

# 跆拳道活动标语(优质6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 跆拳道活动标语篇一

跆拳道古称“花郎道”，是起源于朝鲜半岛的一项民间技击术。跆拳道四一种体育竞技运动，有危险性，今天本站小编给大家带来跆拳道的打完比赛后的总结怎么写，希望对大家有所帮助。

简单地说，跆拳道就是不用任何武道器，赤手空拳与敌手格斗保护自身的武术。来源:作文网说得更详细一些，跆拳道就是为了正当防卫，通过猛烈的精神和肉体训练，锻炼手，脚和身体的各个部位的方法与技术。跆拳道不仅注重威力和技术，而且强调严格的纪律，高超的技术和强健的精神教育，以培养正义感，刚毅性，果敢性的独特的武术。因此真正的跆拳道人根本不同于那些仅仅学到搏斗时用得上地极其有限的技术，以在比赛场上讨得观众欢心为满足的似是而非的跆拳道人。

可以说，这就是称跆拳道为护身艺术的道理之一，跆拳道不仅教给人们思考和生活的方方法，而且培养人们的克制力和陶冶崇高的人格。所以不少人说它是近乎一种信仰的武术。

从字面上解释，跆拳道就是：跆，意味着用脚，踢，踏。拳，意味着用拳刺或破。道意味着古代圣贤铺平的路前进，也就是进行精神修养。总而言之，就是为了用空手赤足护身。把跳，踢，刺，挡，闪避等动作，敏捷而得当地适用于活动的目标，给以最大的打击的技术加精神修养的武道，确实，跆

拳道使先天性体弱者，经过科学的锻炼，也具有击败强敌的力量和自信心。但如果运用不当，无异于使用凶器。因此，必须经常强调精神教育，不许滥用它。

跆拳道精神是礼仪，廉耻，忍耐，克己，百折不屈

## 跆拳道的影响力

跆拳道启示着生活方式和思考方法，特别是在高昂精神文明的同时培养正义的巨大力量。而且，它培养人们的高贵气质，提高人们的适应性，使学习跆拳道的人容易融入社会。

由于跆拳道的每个动作都是科学的和有明确目的的，所以优秀的师范能够使任何学员有信心掌握跆拳道。通过反复的练习培养忍耐力和克服任何困难的意志，通过练习掌握的技术和力量使学员产生在任何条件下任何时候都可以对付任何对手的自信心。

跆拳道的对打练习可以使学员更加谦虚，培养克制能力和勇气。而且可以提高机敏性和警惕性，同时可以测验动作的适应性和正确性。跆拳道的套路练习使基本动作更加柔韧，优雅达到最高境地。基本功的练习使学员的动作更加简洁明了，掌握其原则和方法。

跆拳道的练习潜意识地树立学员的人生观。在练习跆拳道的过程中，观察每个人的动作就可预知各自的技术水平。因此，学员之间将产生竞争心和学习热情，培养学员的积极向上，不断进取的精神。而且培养学员的助人为乐的精神，谦虚礼貌的行为和严谨的生活方式。通过有纪律的生活，不但容易融入社会，而且使学员向往优秀的师范，树立更高的人生目标。

学习跆拳道的过程，有机会和不同职业，不同年龄，不同性别，不同民族的人进行交流，增进友谊，学习不同的文化。

而且，练习跆拳道可转换长时间在室内学习和工作的紧张气氛，振作精神，使人们能够重新集中精力学习和工作。

跆拳道教育的核心是使学员正确掌握把全身各部位作为武器的方法，以及为了防止乱用跆拳道技术的精神教育。

跆拳道是集健体、自卫于一体的运动项目，我觉得它不仅能够增强人体素质，而且具有丰富的内涵。在我们平常训练中是以“礼仪廉耻、忍耐克己、百折不屈”为宗旨，宣扬一种互助、向上的团队协作精神，可以让我学到很多知识。跆拳道对于健康管理也有许多益处，练习跆拳道可以使身体变得轻盈敏捷。

进入场馆，只见一个巨大的“开大杯”河南高水平体育馆校跆拳道锦标赛的条幅悬挂在场馆正中央，场地中间的地板上铺着两大块垫子，这里就是我们将要比赛的场地。

精彩的跆拳道舞操和各个对的团体比赛结束后就是个人比赛了。它的比赛规则是：同时上场两名选手，左胳膊上各系一条红带或蓝带，代表红方、青方，整套动作结束后，三名裁判举胜方的牌，胜者晋级，输者淘汰。

跟着教练进入比赛场地，立刻就紧张起来。我们先在场地旁活动了一会儿，然后就排队准备比赛。等待上场比刚才还紧张，心跳“嘭、嘭、嘭”地像敲鼓。我的两名队友第一轮都晋级了，我想：千万不能输，一定也要晋级。只听裁判叫到我的名字后，我就“噌”地一下跑到了垫子旁，迈着即坚硬又发软的步子来到垫子中央，听到口令后，我全神贯注地做好每一个动作。比赛结束，我顺利晋级，下场后，高兴地和队友抱在一起。

淘汰了一轮，第二轮比赛更激烈了。可惜的是我的队友在这轮比赛中被对方淘汰出局。该我上场了，教练很严肃的对我说：“不要紧张，记住动作要领。”我点点头，迈着自信的

步伐来到垫子中央认真比赛，很成功，我又赢了。教练高兴地拍了拍我的头，我从来没有看到他笑得这么灿烂。

这是我第一次参加正式比赛，虽然还不知道是第几名，但是我已经感受到了比赛的紧张与残酷。今后我要更加努力地练习，争取下次赛出更好的成绩。

后记：

比赛结果出来了，我获得了“个人品势女子丙组”第五名。下面就是我前几天领的荣誉证书，我要好好保存。

“小城说雨”老师的点评：

“内容要紧紧围绕这次比赛来写，与之无关的不要涉及。”

根据老师的点评，我把上篇文章进行了修改，没有及时发表是想和这张证书一同发出，希望老师见谅，也希望博友多提宝贵意见。

武术社团开展至今已逐步走向成熟化，正规化，从锻炼同学的自身素质出发，为广大爱好武术的同学们的身体体能着想，主要以加强社员的体能训练，技能训练，进行素质培养，和团队精神的培养。

一、体能训练：体能训练是本学期的重要内容，通过这学期的体能训练，目前社内身体素质不好社员，已经提高了不少。活动时进行自愿的体能训练，社员们能够积极参加，并且对训练的内容能够积极的完成，达到很好的效果。

二、技能训练：在散打训练方面，从拳法、腿法、收身、摔法对会员进行了相应的训练，在训练中不能够达到要求的同学进行了特别的训练，并且对其减慢了学习进度。跆拳道训练有了突破性的进展。很多新入会的会员喜欢上跆拳道并投入

到训练当中去. 本学期开设了双节棍科目, 很多会员反映积极, 刻苦训练. 并有部分会员参加了多次双节棍演出. 本协会双节棍分社和辽阳市双节棍协会建立了良好的合作伙伴关系. 为协会今后的发展奠定了良好的发展空间。

三、主要活动：五月是活力四射的季节, 是产生希望的季节, 也是我们向众人展示我们社团的季节. 为了个社团文化艺术节献上一份厚礼, 为了社团活动开展的更加丰富多彩, 我协会于五月二十九日举办”迎奥运—中华武魂. 情系灾区”武术表演晚会. 此次活动是本社团内老会员的最后一次在社团文化艺术节期间的大型演出, 也是新会员入会以来的第一次登台演出、展示训练效果的机会. 所以说, 这次活动是协会中的一次空前的盛会. 此次晚会也得到了软件工程系和社团联合会给予我们这次活动的大力支持. 本次活动充分体现了学生自主开办活动, 从策划、筹办、节目编排到晚会的举办, 充分运用了学生的力量, 调动了众多学生的积极性. 同时也得到了学院团委、软件工程系党总支、软件工程系团总支、软件工程系学生会、院大学生社团联合会等部门的充分配合及大力支持. 但是, 晚会的个别节目准备的不够充分, 这也体现出了学生思想的局限性. 希望今后我们能够扬长避短, 再创辉煌. 并希望我们祖国更加坚强、更加富强! 祝福灾区人民早日重建家园, 共创美好的明天!

另外, 平时社团的训练还要正常的开展, 每周两个下午第四节仍然是会员的训练时间. 本学期训练强度将会加大. 希望会员能够在平时的训练当中培养一种不怕吃苦的精神, 能够达到“提高素质, 健体防身; 锻炼意志, 培养品德; 交流技艺, 增进友谊”的意义. 本学期我们要因材施教, 注意对不同层次人的训练. 争取把协会做的更加有生机、更加有活力. 我们会弥补以往的工作中的缺点和不足, 与时俱进、开拓创新。

## 跆拳道活动标语篇二

星期日，本来想睡懒觉的我被我朋友叫起来，邀请我去她太太家做客。

在路上，我们坐在她奶奶的电动三轮车上，有说有笑地看着路边的风景，很快我们就到了。因为是第一次来，我受到朋友太太家人的热情款待，她们拿出好多好吃的东西，搞得我有点不好意思了，只好连声说：“谢谢！谢谢！”

快吃中饭了，我们俩忙着帮大人搬凳子拿碗筷，太太家里的人连声夸我们是懂事的孩子，能帮大人做力所能及的事情。在饭桌上，太太老是给我夹菜，不一会儿，我面前的碗里菜就堆成小山了。太太还笑呵呵地说：“小姑娘，别挑食，多吃点，才能长得胖嘟嘟的！”

吃好饭，太太给我们看了她家里养的两只小兔子，让我们分辨兔子的雌雄。我们观察了好久，还是猜不出来。太太就告诉我们，由于雄兔经常挑食，所以很瘦小，可雌兔什么都爱吃，所以长得很强壮。听了太太的话，我暗暗下决心，我以后再也不挑食了，做一个健康的孩子。

## 跆拳道活动标语篇三

盼星星，盼月亮，终于盼到这一天——星期六，今天天气很冷，刺骨的寒风呼呼地向我吹来，但是我的心却是热乎乎的，因为日报社的叔叔阿姨要带着我和同学们一起去宁波的天宫城堡体验大人的工作。

五辆大巴车载着我们浩浩荡荡地向天宫城堡出发。到了目的地，我们迫不及待地冲下了车子。一座美丽的城堡映入了我的眼帘。我怀着好奇的心情走了城堡，哇！里面有红绿灯，有黑白相间马路，还有参天大树……马路两边是一家家形形色色的店铺，那些店铺都是可以让我们去打工赚钱的。

我和翁卓馨迫不及待地跑进了制作果冻的店铺。首先老师让我们穿上了工作服，接着学着老师的样子，在碗里倒了一些果冻粉，搅拌后加入了糖水和薄荷水，然后放入了冰箱里。最后，终于好了，我吃着自已做的果冻，甜甜地笑了。我又打了好几份工：做热狗、挤牛奶……一共得到24元，我用这笔钱买了礼物。

现在我才知道爸爸妈妈赚钱很辛苦啊！

## 跆拳道活动标语篇四

进入场馆，只见一个巨大的“开大杯”河南高水平体育馆校跆拳道锦标赛的条幅悬挂在场馆正中央，场地中间的地板上铺着两大块垫子，这里就是我们将要比赛的场地。

精彩的跆拳道舞操和各个对的团体比赛结束后就是个人比赛了。它的比赛规则是：同时上场两名选手，左胳膊上各系一条红带或蓝带，代表红方、青方，整套动作结束后，三名裁判举胜方的牌，胜者晋级，输者淘汰。

跟着教练进入比赛场地，立刻就紧张起来。我们先在场地旁活动了一会儿，然后就排队准备比赛。等待上场比刚才还紧张，心跳“嘭、嘭、嘭”地像敲鼓。我的两名队友第一轮都晋级了，我想：千万不能输，一定也要晋级。只听裁判叫到我的名字后，我就“噌”地一下跑到了垫子旁，迈着即坚硬又发软的步子来到垫子中央，听到口令后，我全神贯注地做好每一个动作。比赛结束，我顺利晋级，下场后，高兴地和队友抱在一起。

淘汰了一轮，第二轮比赛更激烈了。可惜的是我的队友在这轮比赛中被对方淘汰出局。该我上场了，教练很严肃的对我说：“不要紧张，记住动作要领。”我点点头，迈着自信的步伐来到垫子中央认真比赛，很成功，我又胜了。教练高兴地拍了拍我的头，我从来没有看到他笑得这么灿烂。

这是我第一次参加正式比赛，虽然还不知道是第几名，但是我已经感受到了比赛的紧张与残酷。今后我要更加努力地练习，争取下次赛出更好的成绩。

后记：

比赛结果出来了，我获得了“个人品势女子丙组”第五名。下面就是我前几天领的荣誉证书，我要好好保存。

“小城说雨”老师的点评：

“内容要紧紧围绕这次比赛来写，与之无关的不要涉及。”

根据老师的点评，我把上篇文章进行了修改，没有及时发表是想和这张证书一同发出，希望老师见谅，也希望博友多提宝贵意见。

## 跆拳道活动标语篇五

跆拳道比赛规则本次介绍内容是跆拳道比赛时长、以及跆拳道参赛运动员赛前称重规则。

跆拳道比赛时长是指每场跆拳道比赛为3局，每局跆拳道比赛为2分钟，局间休息1分钟；青少年跆拳道比赛时间可根据情况适当调整；跆拳道比赛可根据特殊需要对局数、跆拳道比赛时间及休息时间进行调整，但每局跆拳道比赛（包括加时赛）原则规定的时间为2分钟，是不能改动的；跆拳道比赛前一天是表示称重时间由赛事组委会确定并在技术会议上通知参赛队，称重时间不超过2小时。

跆拳道参赛运动员的称重时间和地点，由跆拳道比赛赛事组委会决定。称重必须在2小时内完成。如称重不合格，在1小时内有1次补称机会；正式称重不合格：如果运动员正式称重不合格，不能获得基础分；试称用的体重秤必须与正式的体



重秤型号相同，并具有相同的精确度，在赛前由赛事组委会核对无误。

跆拳道参赛运动员称重时，男运动员着内裤，女运动员着内裤、胸罩；女子称重地点应与男子分开，并由女性技术官员负责进行；如运动员要求，允许裸体称重，跆拳道比赛赛事组委会应提供试称用的体重秤（误差不得超过0.01公斤），放置于运动员驻地或训练场馆。跆拳道参赛运动员须持有效参赛证件参加称重，否则按称重不合格计。

跆拳道参赛运动员称重的各个环节须由裁判员和赛事组委会指定的工作人员共同执行。如有必要，可由参赛队代表进行监督；跆拳道参赛运动员的称重结果须经技术代表或有关技术官员签字确认，确认后不得更改。

## 跆拳道活动标语篇六

杭州亚运会跆拳道项目比赛时间为9月24日-28日，在临安体育文化会展中心体育馆举行，比赛设置品势和竞技两项比赛，共产生13枚金牌。其中男子竞技5项、男子品势1项、女子竞技5项、女子品势1项，竞技混合团体1项。品势比赛场地为2片12米×12米的软垫，竞技比赛场地为3片12米×12米竞赛区域为8米×8米的八角垫(含60厘米的安全区域)，公认品势比赛时间90秒，自由品势比赛时间90-100秒，竞技采用三局优胜制，每场比赛分3局进行，每局2分钟，局间休息1分钟。