

VAMOS CORRER?



CORRIDAS NA ESCOLA



TIPOS DE CORRIDAS



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATLETISMO NA ESCOLA

Atletismo → **Elemento cultural**

Conteúdo da Educação Física

Esporte Classico

Habilidades motoras básicas

Saltar, marchar, correr, arremessar e lançar

Capacidades físicas básicas

Velocidade, resistência, força, flexibilidade, agilidade

Provas oficiais do Atletismo

Regras básicas

Aspectos históricos

Fundamentos técnicos

Aspectos táticos





Vamos conversar!!!



O Atletismo se aprende na escola?

O ensino do Atletismo se restringe apenas a uma prática tecnicista?



As corridas

Classificadas de acordo com:

Forma:

Rasas

De revezamento

Com Barreiras

Com Obstáculos



Tempo de desenvolvimento e solicitação energética:

Velocidade

Meio fundo

Fundo

O movimento corporal e as corridas

Eficiência



Velocidade



Menor risco de lesões



Como desenvolver as corridas nas aulas de Educação Física?

Jogos e brincadeiras



Atividades de estafeta



E a mídia-educação física, como inserir nas aulas?

Introdução da aula: apresente de vídeos com corridas de variados tipos: curta, média e longa distância

Discussão : Pergunte o que eles notaram sobre as técnicas dos corredores, a narrativa dos vídeos e o impacto da mídia na forma como o esporte é percebido.

Aspectos técnicos das corridas:

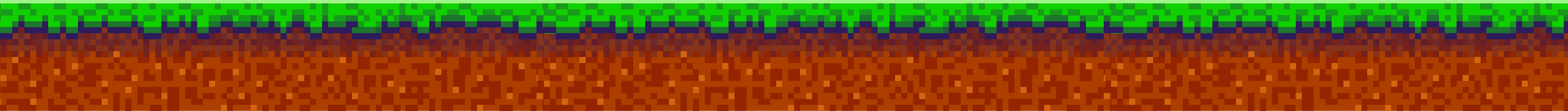
Identifique nos vídeos as diferentes provas das corridas e as técnicas utilizadas pelos atletas em cada prova apresentada.

Na prática: dividir a turma em grupos e fazer com que cada grupo analise vídeos curtos com diferentes técnicas de corrida, tipos de largadas entre outros aspectos que considerem interessantes.

Dinâmicas práticas

Através de atividades lúdicas, jogos e brincadeiras ou estafetas.

Proponha as atividades incentivando-os a sempre observarem as técnicas que utilizam nas corridas.



Análise e reflexão

Debate sobre a experiência

Reflexão crítica sobre a mídia:

Percepção das técnicas

Influência da mídia

Como comentaristas, ângulos de câmera ou edição podem alterar
nossa visão sobre o esporte?

