

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome:		Data: __/__/2021
Unidade Escolar:		Ano: 4º ano.
Componente Curricular: Educação Física.		
Tema/Objeto do Conhecimento: Esporte/ Esporte de invasão.		
<p>Habilidades: (GO-EF04EF05) Vivenciar e fruir diferentes modalidades e características histórico-culturais presentes nos esportes e paradesporto de marca, precisão, invasão, campo e taco, rede/parede, bem como seus valores, regras e significados, prezando pelo trabalho coletivo, pelo protagonismo.</p>		

Olá, pessoal, tudo bem com vocês?! Espero que sim! E que estejam bem animadas para conhecerem e aprenderem um pouco mais.

Na aula de hoje vamos aprender sobre um esporte de invasão; os esportes de invasão se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola ou objeto ao campo defendido pelos adversários como gol ou cesta, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo.



Fonte da imagem: <https://www.galaticosonline.com/noticia/09/08/2016/63689,brasil-perde-para-o-japao-no-basquete-feminino.html>
 acesso em: 13/09/2021.

História do basquetebol

O basquetebol é um esporte coletivo criado nos Estados Unidos e praticado em todo o mundo. Seu nome (basketball) está relacionado com dois de seus elementos principais: a cesta (em inglês, basket) e a bola (ball).

O basquete foi inventado nos Estados Unidos no início de dezembro de 1891 na Associação Cristã para Moços (YMCA) de Springfield, Massachusetts, pelo professor canadense James Naismith (1861-1940).

O professor buscava um esporte intenso que pudesse ser praticado pelos alunos dentro do ginásio por conta do inverno rigoroso e da chuva no norte dos Estados Unidos.

O professor prendeu então dois cestos de pêssago no alto de uma parede e as equipes tinham que encestar a bola. O professor Naismith mediu a altura das cestas e registrou 3,05 metros, essa altura é a mesma até hoje.

O primeiro jogo de basquete foi realizado com uma bola de futebol e o primeiro modelo de cesta possuía um fundo. Assim, a cada ponto era necessário subir em uma escada para resgatar a bola. Não demorou para que o fundo da cesta fosse retirado e o jogo pudesse se tornar mais dinâmico.

A bola evoluiu e perdeu seus cadarços para o fechamento da costura. Isso possibilitou os passes picados e, posteriormente, os dribles.

A bola de basquete permaneceu marrom até a década de 1950, quando assumiu a cor laranja para facilitar a sua visualização pelos atletas e espectadores.

Evolução das regras do Basquete

Os primeiros jogos de basquete foram disputados em equipes de nove atletas. Logo após, ainda em 1892, o professor Naismith optou pelo jogo de cinco contra cinco.

Em 1898, foi instituída a regra que impede os dois dribles (quicar a bola, segurá-la e voltar a quicar). Algumas outras regras do basquete foram sendo adaptadas ao longo do tempo.

A tabela (placa retangular localizada atrás da cesta) foi introduzida em 1906 com o objetivo de impedir que os espectadores do jogo que ficavam em mezaninos interferissem nos arremessos. Isso possibilitou também os rebotes, alterando o modo do jogo.

Em 1954, foi instituída a regra dos 24 segundos, com o objetivo de dar mais velocidade ao jogo. Segundo a regra, cada equipe tem 24 segundos de posse até arremessar a bola à cesta.

Fonte do texto: <https://www.todamateria.com.br/historia-do-basquete/> acesso em: 13/09/2021

Podemos perceber que o basquetebol passou por diversas mudanças conforme sua necessidade, seja por causa da busca de praticar um esporte durante o inverno ou para deixar as regras do jogo mais dinâmicas, o ser humano tem essa capacidade de se adaptar conforme sua necessidade em qualquer momento ou ambiente e com o esporte não é diferente.

ATIVIDADE 1 - Agora que já conhecemos um pouco da origem do basquetebol, pesquise e relate sobre a história do basquetebol no Brasil; pode perguntar a alguém de sua confiança, pesquisar em livro e/ou na internet.

ATIVIDADE 2 - Agora que já estudamos vamos para a prática!?! Pegue um cesto ou balde para usar com cesta de basquete, posicione a uma distância razoável de você, e faça bolas com meias para treinar seu arremesso.

Arremessos	Acertos
1	
2	
3	
4	
5	
6	

SUGESTÃO BRINCANTE: Treine seus arremessos todos os dias e perceba como você a cada dia fica melhor.

Até a próxima atividade!!