Hwarang Września. Ćwiczę dwa razy w tygodniu po dwie godziny. Trenuję od października 2021r., chociaż na treningi uczęszczałem także w "zerówce". Zdołyłem wtedy biały pas.

W listopadzie 2021r. zdałem egzamin na biały pas z żółtą belką. Obecnie jestem w trakcie przygotowań na egzamin na żółty pas.



-Czy poza treningami miałeś już okazję zmierzyć się podczas zawodów?

-Od kiedy należę do klubu Hwarang wziąłem udział w jednym sparingu oraz w jednych zawodach (Grand Prix Wielkopolski w Teakwondo Olimpijskim w Rokietnicy, to pierwsze z cyklu czterech turniejów), gdzie zdobyłem brązowy medal w swojej kategorii wagowej.

Niedługo kolejny turniej w Kórniku.

-Nikodem, życzymy wytrwałości i kolejnych sukcesów.

Fot. z archiwum prywatnego Nikodema



Zdjęcie z trenerką i egzaminatorem po zdobyciu białego pasa z żółtą belką

E. Kornacka

Ciekawostki o teakwondo

Nazwa *taekwondo* składa się z trzech fonetycznych elementów koreańskiej wymowy (hangul) wywodzących się z trzech znaków chińskich (hancha):

- *tae (태 / 跆拳道)* oznaczającego *stopę, uderzenie stopą lub system technik wykonywanych nogą* ;
- *kwon (권 / 拳)* oznaczającego *pięść, uderzenie pięścią lub system technik wykonywanych pięścią*;
- *do (도 / 道)* oznaczającego *sztukę, drogę lub metodę wyrażającą osiągnięcie pewnego stanu intuicji w zachowaniu, wynikającej z doświadczenia umysłu i ciała* .

Dwa pierwsze znaki *tae* i *kwon* dotyczą funkcjonalnego i morfologicznego aspektu taekwondo, *do* nadaje im głębsze znaczenie i sens jako sportowi wywodzącemu się z bojowej sztuki walki. Taekwondo jest więc *sztuką walki za pomocą nóg i rąk*, jest też dyscypliną sportową angażującą całe ciało z użyciem obu rąk i obu nóg w ćwiczeniu technik samoobrony oraz walki sportowej, ukierunkowanych również na poprawę kondycji.

(źródło: Wikipedia)