

EDUCAÇÃO FÍSICA
ATIVIDADE DE REVISÃO (6ª SÉRIE)
CONHECENDO A HISTÓRIA DO ATLETISMO

ATLETISMO

O atletismo é uma das primeiras modalidades esportivas que se pratica, pois se baseia nos movimentos naturais como saltar, correr e arremessar. Praticado desde o início da nossa civilização, originou-se da necessidade de treinar guerreiros. É chamado de esporte-base, pois sua prática corresponde a movimentos naturais realizados pelo ser humano que consiste em: Andar, Correr, Saltar, Lançar e Arremessar. Por exemplo, podemos observar um jogador em atividade numa partida de futebol, basquete ou voleibol. Durante o jogo, ele anda, outras vezes, corre, salta e realiza arremessos. Por isso, um jogador de futebol, basquete ou voleibol procura sempre desenvolver essas habilidades que são base dos conjuntos de atividade física do praticante dessas modalidades.

O atletismo é uma das primeiras modalidades esportivas que se pratica e sempre esteve presente nos jogos olímpicos, sendo um esporte formado por três modalidades: corrida, lançamentos e saltos. Geralmente é praticado em estádios, exceto a maratona, que é uma corrida de longa distância. Conhecido desde tempos que remontam ao início de nossa civilização, o atletismo originou-se da necessidade de treinar guerreiros.

Atletismo na Pré-História

O ser humano já praticava algumas das modalidades do atletismo como forma de sobrevivência na pré-história. A caminhada, por exemplo, era utilizada para se locomover de um lugar para o outro. A corrida e os saltos, para escapar das presas dos animais carnívoros. O arremesso era usado para se defender e matar animais que serviam de alimento. Desta forma, os homens e as mulheres foram adquirindo habilidades que, mais tarde, foram aprimoradas e adaptadas para as competições de atletismo.

Atletismo na Era Antiga

A história diz que os primeiros eventos esportivos organizados foram realizados por volta de 1200 a.C., no "Monte Olímpicus", na Grécia. Próximo a este local foi construído um palco esportivo para sediar os Jogos Olímpicos. Lá, os homens exibiam as suas forças, habilidades físicas e o controle psicológico, tudo em homenagem a Zeus, o rei dos deuses da mitologia grega. As mulheres, por sua vez, não tinham permissão para participar dos jogos e nem mesmo para assistir as competições masculinas. Mas, em contrapartida, a cada quatro anos, era realizado um evento esportivo só para elas, em homenagem a Hera, esposa de Zeus. Em 393 d.C., o imperador cristão Teodósio proibiu os Jogos olímpicos por considerá-los eventos pagãos, uma vez que eram realizados em homenagem a Zeus, levando a suspensão dos Jogos por 1400 anos.

Atletismo na Era Moderna

Em 1896, o francês Pierre de Fredy, Barão de Coubertin, reativou os jogos olímpicos. A primeira versão dos Jogos Olímpicos da era moderna foi realizada em Atenas, na Grécia. As primeiras provas incluíram salto triplo, salto em distância, arremesso de peso, lançamento de disco, 100 metros e a maratona.

As provas de velocidade, como 100, 200 e 400 metros, são disputadas em pistas com raias demarcadas, ou seja, faixas delimitadas onde cada atleta deve correr sem sair do seu espaço. Isso garante que todos tenham as mesmas condições e evita colisões durante a corrida.

A corrida de 100 metros é a mais curta e rápida, definindo os atletas mais velozes do mundo. Além das provas individuais, o atletismo também conta com provas coletivas, como o revezamento 4x100 e 4x400 metros, nas quais quatro atletas de cada equipe passam um bastão enquanto percorrem suas respectivas distâncias.

Atividade de Revisão

- 1) Após a leitura do texto, qual a definição de atletismo e explique por que ele é considerado o esporte-base? (4 linhas)
- 2) Descreva um exemplo a respeito da utilização dos movimentos básicos do atletismo em uma prática esportiva (3 linhas)
- 3) Sobre a história do atletismo, explique como era o atletismo na pré-história, na era antiga e na era moderna. (7 linhas)
- 4) Onde foram realizadas as primeiras competições envolvendo o atletismo? (2 linhas)
- 5) Descreva como era a participação das mulheres nos primeiros eventos esportivos da era antiga. (4 linhas)
- 6) Os jogos olímpicos da era antiga eram realizados em homenagem a quem? (2 linhas)
- 7) Quando, por que e quem proibiu a realização dos jogos olímpicos da era antiga? (4 linhas)
- 8) Quem reativou os eventos esportivos na era moderna? E em que ano e onde isso aconteceu? (3 linhas)
- 9) Qual é o nome das divisórias existentes na pista de atletismo e qual é sua função? (4 linhas)
- 10) Descreva como acontece a corrida de revezamento no atletismo.
- 11) Qual é a prova mais rápida do atletismo? (2 linhas)