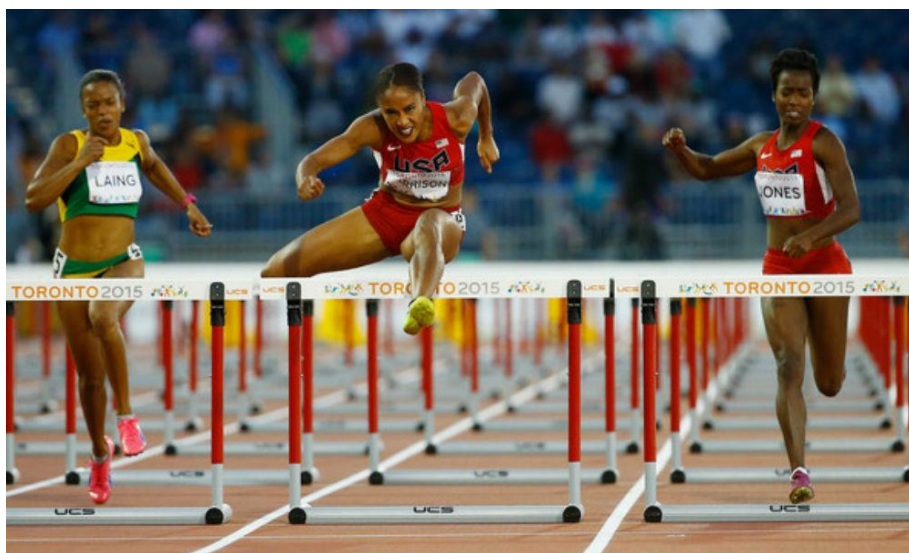


ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome:		Data: ___/___/2021
Unidade Escolar:		Ano: 5° ano.
Componente Curricular: Educação Física.		
Tema/Objeto do Conhecimento: Esporte/ Esporte de marca.		
Habilidades: (GO-EF05EF05) Vivenciar, fruir e analisar 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 e pelo protagonismo.		

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 continuar a aprender sobre os esportes de marca, bora lá!?



Fonte: <https://www.olimpiadatododia.com.br/lima-2019/atletismo/100m-com-barreiras-feminino/> acesso em: 09/09/2021.

O atletismo

O Atletismo é formado por três modalidades: corridas, saltos e lançamentos. Ele é considerado um dos esportes mais antigos da história, há relatos da sua origem na primeira edição

dos Jogos Olímpicos em 776 a.C, ano que a primeira Olimpíada da história foi realizada, na cidade de Olímpia. No entanto, registros apontam que há cerca de 5 mil anos ele já era praticado no Egito e na China.

Foi na Inglaterra durante o século XIX que o atletismo ganhou sua diversidade atual. Como o atletismo é um esporte de marca, seu principal eixo é a competição e a comparação dos resultados. No atletismo otimizamos as capacidades físicas naturais do ser humano em diferentes provas, que são: Resistência, Força, Flexibilidade, Agilidade e Velocidade.

O formato moderno do atletismo data do século XIX, na Inglaterra, e conta com as seguintes provas oficiais:

- Corridas: rasas, com barreiras, com obstáculos;
- Marcha atlética;
- Revezamentos;
- Saltos;
- Arremesso e Lançamentos;
- Combinada.

Após o início dos Jogos Olímpicos da Era Moderna no ano de 1896, a categoria conquistou seu prestígio com o passar dos anos e precisamente em 1912 foi necessário criar uma organização, a IAAF (Associação Internacional de Federações de Atletismo), por conta da magnitude que se tornou.

O Atletismo chegou a terras brasileiras no final do século XIX; em seguida, o Brasil teve sua primeira participação nas Olimpíadas de Paris 1924. Criou-se um torneio nacional um ano após, fundando-se somente em 1977 a Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt).

A maioria dos embates ocorrem dentro de um estádio, no campo e na pista, com modalidades distintas acontecendo simultaneamente. Com 400m de extensão, a pista oval carrega consigo a principal regra da competição: não é permitido queimar a largada.

Texto: referência: <https://www.infoescola.com/esportes/atletismo/> acesso: 03/05/2021.

ATIVIDADE 1 - Além do atletismo existem diversos outros esportes de marca, faça uma pesquisa e descubra mais 3 esportes, assim como seus valores e regras. Lembrando que os esportes de marca se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos, ou seja, marca.

ATIVIDADE 2 - As corridas com barreiras são provas de atletismo no qual os atletas têm que correr e saltar sobre as barreiras. Que tal criarmos nossa corrida com barreiras, escolha o campo de corrida e coloque objetos que sirvam de barreiras, as barreiras podem ser da altura dos joelhos para começar.

ATIVIDADE 3 - Agora, expresse por meio de um desenho bem bonito como foi praticar a corrida com barreiras, como se sentiu? Quais foram as emoções envolvidas? Se divertiu?

SUGESTÃO BRINCANTE: Conforme vai se adaptando as barreiras, aumente o nível de dificuldade, assim a brincadeira fica cada vez mais emocionante.

Até a próxima atividade!!