ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL

MUNICÍPIO DE LADÁRIO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA: Professor João Baptista
PROFESSOR (A): Melissa Villalba Costa **TURMA(S): 6°A** **ENSINO FUNDAMENTAL II** **TURNO: Matutino** **ALUNO(A):**_____
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA **PERÍODO:08/09/20 à 15/09/20** **QUANTIDADE DE AULAS: 2**
OBJETOS DE CONHECIMENTOS: Lutas do Brasil
HABILIDADES: MS.EF67EF14.s.11

Lutas

Combate que inclui o uso de técnicas - são caracterizadas pelo uso de técnicas de agarramento, derrubadas e golpes que podem ser realizadas por dois ou mais competidores. Existem diferentes estilos de lutas e elas podem variar conforme as regras. As técnicas de lutas estão presentes nas artes marciais e também em sistemas militares. No campo dos esportes, ela é considerada a mais antiga modalidade, estando atrás apenas do atletismo.

Movimento utilizados - A luta é caracterizada por possuir movimentos de combate a longa e a curta distância. Os de longa distância incluem **empurrões, socos, defesas, imobilizações, dentre outras ações.** Já os de curta distância englobam **uso de aparelhos como: lanças e espadas**.

O estilo - A Federação Internacional de Lutas Associadas (**FILA**) estabeleceu **seis estilos** internacionais. Eles são denominados como: **luta de praia, livre, de combate, greco-romana, corpo a corpo e o sambo**. À frente mais detalhes sobre cada uma delas.

Luta de praia: Um dos estilos de combate mais conhecido é a luta de praia que em inglês corresponde a **"Beach wrestling**". Esse combate diz respeito a uma disputa feita em pé, cujo objetivo é derrubar o adversário no chão.

O estilo greco-romana: A greco-romana também está entre as lutas mais populares e está **incluso nos Jogos Olímpicos desde 1896.** Nela, os atletas não utilizam equipamentos de proteção e por essa razão não é permitida a utilização de golpes violentos ou baixos. ***No combate greco-romana é proibido o uso das pernas, ou seja, o competidor só pode utilizar os membros superiores para derrubar o adversário.***

O estilo livre: A luta livre conhecida internacionalmente como **freestyle wrestling** é um estilo considerado como um do mais antigos. De acordo com a FILA, essa categoria está entre as principais formas de combate, atrás apenas da greco-romana, sambo e o judô.

A luta de combate: Essa modalidade, que corresponde no inglês **Combat grappling**, diz respeito às lutas que **incluem as Artes Marciais Misturadas (MMA).** Os atletas nessa categoria realizam as disputas em pé com movimentos também para o solo.

Corpo a corpo: A luta "corpo a corpo" conhecida como **Grappling** corresponde a um estilo de combate com o **objetivo de controlar o oponente sem a utilização de golpes.** Dessa forma, a intenção consiste em **mobilizar o adversário**. O estilo Grappling pode ser **usado** em combates **em pé ou no solo.**

Sambô: O Sambô quer dizer **"autodefesa sem armas".** Esse estilo que inclui elementos da luta livre e do judô e surgiu na União Soviética no século XX. As disputas são realizadas por dois atletas vestidos com uniformes chamados de Kurtka ou Sambovka cujo corresponde a um modelo de calças mais curtas.

De acordo com o texto, responda:

1) Quais os estilos de lutas?

Fontes: https://www.educamaisbrasil.com.br/enem/educacao-fisica/lutas