

CED INCRA 08

JIU-JITSU



CED INCRA 08

JIU-JITSU

O Jiu-Jítsu se destaca não apenas como uma das artes marciais mais eficazes no combate corpo a corpo, mas também por cultivar valores fundamentais como autoconfiança, respeito e disciplina em seus praticantes. Além de sua eficiência técnica, o Jiu-Jítsu é admirado por sua nobreza única: é a única arte marcial que oferece ao adversário a possibilidade de desistir da agressão. Essa característica não só reflete a filosofia de respeito e honra inerente à prática, mas também demonstra um profundo compromisso com a integridade e a segurança de todos os envolvidos.



CED INCRA 08

JIU-JITSU

As artes marciais desempenham um papel crucial no desenvolvimento cognitivo dos alunos. Assim como em outros esportes, a formulação de estratégias contribui significativamente para esse crescimento. No entanto, o aspecto mais importante é a variedade e a complexidade dos movimentos executados, que exigem que o aluno desenvolva e aperfeiçoe sua memória e concentração. O aprendizado e a execução dessas técnicas complexas estimulam habilidades cognitivas essenciais, promovendo um aprimoramento notável na capacidade de foco e retenção de informações.

A prática do jiu-jitsu promoveu uma melhoria significativa em diversos aspectos, como aprimoramento da socialização, interação, trabalho em equipe, desempenho físico e mental. A autoconfiança dos alunos destacou-se em virtude das técnicas ensinadas, capacitando-os para progressões de faixa e competições.



CED INCRA 08

JIU-JITSU

