

# Karateka na treningu



**kolorowanki.pl** powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-03081



**kolorowankioli.pl**

K-03081 · Wiek 4-10 lat

# Karateka na treningu

Karate to japoński sport walki z dłonią i nogą. Zawodnicy w białych kimonach walczą zachowując szacunek. Każdy ma pas określający stopień zaawansowania.

## Ciekawostka

Karate powstało w XIX wieku na Okinawie. Słowo 'karate' znaczy 'pusta ręka' — sportowcy nie używają broni, tylko własnego ciała. Pasy w karate idą od białego (początkujący) przez żółty, pomarańczowy, zielony, niebieski, fioletowy, brązowy do czarnego (mistrz). Karate jest dyscypliną olimpijską od 2020 roku. W Polsce karate ćwiczy ponad 50 tysięcy osób. Mistrz świata Bruce Lee inspirował się karate i kung-fu.

## Sugerowane kolory

Kimono białe, pas czarny lub kolorowy w zależności od stopnia, mata czerwona lub niebieska, włosy czarne związane, ręce i nogi w ruchu.

## Wskazówka dla rodzica

*Dla dzieci 5-12 lat. Pokazuje wartość szacunku i samodyscypliny. Można porozmawiać o filozofii sztuk walki — wygrywa się ze sobą, nie z innymi.*



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·  
Przedszkolne · Wesela · Komunie