



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação
Departamento Pedagógico



ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME: Vinte e Oito de Fevereiro

ANO: 7º ANO (Educação Física)

PROFESSOR: Felipe Amorim de Souza

PERÍODO DE 19/06/2020 a 03/07/2020

ESPORTE – MODALIDADE INDIVIDUAL: ATLETISMO
(CORRIDAS, ARREMESSOS E LANÇAMENTOS).

Você já ouviu falar em atletismo, não é? É uma modalidade olímpica, individual, que tem tradição no esporte brasileiro. As provas de atletismo são agrupadas em provas de pista, de campo, de marcha atlética, combinadas, de *cross country*, de pedestrianismo e corridas em montanhas, conforme divulga, oficialmente, a Confederação Brasileira de Atletismo. Nestas atividades, você terá a oportunidade de conhecer mais de perto as corridas com barreiras e com obstáculos, além das provas de arremesso e lançamento. Será que você conhece alguma dessas provas? Vamos conferir?

1. O que diferencia a corrida normal da corrida com obstáculos ou barreiras?
2. Você já viu ou praticou alguma prova de arremesso ou de lançamento? Onde? Qual?
3. Você poderia dar alguns exemplos de provas de arremesso ou de lançamento disputadas no atletismo?
4. Você saberia listar os nomes dos implementos que os atletas arremessam e lançam em provas de atletismo?
5. O que precisamos fazer para que os lançamentos ou os arremessos alcancem maior distância?