

Disciplina **TD – Educação Física - Recuperação**

Etapa **Prog**

Ano **6º**

Turma

Ensino **Fundamental II**

Turno

Professor(a)

Data

/ /

Nome

Nº

JOGOS PARAOLÍMPICOS

Em 1939, o neurologista alemão de origem judia Ludwig Guttmann foi forçado pelo governo nazista da Alemanha a deixar o país com sua família e se estabelecer na Inglaterra, trabalhando na Universidade de Oxford. Em 1943, Guttmann foi indicado pelo governo britânico para chefiar o Centro Nacional de Traumatismos na cidade de Stoke Mandeville, sendo sua principal missão a reabilitação de soldados que serviram na Segunda Guerra Mundial.

Antes da Guerra não havia registros de grandes esforços para reabilitar deficientes físicos, cuja vida era considerada de curta duração e de má qualidade. Guttmann desenvolveu uma nova filosofia de tratamento para os seus pacientes que unia trabalho e esporte. Entre as modalidades usadas no tratamento estavam basquetebol, tiro com arco, dardos e bilhar.

Com o sucesso do novo sistema, Guttmann promoveu, em 28 de julho de 1948, o primeiro evento esportivo exclusivo para portadores de deficiência. A data não foi escolhida por acaso, uma vez que no mesmo dia tinham início os Jogos Olímpicos de Londres, a apenas 56 km de Stoke Mandeville. Dois grupos de arqueiros paraplégicos participaram da competição.

Os primeiros Jogos Paralímpicos

Roma, na Itália, foi escolhida em 1959 sede da nona edição dos Jogos Internacionais de Stoke Mandeville, como era conhecido o evento, graças aos esforços de Guttmann em unir Jogos Olímpicos e competições para deficientes (Roma também sediaria os Jogos Olímpicos de Verão de 1960), sendo a primeira vez que o evento saía de Stoke Mandeville. Quatrocentos atletas de vinte e três países competiram em provas exclusivas para usuários de cadeira de rodas.

A competição continuou a ser realizada na cidade inglesa nos anos seguintes, mas em 1964 novamente ocorreu na mesma cidade dos Jogos Olímpicos (Tóquio, no Japão). A realização dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos na mesma cidade não pôde ter continuidade em 1968, já que a Cidade do México desistiu por problemas financeiros e por falta de acessibilidade para pessoas em cadeira de rodas nos locais de competição. Tel Aviv, em Israel, recebeu a terceira edição dos Jogos. Em 1972, mais uma vez a sede dos Jogos Olímpicos não recebeu as Paralimpíadas. Munique, na Alemanha Ocidental, desistiu da ideia de organizar os Jogos por causa da falta de acessibilidade na Vila Olímpica. Heidelberg, no mesmo país, se ofereceu como alternativa.

O símbolo dos Jogos Paralímpicos contém três cores, vermelho, azul e verde, que são as cores mais amplamente representadas nas bandeiras das nações. Cada cor está na forma de um Agito (que em latim significa "eu me movo"). Os três Agitos circundam um ponto central, que é um símbolo para os atletas se reunirem de todos os pontos do globo.

HISTORIA DO BASQUETEBOL

Em 1891, o longo e rigoroso inverno de Massachussets (EUA), tornava impossível a prática de esportes ao ar livre. As poucas opções de atividades físicas em locais fechados se restringiam a entediadas aulas de ginástica, que pouco estimulavam aos alunos. Foi então que Luther Halsey Gullick, diretor do Springfield College, colégio internacional da Associação Cristã de Moços (ACM), convocou o professor canadense James Naismith, de 30 anos, e confiou-lhe uma missão: pensar em algum tipo de jogo sem violência que estimulasse seus alunos durante o inverno, mas que pudesse também ser praticado no verão em áreas abertas.

Refletindo bastante, chegou à conclusão de que o jogo deveria ter um alvo fixo, com algum grau de dificuldade, e que o jogo não poderia ser tão agressivo quanto o futebol americano, para evitar conflitos entre os alunos, e também deveria ter um sentido coletivo. O alvo para a marcação do ponto deveria ficar a 3,5m de altura, onde imaginava que nenhum jogador da defesa seria capaz de parar a bola que fosse arremessada para o alvo. Nascia a cesta de basquete. James Naismith escreveu rapidamente as primeiras regras do esporte, contendo 13 itens. O criativo professor levou as regras para a aula, afixando-as num dos quadros de aviso do ginásio. Comunicou a seus alunos que tinha um novo jogo e se pôs a explicar as instruções e organizar as equipes. Naismith nem seus alunos tomaram o cuidado de registrar esta data, de modo que não se pode afirmar com precisão em que dia o primeiro jogo de basquete foi realizado. Sabe-se apenas que foi em dezembro de 1891, pouco antes do Natal.

Naismith não poderia imaginar a extensão do sucesso alcançado pelo esporte que inventara. Seu momento de glória veio quando o basquete foi incluído nos Jogos Olímpicos de Berlim, em 1936.

FUNDAMENTOS:

Empunhadura geral

É feita com os dedos e a parte calosa das mãos, polegares um de frente para o outro nas laterais da bola.

Manejo de corpo

São movimentos corporais utilizado no basquete que visam facilitar a aprendizagem dos fundamentos com a bola. Esses movimentos incluem: finta, giro, mudança de direção, mudança de ritmo e parada brusca.

Finta

É a ação individual ou coletiva de superar a marcação adversária (traço).

Drible

É a ação individual de conduzir a bola quicando a mesma no solo.

Passe

É a ação de passar a bola para companheiro. O passe tem como objetivo a colocação da bola num companheiro que se encontre em melhor posição, para a criação de situações de finalização ou para a progressão no terreno de jogo.

Arremesso

É jogar a bola ao cesto na tentativa de marcar pontos.

Bandeja

É um arremesso que tem que dar dois passos o primeiro de equilíbrio e o segundo de distância. Que pode ser feito em movimento com passe ou driblando.

Jump

Driblando em direção a cesta e parando numa posição de equilíbrio, flexionando as pernas, saltar elevando a bola acima e à frente da cabeça com ambas as mãos e executar o arremesso no momento mais alto do pulo.

Rebote

É a recuperação da bola após um arremesso não convertido.

Toco / Bafo.

É um bloqueio brusco ao movimento de arremesso do adversário.

Referência:

CBB (Confederação Brasileira de Basquetebol)

HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS

As Habilidades Motoras Básicas são: **Locomotoras** (correr e saltar), as **Estabilizadoras** (equilibrar e rolar) e as **Manipuladoras** (arremessar, receber, chutar, rebater e quicar).

HABILIDADES LOCOMOTORAS:

Correr



O correr é usado em muitas brincadeiras e jogos esportivos como futebol, pega-pega, queimada, entre outros.

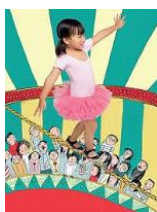
Saltar



O saltar pode ser usado em brincadeiras como pular corda, pular sela, etc. e para transpor obstáculos como buracos, poças de água etc.

HABILIDADES ESTABILIZADORAS

Equilibrar



O equilibrar é uma habilidade importante até mesmo para andar, pois sem equilíbrio, cairíamos facilmente. Encontramos o equilíbrio em esportes como Ginástica Olímpica, Surfe, skate etc.

Rolar



O rolar pode acontecer para frente, para trás, para a direita e para a esquerda, é também conhecido como a famosa cambalhota.

HABILIDADES MANIPULATIVAS

Arremessar



Arremessar é o mesmo que lançar algum objeto em um alvo ou à alguém. Ele é encontrado em brincadeiras como queimada, alerta, boliche, etc.

Receber



Significa segurar ou dominar algum objeto, com um melhor resultado se feito com as duas mãos. Em esportes coletivos (mais que uma pessoa por equipe, como basquete, handebol, etc) usa-se muito esta habilidade motora.

Chutar

O chute é feito pelos pés e é bastante usado no futebol, aparece também no futebol americano. No chute podemos explorar todas as partes dos pés (bico, peito, chapa, calcanhar e parte de fora).

Rebater

Rebater é igual a bater em um objeto sem segurá-lo. Encontra-se em jogos como basebol, taco, peteca e tênis. Pode ser feito com ou sem o auxílio de materiais.

Quicar

Quicar significa bater a bola no chão utilizando a (s) mão (s) fazendo com que a mesma volte para seu domínio. Bastante encontrado no basquetebol e no handebol.