



**GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**



Aluno (a): _____

Escola: _____

Data: ____/____/____

Ano de Escolaridade: 6º ano

Professor (a): _____

Disciplina: **Educação Física**

Semana 33: de 04 a 08 de outubro de 2021

Conteúdo(s) desenvolvido(s): Análise da História das Modalidades de Ginásticas

Motive-se! Aprenda! Assista: <https://www.youtube.com/watch?v=syv0oyThn6Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=mfROXhcpXnU>

<https://www.youtube.com/watch?v=VhfyQOm2OqQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=gbYPdKNBqhs>

Ginástica acrobática

Teve início há centenas de anos, quando nas danças sacras e festividades praticadas no Egito, entre outros países, era possível observar movimentos acrobáticos. O primeiro campeonato mundial de ginástica acrobática foi realizado em 1974. Ela tem como objetivo fazer acrobacias de forma que se tenha habilidade, força, equilíbrio, flexibilidade e tem como característica principal não ser realizada individualmente, ou seja, ela é executada em pares e grupos.

Ginástica artística

Foi influenciada pelo trabalho de Johann Friedrich Ludwig Jahn, fundador da primeira escola de ginástica. Montada em uma floresta, os seus alunos utilizavam os aparelhos criados por ele, bem como os próprios recursos oferecidos pela floresta. Com o desenvolvimento da ginástica, houve a necessidade de se criar mais aparelhos, e conseqüentemente a sua prática foi se tornando uniformizada. Caracterizada pela arte dos seus movimentos, a sua prática exigia uma performance artística de alto nível, de onde surgiu a ginástica artística, também é uma forma que se deve ter força, equilíbrio e habilidade. As provas realizadas pelos homens são: barra fixa, barras paralelas, cavalo com alças, salto sobre o cavalo, argolas e solo. As mulheres disputam exercícios de solo, salto sobre cavalo, barras assimétricas e trave de equilíbrio.

Ginástica rítmica

Iniciou-se como ginástica competitiva em 1948 e teve vários nomes ao longo dos anos. Foi somente em 1998 que a FIG - Federação Internacional de Ginástica passou a chamá-la de Ginástica rítmica. Com princípios na ginástica moderna, a base desta modalidade são os movimentos.

A ginástica rítmica é praticada apenas por mulheres, que fazem dessa modalidade um verdadeiro espetáculo de dança, uma vez que as ginastas se movimentam ao longo de toda a apresentação.

Os aparelhos utilizados na ginástica rítmica são: arco, bola, corda, fita e maças.

Ginástica de Trampolim

Foi criada por George P. Nissen, ginasta norte-americano e professor de educação física, na metade da década de 1930. Ele criou o esporte a partir de observações de trapezistas de circo, que pulavam e faziam acrobacias na cama elástica de proteção (rede de segurança) localizada abaixo dos trapézios. Nissen construiu uma cama elástica na garagem de sua casa e começou a praticar o esporte e pensar em suas regras. Neste esporte o ginasta deve fazer saltos e acrobacias no ar, pulando em uma cama elástica (trampolim). Os saltos podem atingir cerca de seis metros de altura. Os ginastas são avaliados (ganham pontos) por jurados, de acordo com o nível de dificuldade, acrobacias e permanência no ar.

Atividade 1

Qual ginástica é praticada só por mulheres?

Atividade 2

Qual ginástica o primeiro campeonato mundial foi realizado em 1974?

Atividade 3

Qual ginástica usa a cama elástica e foi criada por George P. Nissen?
