



ESTUDO EM CASA - DISTANCIAMENTO SOCIAL - COVID 19  
ATIVIDADES DE **EDUCAÇÃO FÍSICA** – 7º ANO A, B e C.  
**28ª SEMANA (08/09/21 A 10/09/21)** – 3º Bimestre

PROFº: Gleysse e Márcio

**Encaminhamentos:**

- Ler todo o conteúdo deste material, responder as questões e enviar foto por Whatsapp.

**O Skate nas Olimpíadas**

Tóquio 2020 foi a primeira participação do skate em uma edição dos Jogos Olímpicos. O skate foi disputado nas provas de **Street** e de **Park** (existem outras modalidades na prática de Skate, mas para as Olimpíadas foram escolhidas estas duas). O Brasil teve 12 representantes, sendo três no masculino e três no feminino em cada uma das 2 modalidades disputadas.

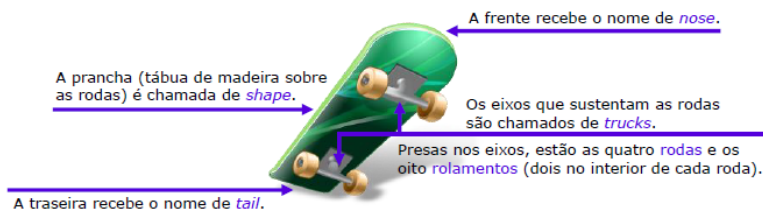
O Park é uma das mais novas modalidades de skate. Ela une o já tradicional bowl, um dos primeiros tipos de pista de skate, a novos elementos e estilos de andar de skate. Numa pista de park, além das transições que lembram os bowls, o praticante encontra também elementos de street. O Park parece uma piscina vazia onde as manobras são realizadas.

O Street é o estilo de rua, onde os obstáculos imitam objetos presentes no ambiente urbano (corrimãos, escadas etc.).

O Brasil conquistou 3 medalhas de prata no Skate. 2 medalhas no Street com Kelvin Hoefler e Rayssa Leal (com apenas 13 anos, ela se tornou a pessoa mais jovem a ganhar medalha olímpica pelo Brasil) e 1 medalha no Park com Pedro Barros.

**Já que o Skate conquistou o Brasil nesse último mês, vamos conhecê-lo um pouco melhor.**

**Partes do skate**



Bom, não teremos como experimentar andar de skate na escola, mas este é um esporte muito legal e vale a pena tentar se um dia tiver a oportunidade. Mas é importante usar equipamentos de segurança para a prática ficar mais segura. Estes são os equipamentos de segurança para andar de skate:

Antes de começar: segurança

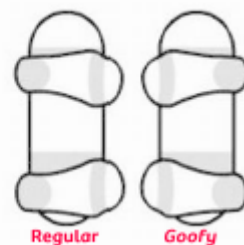


Ao começar a andar de skate, uma das primeiras coisas a se fazer é entender a forma como se sente mais confortável para se equilibrar e realizar as manobras. Esta forma de ficar sobre o skate é chamada de base. São duas bases:

### Base regular e base goofy

Se seu pé esquerdo está à frente e seu corpo estiver virado para a direita, sua base é **regular**. Se seu pé direito está à frente e seu corpo estiver virado para a esquerda, sua base é **goofy**.

Você é destro ou canhoto? Normalmente, é mais fácil ficar com a mão dominante para trás e o pé opositor para frente. Observe que base é mais confortável, experimentando ambas as posições. Escolha a que for mais natural para você!



## Perguntas

1. Quais foram os dois tipos de provas de skate que aconteceu nas Olimpíadas de Tóquio? Quantas medalhas o Brasil ganhou em cada uma delas?
2. Quais são os equipamentos de segurança para a pessoa que vai andar de skate?
3. Qual é o nome das duas formas de ficar em cima do skate (chamadas de bases)?