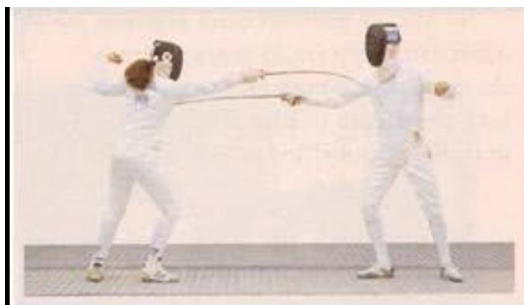


NOME E TURMA: _____



Atividade: ESGRIMA

A ESCRIMA surgiu na França e era utilizada pelos guardas do rei. E temos a famosa história dos TRÊS MOSQUETEIROS, amigos inseparáveis que lutavam juntos e ficaram conhecidos pelo lema: **Um por todos e todos por um!**

Hoje a Esgrima é um esporte Olímpico cujo objetivo é tocar a ponta do FLORETE (espada) no oponente.

Para iniciar a disputa, fiquem em posição de guarda (EN GARDE). Você deve tentar tocar a ponta do Florete, mas sem ser atingido!

Para se esquivar pare o ataque usando o seu florete ou dê passos para trás.

Ataque indo para frente, mas sem cruzar as pernas.

***Quem tocar o colega primeiro grita TOUCHÉ e marca um ponto!**



1- Qual foi a técnica de defesa que você mais utilizou? _____

2- Como se marca um ponto na Esgrima? _____

3- Podemos cruzar as pernas ao avançar ou recuar na Esgrima? _____

VOCÊ PODERÁ
CONFECCIONAR O
FLORETE COM
JORNAL



A atividade deverá ser devolvida por relato escrito ou foto com as perguntas para o e-mail:

edfisica.profmaurem@gmail.com

edfisica.profdemarco@gmail.com