

UME WALDERY DE ALMEIDA

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: ENS. FUND. I

PROFESSORES: FERNANDA DE FREITAS E LETÍCIA PEREIRA

PERÍODO DE: 03 A 19 DE NOVEMBRO

ESPORTES DE AVENTURA

Modalidades que envolvem um certo risco calculado são as que melhor definem o que é um esporte de aventura. É comum que elas sejam feitas em meio à natureza, sempre envolvendo elementos como velocidade e altura, e despertando distintas sensações nos que praticam. Outra característica comum a esses esportes é que muitas vezes eles exigem bom preparo físico e bastante do aspecto emocional. Ao mesmo tempo, proporcionam altas doses de adrenalina e uma sensação de bem-estar pelo objetivo alcançado.

O que são esportes de aventura urbana?

Não é uma regra, entretanto, que esportes radicais sejam praticados somente na natureza. As práticas de aventura urbana são aquelas praticadas na cidade e utilizam de elementos que podem ser encontradas nas ruas, em parques, praças e afins.

O skate é um desses esportes, que conquista novos adeptos com cada vez menos idade. Existem várias modalidades, sendo a *street* e a *freestyle* as mais conhecidas e praticadas em ambientes urbanos. Tem também o *parkour*, esporte em que a pessoa pratica saltos, agachamentos, corridas e outros movimentos entre bancos, corrimãos e outros meios no espaço público. Um detalhe: ele é feito sem qualquer equipamento especial.

Veja alguns esportes de aventura!

Paraquedismo



Bungee jump



Skate



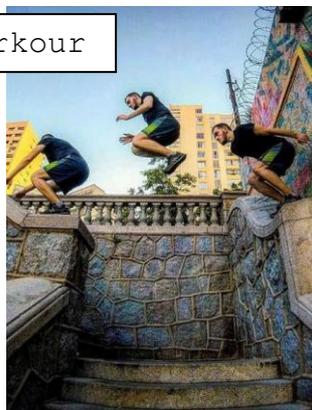
Montanhismo



Asa Delta



Parkour



Rafting



Ligue cada esporte ao material utilizado:

Skate



Paraquedismo



Asa Delta



Bungee jump



Rafting

