

Aluno: _____

Escola: _____

Data: ___/___/___

Ano de Escolaridade: 9º

Professor (a): _____

Disciplina: Educação Física

Semana 16: de 24 a 28 de maio de 2021

Conteúdo (s) desenvolvido (s): Recriação de regras de modalidades de ginásticas.

Motive-se! Aprenda! Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=PiPOyhOouCM> ,
<https://www.youtube.com/watch?v=mXTePJNKcwc>

Recriação de regras de modalidades de ginástica.

Na ginástica artística, os atletas são avaliados por juízes em dois critérios principais: a dificuldade da série (nota A) e a execução dos movimentos (nota B).

Quanto maior for o grau de dificuldade dos movimentos realizados em uma série, maior será a nota de partida daquele atleta. Caso seja cometida alguma falha na execução dos movimentos, o ginasta tem uma pontuação descontada. Se o atleta não conseguir executar o movimento, a pontuação prevista não será considerada. O ginasta também pode ser penalizado caso sofra algum desequilíbrio ou uma queda durante a execução de sua série. É importante ressaltar que a dificuldade da série é um critério determinante para a definição das notas. Uma sequência de movimentos de alto grau de dificuldade com algumas falhas pode valer mais pontos do que uma série perfeita em que os movimentos são considerados de fácil execução.

Há provas distintas para homens e mulheres. No feminino, as atletas competem em solo, salto, barras assimétricas e trave de equilíbrio. Já os homens se apresentam em barra fixa, barras paralelas, cavalo com alças, salto, argolas e solo.

Nas Olimpíadas e nas principais competições, os oito melhores de cada aparelho avançam para a final. Há premiações por cada aparelho e também pelo individual, que é a soma de todos (seis no masculino e quatro no feminino). Os ginastas que competem em todos os aparelhos entram na disputa também pelas medalhas do individual geral.

ATIVIDADES:

- 1- Se você pudesse mudar alguma regra na ginástica, o que mudaria?

- 2- Quais as provas em que os homens se apresentam na ginástica?
