

UME WALDERY DE ALMEIDA

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: ENS. FUND. I

PROFESSORES: FERNANDA DE FREITAS E LETÍCIA PEREIRA

PERÍODO DE: 18 A 29 DE OUTUBRO

### ESPORTES COLETIVOS

Os Esportes Coletivos são aqueles em que a equipe é formada por duas pessoas, no mínimo. Essas atividades têm como característica principal a integração entre os componentes, divisão ou organização dos jogadores a partir de suas posições e o trabalho em conjunto para o alcance dos objetivos.

Tais desportos podem ser jogados em quadras, campos, gelo, areia e outros ambientes. Os esportes são instrumentos de desenvolvimento físico, social e podem ser realizados de forma recreativa ou profissional.

Conheça agora os benefícios dos esportes coletivos.

### Benefícios dos esportes coletivos

Os esportes em geral trazem grandes benefícios para a saúde da mente e do corpo. Eles melhoram a coordenação, agilidade, organização, colabora para diminuir o estresse e o risco de doenças cardiovasculares, cria a capacidade de desenvolver estratégias.

Já os esportes coletivos contribuem com a proatividade, com o sentido de organização, favorece a integração e socialização dos indivíduos, além de desenvolver a capacidade de trabalhar em conjunto.



Rugby



Handebol



Hóquei



voleibol



Futsal



Basquetebol

**PINTE APENAS OS ESPORTES COLETIVOS:**

