



**COLÉGIO SÃO MARCOS – EDUCAÇÃO INFANTIL,
ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

Rua José Maria de Paula, nº 1825 - Tel: (0XX43) 3432- 4356
CEP 86.900-000 Jandaia do Sul - Paraná

Educação Física 6º Ano

Atividade para quinta-feira (16 de abril de 2020) – 1 hora-aula.

A atividade de hoje: leitura do texto sobre o boliche e a realização de uma breve sessão de alongamento

Boliche

A versão do boliche, como a conhecemos hoje, com 10 pinos dispostos em forma triangular, foi criada nos Estados Unidos, no século XIX.

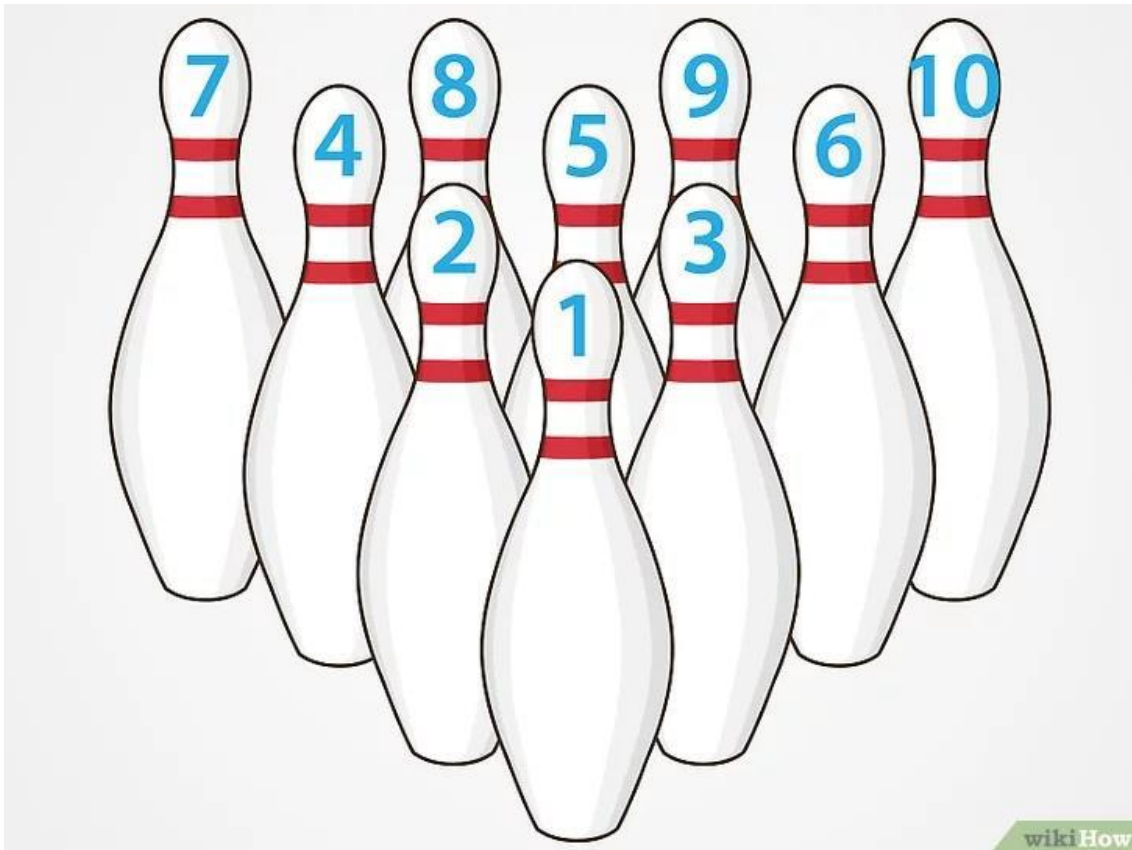
As regras do esporte foram definidas em 1875, pela Associação Nacional de Boliche dos Estados Unidos (USBNA). Esta associação durou pouco tempo, mas é considerada uma das responsáveis por consolidar e difundir o esporte no país.

Em 1895, foi organizado o Congresso Americano de Boliche, em Nova Iorque. Neste congresso, as regras foram aperfeiçoadas e o equipamento do boliche foi padronizado, para que os jogadores do mundo todo competissem em igualdade de condições.

Não se sabe ao certo quando o boliche começou a ser praticado no Brasil. Os primeiros registros datam de 1963. Em 1980, foi criada a Confederação Brasileira de Boliche (CBBOL), depois que o Conselho Nacional de Desportos reconheceu o boliche como uma modalidade esportiva a ser dirigida e regulamentada por entidade competente.

Objetivo do jogo

O objetivo do jogo é derrubar o maior número de pinos. Para isto, o jogador de boliche conta com 10 rodadas, chamadas de frames, cada rodada é composta por 2 jogadas/arremessos. Os pinos do boliche são feitos de madeira maciça e medem 38cm de altura. Eles são dispostos em formato triangular, conforme mostrado na figura ao lado, com o vértice na direção do jogador. Cada pino derrubado vale 1 ponto, independente da sua localização.



Vídeo com as orientações do alongamento

<https://www.youtube.com/watch?v=ATXIJ5RPOxl> "Acesso em 13/04/2020"