ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS	
UNIDADE ESCOLAR:	
PROFESSOR (A):	TURMA:
ALUNO (A):	DATA:

EDUCAÇÃO FÍSICA

Mulher e Esporte

Em grande parte do mundo, o simples fato de ser mulher é um desafio muito grande. No esporte, essa disparidade e a dificuldade de inserção e destaque feminino podem ser facilmente observadas. Antigamente, a maior parte das modalidades era composta apenas por times masculinos, como futebol, por exemplo, já que era considerado um esporte "de homem". E esse conceito surgiu bem lá atrás, na Grécia Antiga, onde se acreditava que as mulheres ficariam masculinizadas com exercícios, além de considerarem que elas não tinham condições físicas para a prática de esportes.

Com a indignação cada vez mais presente entre o público feminino que tinha vontade de crescer no esporte, cada país e modalidade tiveram suas heroínas que corroboraram para o avanço da aceitabilidade feminina nesse universo tão masculino. Nas Olimpíadas, maior palco esportivo do mundo, podemos destacar com orgulho a atuação da francesa Alice Melliat.

Ela reivindicou no ano de 1900 junto ao COI (Comitê Olímpico Internacional) a permissão da entrada das mulheres em diversas modalidades, pedido esse que foi acatado de forma não oficial.

No Brasil, também temos uma personalidade de destaque que influenciou as esportistas brasileiras. Maria Lenk, com apenas 17 anos, em 1932, foi a primeira brasileira a participar de uma Olimpíada, o que foi um grande incentivo para outras mulheres iniciarem suas carreiras desportivas. No entanto, o Brasil só subiu ao pódio com as mulheres no vôlei de praia em 1996, quando quatro brasileiras chegaram à final e Sandra Pires e Jaqueline Silva conquistaram a inédita medalha de ouro feminina do Brasil ao bater Adriana Samuel e Mônica Rodrigues, que ficaram com a prata.

Primeira brasileira a participar de uma Olimpíada, a nadadora Maria Lenk (foto ao lado).
Hoje em dia a maioria dos esportes são realizados tanto por homens como por mulheres, futebol, vôlei, basquete... e em alguns casos pelos dois juntos (misto), como o tênis. Mas você sabia que tem esporte olímpico exclusivo de mulheres? Vamos lá!

Ginástica rítmica é um tipo de ginástica desenvolvida com movimentos corporais baseados nos elementos do balé e da dança teatral, numa mistura de arte, criatividade e capacidade física, a técnica é realizada com base em movimentos corporais expressivos e ritmados ao som de uma música tema para desenvoltura no tablado. As capacidades corporais são avaliadas pelo equilíbrio do corpo, a flexibilidade e rotações.
Os elementos que envolvem a modalidade são os movimentos de mãos livres, sem utilização de aparelhos, e a utilização dos cinco materiais oficiais: arco, bola, corda, maças e fita.

LIVEWORKSHEETS

Nado Sincronizado ou Natação Artística é um esporte que inclui conceitos da natação, da ginástica e da dança, em que a performance das nadadoras (individualmente, em dupla ou em equipe de 4 ou 8 atletas) consiste em um conjunto de rotinas coreografadas e sincronizadas, geralmente ao som de música, executados dentro de uma piscina. Um dado interessante é que nenhuma atleta durante a apresentação pode tocar o fundo e nem as bordas da piscina.

Conheça um pouco mais sobre o nado sincronizado, assistindo ao vídeo que mostra a equipe do Brasil nos Jogos Olímpicos Rio 2016.

ATIVIDADES

1 – Marque um X qual foi a primeira atleta brasileira a participar do Jogos Olímpicos?

( ) Fabiana Silva ( ) Maurren Maggi ( ) Maria Lenk ( ) Marta da Silva

2 – Cite 2 esportes olímpicos, onde só a categoria feminina participa?

_____ - _____.

3 – Qual o outro nome que é conhecido o nado sincronizado? _____

4 – Encontre no quadro abaixo os nomes das duas atletas que foram as primeiras medalhistas olímpicas de ouro e o esporte que jogavam?

J	A	Q	U	E	L	I	N	E	S	I	L	V	A
R	O	X	A	S	D	E	F	G	I	Y	J	Ô	S
E	R	A	K	J	A	S	D	F	E	I	U	L	F
T	F	C	S	D	E	L	R	A	O	P	I	E	J
F	D	T	S	T	R	P	E	W	A	D	Z	I	I
U	D	T	A	G	T	U	J	U	P	A	S	D	L
S	A	N	D	R	A	P	I	R	E	S	S	E	P
L	E	E	D	A	A	S	S	S	X	R	C	P	U
I	S	T	R	Z	O	S	S	F	U	E	E	R	T
F	S	F	A	X	R	A	A	J	A	T	S	A	S
E	A	U	P	D	F	R	R	I	K	F	J	I	S
R	T	P	I	E	D	E	E	L	S	U	D	A	A

LIVEWORKSHEETS