ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA PROFESSOR JOÃO BAPTISTA

ESCOLA: Professor João Baptista
PROFESSOR (A): Melissa Villalba Costa TURMA(S): 7°A TURNO: Matutino **ALUNO(A):_____**
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA **PERÍODO:16/09 à 30/09/20** **QUANTIDADE DE AULAS: 5**
OBJETOS DE CONHECIMENTOS: Luta do Brasil
HABILIDADES: MS.EF67EF17.s.16

JUDÔ





Judô é uma arte marcial praticada como esporte. Criada por Jigoro Kano em 1882, o judô é uma adaptação do jiu-jitsu, que tem por **objetivo desenvolver técnicas de defesa pessoal, fortalecer o corpo, o físico e a mente de forma integrada.** Foi considerado esporte oficial no Japão no final do século XIX.

A vestimenta usada no judô é o judogi, de cor branca ou azul, sendo que o azul é mais utilizado em encontros importantes.

O judô tem grande aceitação em todo o mundo, um dos esportes mais praticados, e uma das únicas artes marciais disputadas nas Olimpíadas. Sua prática não é restrita somente a homens com vigor físico, estendendo-se também a mulheres, crianças e idosos.

Os judocas são divididos em duas categorias: ***principiantes (kiu)*** e ***mestres (dan).*** **A cor da faixa utilizada na vestimenta indica o grau de aprendizado.** Os ***principiantes*** usam, nesta ordem, **faixa branca, azul, amarela, laranja, verde, roxa e marrom.** Os mestres utilizam a **faixa preta, a listrada de vermelho e branco e a vermelha.**

O judô é controlado pela Federação Internacional de Judô (IJF), instituída em 1952, e pela Confederação Brasileira de Judô (CBJ).

A luta acontece em uma plataforma, o tatame, com o objetivo de alcançar um ponto através de um dos seguintes golpes: derrubar o adversário, obrigando-o a colocar os ombros no chão; imobilizá-lo por trinta segundos; e chave-de-braço.

DE ACORDO COM O TEXTO, RESPONDA:

1) Qual o objetivo do Judô?

2) Qual o nome da vestimenta usada pelos judocas?

3) Qual a ordem das faixas usadas pelos principiantes?

Fonte: https://mundoeducacao.uol.com.br/educacao-fisica/judo.