

Cartilha

Inteligência Corporal-Cinestésica



Michael Phelps



Katie Ledecky



Cartilha

Inteligência **Corporal-Cinestésica**



Índice

1. Definição;
2. Sistema Simbólico;
3. Regiões Cerebrais;
4. Habilidades Básicas;
5. Habilidades Avançados;
6. Profissões de Incidência;
7. Personalidades Exemplo.



1. Definição

Inteligência direcionada as capacidades de:

(i) controle e harmonização de movimentos corporais.

Uma habilidade responsável por conceder ao usuário:

(i) uma alta performance nos mais diversos esportes e atividades físicas;

(ii) tornando o corpo uma ferramenta para expressar emoções;

(iii) e possibilitar o encadeamento entre corpo e mente.



2. Sistema Simbólico

Movimentos Corporais

Identificações Visuais

Identificações Auditivas

Identificações Olfativas

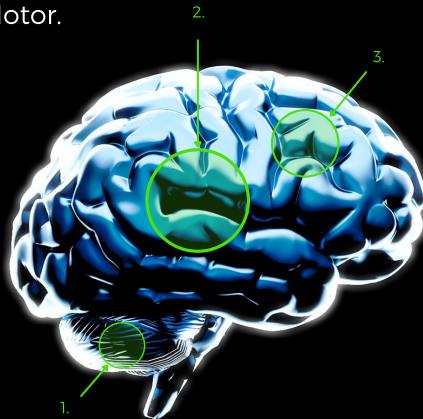
Identificações Degustativas

Identificações de Contato



3. Regiões Cerebrais

- 1. Cerebelo;
- 2. Gânglios Basais;
- 3. Córtex Motor.



4. Habilidades Básicas

1. Controle e Harmonização Corporal;
2. Flexibilidade Corporal;
3. Resistência Muscular;
4. Adaptabilidade Esportiva;
5. Satisfatória Performance Esportiva;
6. Força Corporal;
7. Rápida Compreensão e Aplicação de Movimentos;
8. Percepção Sensorial Apurada;
9. Elevado Controle Cognitivo-Comportamental;
10. Regeneração e Rigidez Tecidual;
11. Controle de Impactos Corporais.



5. Habilidades Avançadas

1. Controle de Reservas de Energia Corporal;
2. Alta Flexibilidade Corporal;
3. Alta Resistência Muscular;
4. Super Adaptabilidade Esportiva;
5. Alta Performance Esportiva;
6. Aplicabilidade Precisa de Força Corporal;
7. Rápida Compreensão e Aplicação de Movimentos;
8. Elevado Controle da Percepção Sensorial e Comportamental;
9. Alta Velocidade de Reação Corporal;
10. Eficiente Manipulação Estratégica do Corpo para Controle Emocional.



6. Profissões de Incidência

1. Profissionais de Educação Física;
2. Fisioterapeutas e Instrutores de Pilates;
3. Nadadores e Atletas de Nado Sincronizado;
4. Surfistas e Atletas de Saltos Ornamentais;
5. Esgrimistas e Lutadores de Artes Marciais;
6. Alpinistas, Arqueiros e Atiradores;
7. Ginastas e Profissionais de Calistenia;
8. Dançarinos, Patinadores e Skatistas;
9. Jogadores de Futebol, Futsal, Basquete, Vôlei, Handebol e Futevôlei;
10. Profissionais de Atletismo e Badminton;
11. Ciclistas, Tenistas e Tenistas de Mesa;
12. Canoístas, Atletas de Hipismo e Vela.



7. Personalidades Exemplo

1. Michael Fred Phelps II [1985-] (Patrono);
2. Kathleen Genevieve Ledecy [1997-];
3. Matthew John Mitcham [1988-];
4. Katinka Hosszu [1989-];
5. Adam George Peaty [1994-];
6. César Augusto Cielo Filho [1987-];
7. Sarah Fredrika Sjöström [1993-];
8. Valentina Acosta Giraldo [2000-];
9. Anastasia Vladislavovna Pavlova [1995-];
10. Mitchell James Larkin [1993-].



Cartilha

Inteligência **Corporal-Cinestésica**

