

KETRAMPILAN DASAR TAEKWONDO



OLEH :

DEVI TIRTAWIRYA, M. Or.

JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Juli 2012

Ketrampilan Dasar Taekwondo

- A. Taekwondo
- B. Sejarah
- C. Etiket
- D. Sarana Prasarana
- E. Bagian-bagian Tubuh
- F. Seogi (Kuda-kuda)
- G. Makki (Tangkisan)
- H. Jireugi (Pukulan)
- I. Chagi (Tendangan)
- J. Pommse Teugeuk



Taekwondo

- Taekwondo terdiri 3 kata:
 - ✓ Tae berarti kaki atau menghancurkan dengan teknik tendangan
 - ✓ Kwon berarti menghantam dan mempertahankan diri menggunakan tangan
 - ✓ Do yang berarti seni/cara mendisiplinkan diri
- Seni bela diri menggunakan kaki dan tangan kosong dengan disiplin yang tinggi.



Sejarah

1. Awal Mula Berdirinya Taekwondo
2. Taekwondo Indonesia



Awal Mula Berdirinya Taekwondo

- a. Taekwondo Lahir di Korea tahun 1954
- b. Tahun 1972 Ku Ki Won didirikan sebagai markas besar Tae Kwon Do
- c. Tahun 1973 pertama kali kejuaraan dunia Tae Kwon Do dilaksanakan di KU KI Won dan menjadi rutin 2 tahun sekali.
- d. Pada 28 Mei 1973, WTF berdiri, dan mempunyai lebih dari 160 negara anggota.
- e. Pada Olympic Games 1988 di Seoul Taekwondo dieksebisikan.
- f. Tahun 1989 Ku Ki Won membuka program pelatihan bagi instruktur Taekwondo dari seluruh dunia.
- g. Pada tahun 2000 di Sydney telah dipertandingkan sebagai olahraga resmi.

Taekwondo Indonesia

- a. Pada tahun 1970-an Taekwondo mulai berkembang di Indonesia.
- b. Persatuan Taekwondo Indonesia (PTI) diketuai oleh Letjen Leo Lapolisa Berafiliasi pada ITF yang bermarkas di Toronto Canada, yang dipimpin oleh Gen. Choi Hong Hi.
- c. Pada waktu yang sama WTF yang berpusat di Ku Ki Won dengan presiden Dr. Un Yong Kim juga berkembang di Indonesia. Federasi Taekwondo Indonesia (FTI) diketuai oleh Marsekal Muda Sugiri.
- d. Pada 28 Maret 1981 diadakan Munas dan dapat menyatukan dua aliran itu dengan nama Taekwondo Indonesia (WTF), ketua Letjen Leo Lapolisa.
- e. Munas I, 17-18 September 1984, menetapkan Letjen Sarwo Edhie Wibowo sbg Ketua Umum Taekwondo Indonesia periode 1984-1988, selanjutnya pernah diketuai antara lain Soeweno, Harsudiyono Hartas dan sekarang oleh Letjen (Mar) Suharto.