

*ATIVIDADES
DE EDUCAÇÃO
FÍSICA*

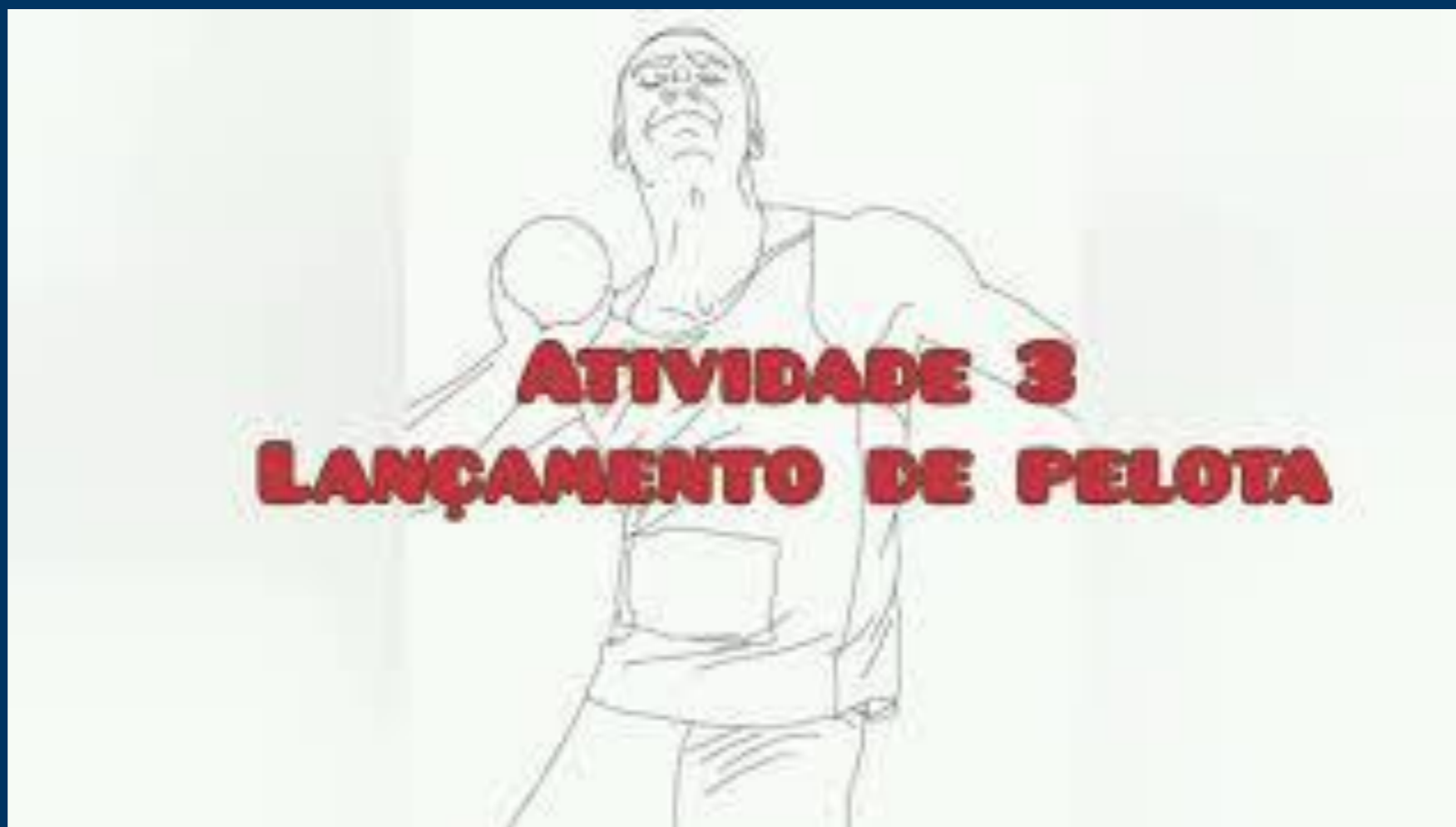
4º BIMESTRE

Esportes - Marca e precisão

2º ANO



A popular “sinuca” (bilhar) entra como amostra frequente de esportes de precisão e, ao contrário do que muita gente pensa, ela é uma modalidade extremamente complexa; um jogo de estratégia, cheio de diretrizes, e até recomendada por médico para pessoas que já sofreram infarto – porque exige mobilidade de todo o corpo de forma completa, mas sem impacto.



Um esporte de marca é toda modalidade em que o atleta é desafiado a realizar um objetivo, ou seja, a alcançar, justamente, uma marca – de superação de tempo, carga ou distância –, ultrapassando limites próprios ou recordes já existentes de outros esportistas.