

best online casino canada real money

Se algum perguntasse a você: "o que é esporte?"
o que você responderia?
Você já parou para pensar sobre quais esportes você viu na escola?
Bem, esses são alguns pontos sobre os quais pretendemos fazer você refletir.
O termo esporte se refere a qualquer tipo de prática que esteja vinculada a Federações e Confederações, cujo papel é o de regulamentar as regras dessa prática.
Isso significa que as regras de um esporte são fixas e nunca podem ser modificadas durante um campeonato.
Aliás, esse é outro objetivo das federações: organizar campeonatos, cujos campees sempre têm em vista o prêmio, que pode ser dinheiro, medalhas ou troféus, por exemplo.
Dessa explicação podemos extrair quatro características que são fundamentais para dizer se determinada prática é um esporte

está sempre em busca de um tipo de recompensa maior do que o prazer de praticar o esporte: ele é um esporte que ganha a vida (ou pretende)

ou com os prêmios dados nas competições.
Fica fácil entender, então, porque a fórmula ou o xadrez são considerados tipos de esporte, ao lado do voleibol ou da nataçã
o.
Geralmente, nós associamos a ideia de esporte a qualquer prática de atividade física, o que não é verdade.
O fato de você jogar frescobol na praia, ou de você caminhar todos os dias de manhã, não faz nem de você e nem de { } mãe, atletas.
Você, sim, praticantes de atividade física.
A essa altura, você já deve ter entendido que atividade física é qualquer tipo de atividade com o corpo que vise o bem-estar e/ou a saúde.
Preciso lembrar que para que uma atividade física tenha como finalidade a manutenção da saúde, ela deve ser praticada moderadamente e com regularidade de, no mínimo, 3 vezes por semana.
A partir dessa ideia sobre o que é esporte, você deve estar se perguntando: "o basquete que eu jogo na escola, então, não é