Prefeitura Municipal de Ladário
Secretaria Municipal de Educação
Escola Municipal "Professor João Baptista".

Disciplina: Educação Física.	**Professor: Melissa Villalba Costa**
Aluno:_____	**Turma: 6°B**
Período: 03/11 à 13/11/20	**Quantidade de Aulas: 4**
Objeto de conhecimento: Esporte de Marca.	
Habilidade: MS.EF67EF03.s.03 e MS.EF67EF04.s.04	

Esportes de Marca

São aqueles esportes em que o desempenho dos alunos atletas, praticantes, são baseados em atingir MARCAS POR TEMPO, PESO (QUILOGRAMA) e ou METROS. **Exemplos:** atletismo, natação, mountain-bike, saldo em distância, arremesso de peso, lançamento de martelo, lançamento de disco, halterofilismo, ciclismo e remo.

O ATLETISMO

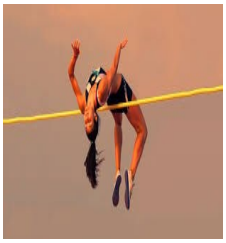
O atletismo é a forma mais antiga de esporte do mundo, reunindo três modalidades:
Corridas; Saltos; Arremessos / Lançamentos.
Os Jogos Olímpicos foram as primeiras organizações esportivas do mundo, idealizados pelos Gregos no ano de 776 a.C., onde pessoas se reuniam para competir no esporte. **Durante muito tempo o esporte mais importante foi o Pentatlo**, que consistia em: **Lançamento de Dardo e Disco; Corridas; Saltos; Luta Livre**. No Brasil, há registros de competições oficiais em 1910.

Principais modalidades do atletismo:

Corrida de velocidade: As provas oficiais de atletismo na categoria adulto (masculino e feminino) são:
Corridas Rasas: 100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 5.000m, 10.000m.
Corrida com Barreiras: 110m e 400m. Corrida com Obstáculos: 3.000m.
Marcha Atlética: 20.000m e 50.000m.
Revezamentos: 4x100m e 4x400m.
Salto em distância: O salto em distância consiste em um salto horizontal, que é impulsionado por uma das pernas, em uma área pré-determinada, e aterrissando em uma caixa de areia, colocada no nível do solo, com o objetivo de atingir a maior distância possível.
Salto triplo: Basicamente, o salto triplo é uma corrida de aproximação e de três saltos consecutivos, diferentes entre si. No primeiro salto, o atleta bate na tabua de impulsão com um pé, e deve cair sobre ele. No segundo salto, o pé que dará impulsão é um, e o que será feita a queda é outro.
Salto em altura: A forma de realizar, consiste em transpor o sarrafo de costas, executando uma trajetória parabólica, pois a corrida de aproximação em uma linha circular, e utiliza toda força centrífuga gerada nessa curva







DE ACORDO COM O TEXTO, RESPONDA:

1) Antigamente, quais eram os 5 esportes que formavam a prova do pentatlo?

_____

2) Durante muito tempo, qual foi o esporte mais importante das Olimpíadas? Marque a alternativa correta:
(A) Futebol
(B) Natação
(C) Pentatlo
(D) Corridas

FONTE: http://semedcorumba.com.br/