



PLANO DE AULA nº 31 Data – 20/10/21

Curso: Ens. Fund. Anos Finais -7º ano **Prof.** Iago Cerqueira **Disciplina:** Educação Física

CONTEÚDO: Esporte de aventura.

(EF67EF18) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.

OBJETIVOS: Identificar a prática corporal de aventura, bem como sua possibilidade de adaptação na escola.

PROCEDIMENTOS:

História Escalada Esportiva

A prática de subir montanhas teve origem a milhares de anos, com pinturas que retratam a modalidade datadas de 400 A.C., mas o esporte como o conhecemos só surgiu na segunda metade do século XIX e teve as primeiras competições indoor nos anos 80.

A escalada como prática esportiva não tem uma origem definida, porque registros apontam a grupos de escaladores em regiões montanhosas na Grã-Bretanha, Alemanha e Itália fazendo escaladas praticamente na mesma época. Já a primeira competição de escalada esportiva em rocha natural foi realizada na Itália em 1985. Um ano depois, em Lyon, na França, seria disputada a primeira competição indoor.

O esporte fará sua estreia olímpica em Tóquio 2020 e contará com três disciplinas: velocidade, dificuldade e bouldering. Na disputa de velocidade, dois atletas percorrem uma rota fixa numa parede de 15 metros um contra o outro. No bouldering, os escaladores percorrem um número de rotas fixas em uma parede de 4m em um tempo especificado. Na dificuldade, os atletas tentam subir o mais alto possível em uma parede com mais de 15 metros de altura dentro de um tempo fixo. Nos Jogos Olímpicos, cada escalador competirá em todas as três disciplinas, sendo as classificações finais determinadas pelos resultados combinados.

Curiosidades

- A cidade de Groningen, na Holanda, possui a maior parede artificial do mundo. Esta chega a ter 37 metros de altura.
- No Brasil o primeiro ginásio de escalada foi a 90 graus em São Paulo, inaugurado em 1994.
- O recorde mundial de velocidade é 5.48s do iraniano Reza Alipour. O movimento de largada que ele inventou hoje é chamado de Reza.