



**8º
ano**

ENSINO FUNDAMENTAL



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**

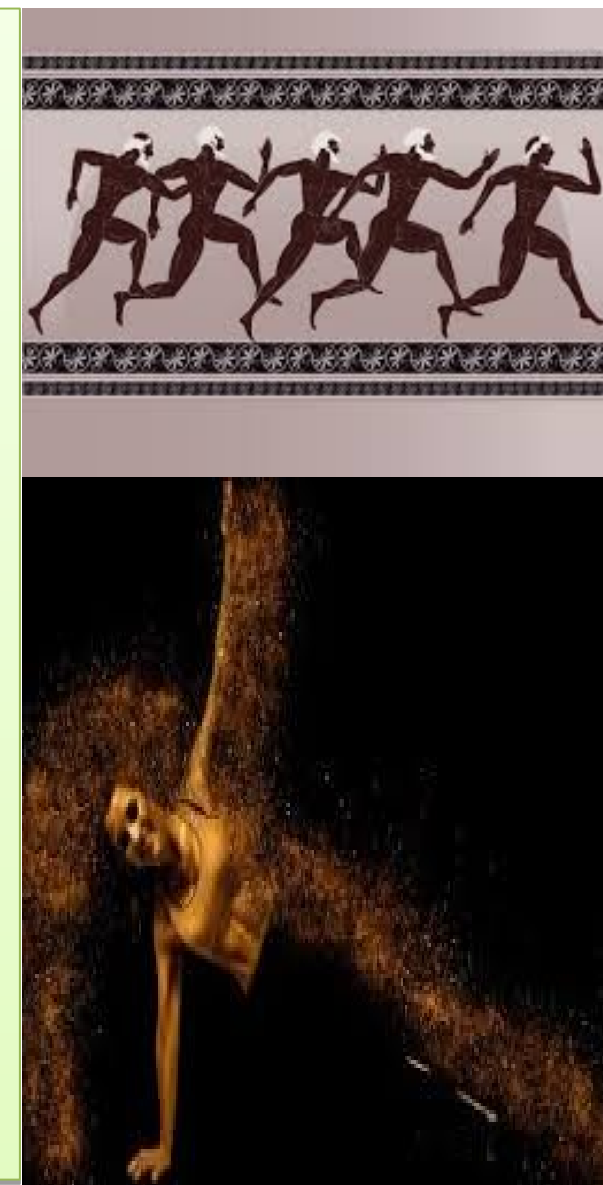


CONTEÚDO:

**HISTÓRICO
DA GINÁSTICA**

No período pré-histórico, a prática de exercícios físicos possuía o atributo utilitarista de manter o homem vivo.

A partir do momento em que o homem passa a refletir sobre o corpo e sua movimentação, começa a perceber esses movimentos como ações que podem ser interdependentes de uma prática estruturada.



Foram estudiosos gregos que criaram o termo Ginástica (Gymnus: nu), e também as primeiras sistematizações de atividades físicas, visando benefícios físicos e mentais ao homem.



A visão abrangente que se tinha dos componentes das Ginásticas, permeou por muito tempo entre as civilizações. O atletismo, as lutas, a natação, o hipismo, todos foram considerados Ginásticas até por volta do século XVIII.



Com o Iluminismo, filósofos e pedagogos, seguidos de médicos da época, relegaram importância à prática das Ginásticas como um bem à formação do homem intelectual e fisicamente saudável, contribuindo para a ascensão das Ginásticas.



Em face dessa ascensão, surgem no século XVIII, os primeiros 'sistematizadores' das Ginásticas e, a partir deles as Escolas ou Métodos Ginásticos. Os Métodos Alemão, Sueco, Francês e Inglês, foram os que obtiveram maior penetração na Europa e nos demais continentes.

