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: _____ Turmas: 5º Ano A 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: 03

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 Artística

A Ginástica Artística (Olímpica) é um conjunto de exercícios corporais sistematizados, aplicados com fins competitivos, em que se conjugam a força, a agilidade e a elasticidade. O termo ginástica origina-se do grego gymnádzein, que significa "treinar" e, em sentido literal, "exercitar-se nu", a forma como os gregos praticavam os exercícios.

- Baseado no texto acima, faça uma pesquisa para responder as questões abaixo.

1. Quais são os movimentos que a ginástica exige?

2. Quais são as modalidades da Ginástica Geral?

3. Quais as modalidades da ginástica artística?

4. Quando a Ginástica Artística chegou ao Brasil?

5. Escreva uma curiosidade sobre a Ginástica Artística.

Disponíveis em: http://sme.goiania.go.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 e http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=80. Acesso em 10/09/2020.
Elaboração Própria: Prof. Kátia Regina