ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICIPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESCOLA MUNICIPAL FAROL DO NORTE
DELIBERAÇÃO CME/LADÁRIO Nº38/2017 DE 13/11/2017
e-mail: emfaroldonorte@hotmail.com

Nome: _____ Turma: 3º Ano Ú Turno: (**X**) Mat. ( ) Vesp.

Professor (a): **Kátia Regina** Ensino Fundamental I

Atividade referente ao período de 08/09 a 15/09/2020 Quantidade de aulas: 02

Componente Curricular: **EDUCAÇÃO FÍSICA**

Ginástica Geral

A **ginástica** é um conceito que engloba modalidades competitivas e não competitivas e envolve a prática de uma série de movimentos exigentes de força, flexibilidade e coordenação motora para fins únicos de aperfeiçoamento físico e mental.

A ginástica geral engloba as modalidades competitivas de ginástica reconhecidas pela Federação Internacional de Ginástica – Ginástica Artística, Ginástica Rítmica, Aeróbica Esportiva, Esportes Acrobáticos e Trampolim – enfim as atividades acrobáticas com e sem aparelhos.

Ginástica acrobática

A ginástica acrobática consiste na execução de exercícios sem a utilização de aparelhos. Para realização dessa modalidade é necessário controle corporal, equilíbrio, força e flexibilidade.

- Após a leitura dos textos acima, responda:

1. O que é ginástica? _____

_____

_____

2. Quais são as modalidades competitivas reconhecidas pela Federação Internacional de Ginástica?

_____

3. Quais são os movimentos exigidos pela Ginástica?

_____

4. Defina Ginástica Acrobática.

_____

_____

5. Circule as imagens que demonstram a execução da ginastica acrobática.







Disponíveis em: http://sme.goiania.go.gov.br/conexaoescola/ensino_fundamental/ginastica-geral-2/#:~:text=A%20gin%C3%A1stica%20geral%20engloba%20as,acrob%C3%A1ticas%20com%20e%20sem%20aparelhos https://pt.wikipedia.org/wiki/Gin%C3%A1stica, https://www.todamateria.com.br/ginastica-acrobatica/, https://onlinecursosgratuitos.com/5-apostilas-sobre-ginastica-acrobatica-para-baixar-em-pdf/ e https://www.educacaoetransformacao.com.br/desenhos-dia-das-criancas/amp/. Acesso em: 10/09/2020.
Elaboração Própria: Prof. Kátia Regina