

UME : PADRE LEONARDO NUNES.

ANO: 4º ANOS

PROFESSOR: LOURIVAL PEREIRA MELO

PERÍODO DE 31/08/2020 A 11/09/2020.

### Práticas Esportivas.

Uma das atividades mais desenvolvidas entre as realizadas nas aulas de Educação Física, são as chamadas práticas esportivas.

O que é Esporte?

O esporte é uma forma sistematizada de evolução do jogo. Vários esportes encontrados em nossa época são derivados de jogos e brincadeiras populares, que a partir do século XIX e principalmente durante todo o século XX, começaram a passar por uma série de transformações, até chegar na forma esportiva que conhecemos em nossos dias. São exemplos desta transformação: O Futebol, Basquete, Atletismo, Natação e etc.

Porque isto aconteceu?

Durante o século XIX, as transformações ocorridas na sociedade mundial, oriundas da revolução industrial, levaram a duas consequências fundamentais para que o jogo recebesse uma nova "roupagem" e acabasse se transformando no esporte que conhecemos na atualidade.

1ª) A migração das famílias do campo para as cidades.

2ª) A necessidade de otimizar o tempo.

Nas universidades em especial na Inglaterra e nos Estados Unidos, os jovens incentivados pelos

professores de Educação Física começaram a desenvolver práticas que pudessem conciliar o fortalecimento muscular, a melhoria das condições físicas e de saúde, dentro de um curto espaço de tempo em virtude da nova dinâmica social. Surge assim a prática esportiva.

O Treinamento?

Foi então constatado que seria necessário para executar cada uma destas novas práticas (esportes) uma gama de movimentos específicos. Por exemplo para o Futebol o uso dos membros inferiores, aumento da massa das pernas, no caso do goleiro movimentos especiais para melhorar a agilidade a impulsão e assim por diante. Logo ficou evidente que novas técnicas de treinamento deveriam ser criadas para que os melhores resultados pudessem ser obtidos.

Surge nesta época a figura do Treinador. É posteriormente a de Técnico Esportivo. E em nossos dias devido ao grande grau evolução do esporte. Podemos enumerar o Preparador Físico, O Personal Trainer, O Técnico Geral e o específico para cada uma das posições de determinado esporte.

No Futebol Americano e no basquete, temos tantos treinadores específicos para ataque e como para defesa.

Ligas e Campeonatos.

A grande repercussão destas práticas (esporte) levou a criação a partir do século XX de Ligas e Campeonatos organizados, transformando aí o esporte de simples atividade física para sua fase de espetáculo, com a cobrança de ingresso e cada vez mais uma busca na evolução física dos seus participantes que passam a ser conhecidos como "ATLETAS".

Nos dias atuais, muitos destes atletas recebem salários milionários além do reconhecimento da

sociedade por suas conquistas, colocando os mesmos em novo patamar social.

### O Futuro do Esporte

Como qualquer prática social o esporte deve sofrer transformações e adaptações para continuar existindo. Muitas modalidades esportivas já sofrem inúmeras mudanças em suas regras para se adaptar as necessidades sociais e comerciais. E com certeza muitas outras iram acontecer. Uma destas mudanças e o surgimento dos chamados e-sporte ou esportes eletrônicos uma verdadeira febre nas novas gerações.

Derivado os antigos vídeo game das décadas de 80/90 eles surgem no início do século XXI, prometendo uma nova dimensão de atividades e de interação entre seus participantes. Já surgem equipes, jogadores e campeonatos com o mesmo prestígio dos chamados esportes tradicionais.

### Perguntas

1° ) O que são esportes?

2°) Onde surgirão?

3°) Cite os fatores que ajudaram no desenvolvimento do esporte.

4°) Qual a necessidade do treinamento?

5°) Cite práticas esportivas que você e sua família costumam realizar?

