

**Escola Básica 2,3 Ciclos Dr. António da
Costa Contreiras**



EDUCAÇÃO FÍSICA

Conceitos das AFD

CONCEITOS

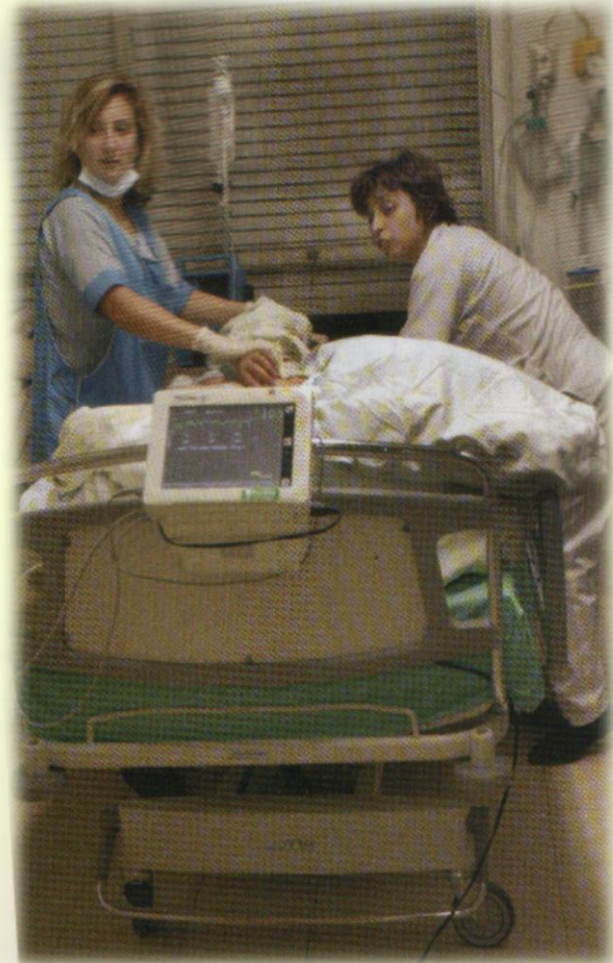
ACTIVIDADE



Sistema de acções que um individuo executa, num contexto social, tendo em vista um determinado fim.

CONCEITOS

ACTIVIDADE



CONCEITOS

ACTIVIDADE FÍSICA



Toda a movimentação corporal produzida pela interligação entre a estrutura locomotora e a estrutura perceptivo-cinética (resultando num dispêndio de energia).

CONCEITOS

ACTIVIDADE FÍSICA



CONCEITOS

ACTIVIDADE FÍSICA:

- Desde os tempos primitivos o Homem sempre foi “obrigado” a movimentar-se para **sobreviver**.
- Actualmente, o ser humano utiliza o seu movimento corporal com o objectivo de proporcionar um **bem-estar geral**.

CONCEITOS

ACTIVIDADE FÍSICA DESPORTIVA:

- Diferencia-se do conceito de **Actividade Física** porque engloba um conjunto mais reduzido de actividades.
- É uma actividade que se encontra integrada num mundo onde existem as instituições, os regulamentos, as técnicas, o quadro competitivo, etc.

CONCEITOS

ACTIVIDADE FÍSICA DESPORTIVA:



CONCEITOS

DESPORTO

➤ Surge na época da Grécia Antiga.

Na Cultura Grega



- Espectáculo
- Culto à beleza corporal

No Império Romano



- Preparação para as actividades guerreiras

Só no séc. XX surgem os 1^{os} **Desportos Organizados**

CONCEITOS

DESPORTO

Actividade Física **regulamentada**, cuja finalidade é **vencer** lealmente em competição.

Assenta sobre a ideia de confronto com um elemento definido: **distância, tempo, adversário**, ou por generalização, contra si próprio.

CONCEITOS

