



Aprendizagem Conectada
Atividades Escolares e Tarefa Semanal
4ª semana
1º Ano/EF



Nome da Escola	
Nome do Estudante	
Ano/Ciclo	

PRÁTICA ESPORTIVA

1. ESPORTE DE MARCA – ATLETISMO -CORRIDA

O que você conhece sobre Esportes de Marca?

Nas últimas propostas de trabalho que tivemos nas aulas online de práticas esportivas, conhecemos os esportes de precisão. E que tal conhecermos também os esportes de marca?

Os ESPORTES DE MARCA “são aqueles baseados na comparação dos registros dos índices alcançados em segundos, metros ou quilos. Exemplos: todas as provas do atletismo, como também patinação de velocidade, remo, ciclismo, levantamento de peso etc. Nessas provas, os adversários “medem forças” para saber quem foi mais rápido (menor tempo em horas, segundos, milésimos de segundo), quem foi mais longe ou mais alto (em metros e centímetros), quem levantou mais peso (em quantidade de quilos). (GONZÁLES; BRACHT, 2012, p. 22 – 23).

Uma das características mais destacadas nos esportes de marca é a quebra de recordes. Com certeza, você já realizou algumas brincadeiras para observarem quem saltava mais alto, como no AUMENTA-AUMENTA, ou quem saltava mais longe, igual na brincadeira PULANDO VARINHA. Essas atividades são brincadeiras de marca. Através delas podemos observar quem foi a criança mais veloz, quem saltou mais longe, quem foi mais forte, entre

outros. Acho que expliquei bem e que você já entendeu o significado, né? Então vamos continuar.

Existem muitos ESPORTES DE MARCA que são praticados no mundo inteiro. Neste momento iremos estudar um tipo de esporte de marca - **ATLETISMO**.



Você sabia que o atletismo é a prática esportiva mais antiga já praticada pelo ser humano? Para sobreviver na Pré-história, o homem já praticava diversos movimentos como correr, saltar, lançar e arremessar. Podemos destacar que foi por meio dessas possibilidades de se movimentar que o ser humano desenvolveu várias habilidades no decorrer da História.



Primata caçando um mamute com lança (refere-se ao lançamento de dardo do atletismo)

Fonte: Atletismo... (2020)

Corrida de Revezamento

Existe ainda no atletismo uma corrida muito conhecida por todos, que se chama **CORRIDA DE REVEZAMENTO** ou 4x100m. É a única prova coletiva de atletismo, na qual quatro atletas da mesma equipe se revezam e correm 100 metros cada, passando o bastão para o amigo, tentando percorrer a pista no menor tempo possível.

Figura 1. Corrida de Revezamento



Fonte: Corrida de Revezamento... (2020)

Nos dois links do Youtube a seguir, relacionados às figuras 2 e 3, mostram sobre esporte de marca com crianças.

Secretaria Adjunta de Gestão Educacional - SAGE

Figura 2: Jogo Esporte.



Fonte: Jogo esporte práticas lúdicas esporte de marca... (2020).

Acesse o link para conhecer um pouco mais: <https://www.youtube.com/watch?v=B50JAWfR3fo>

Figura 3: Corrida de Revezamento.



Fonte: Mundial de revezamento Bahamas 2017 4x100M primeira série... (2020).

Acesse o link para conhecer um pouco mais: <https://www.youtube.com/watch?v=8pyC8TAvp5g>

Desafios de Prática Esportiva

1. OLHA O AVIÃO – (Peça ajuda de um adulto)

Hoje vamos brincar de Aviãozinho!!!

I. Como fazer o avião?

Material: Folha A4 ou papelão

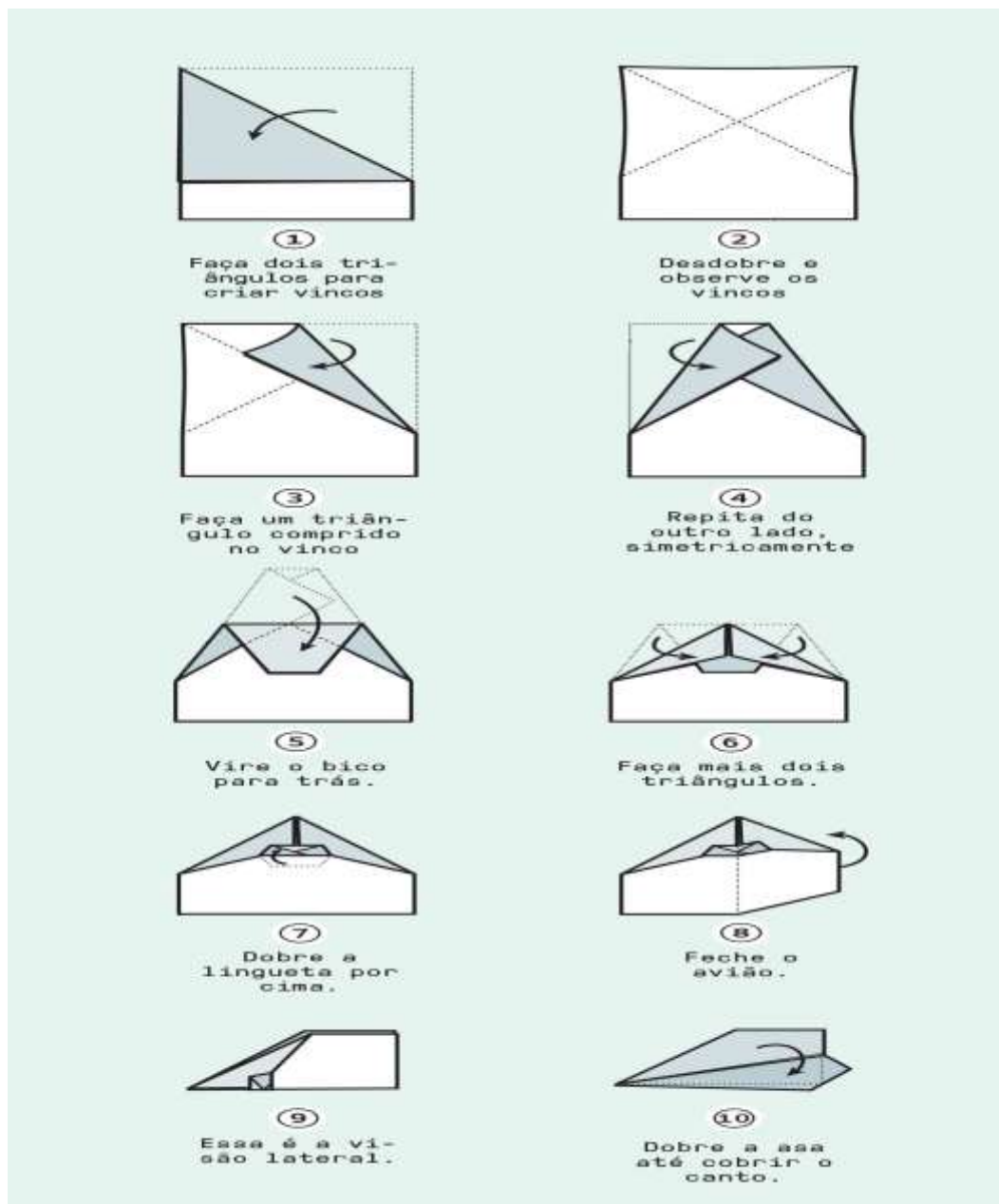
II. Materiais: O avião de papel (feito anteriormente), objetos para fazer demarcação e pontuação no chão (aqui utilizamos fita crepe, podendo ser corda, giz, camisetas para demarcar).

Desenvolvimento: Fazer os lançamentos dos aviões, para ver quem consegue fazer mais pontos e lançar o mais longe possível. (conforme o arquivo abaixo).

Vamos lá marcar os pontos.



Fonte: DRC/MT - Educação Física.



Fonte: Como construir um aviãozinho de papel... (2020).

2. Que tal brincarem também de **Corrida de Revezamento**. Conforme explicação na apostila do material de atividades, figura 1. Chamem todos que estão em casa e brincam com a corrida de revezamento, de acordo com as regras necessárias do grupo.