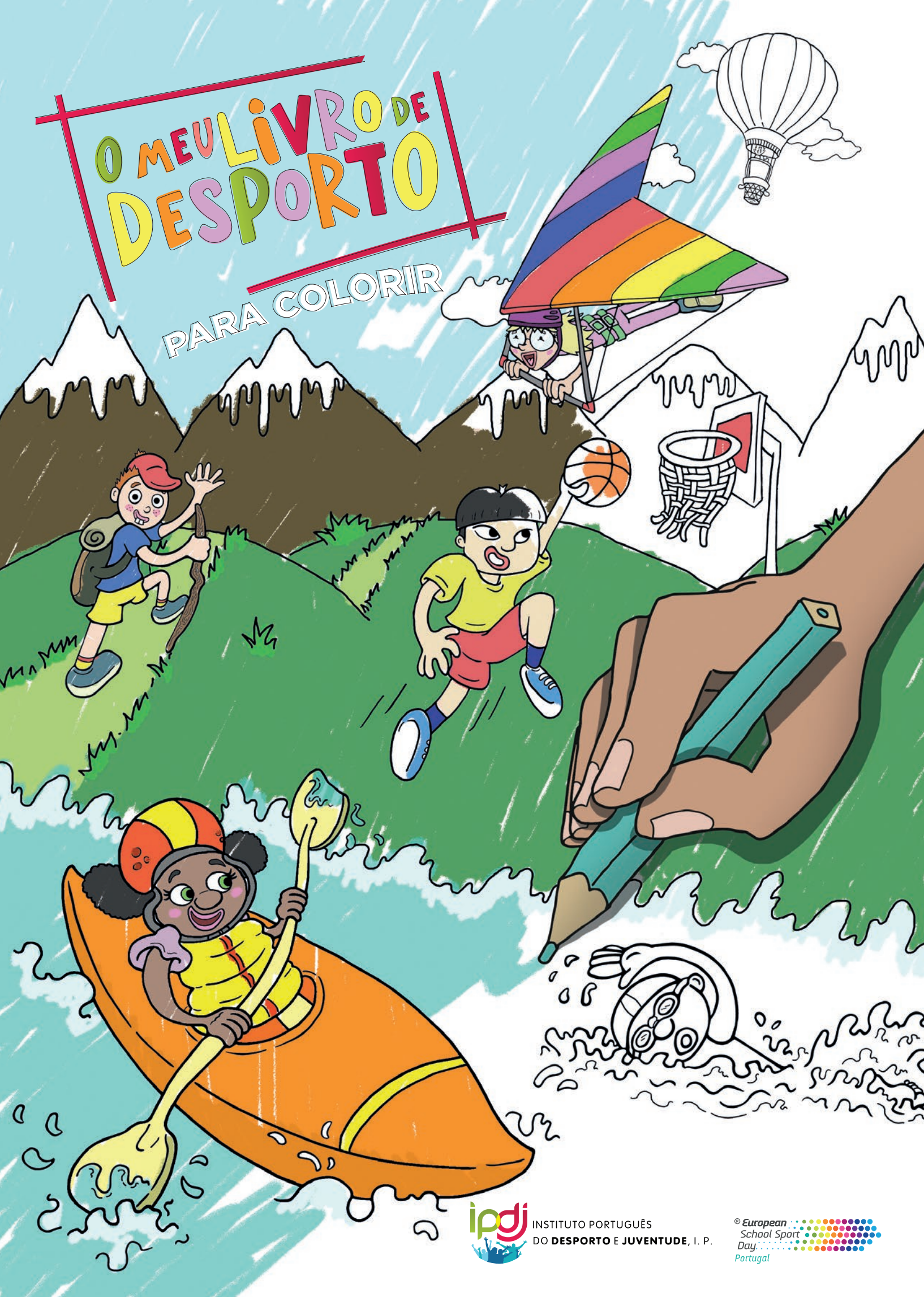


O MEU LIVRO DE DESPORTO

PARA COLORIR



Sabias que...

A maior onda
do mundo já surfada
tinha 24,38 metros
e foi na Nazaré, em Portugal!

MAR



NOME _____

Sabias que...

Nos Jogos Olímpicos de Londres 2012, os canoístas Fernando Pimenta e Emanuel Silva ganharam a medalha de prata na especialidade de K-2 1000m?

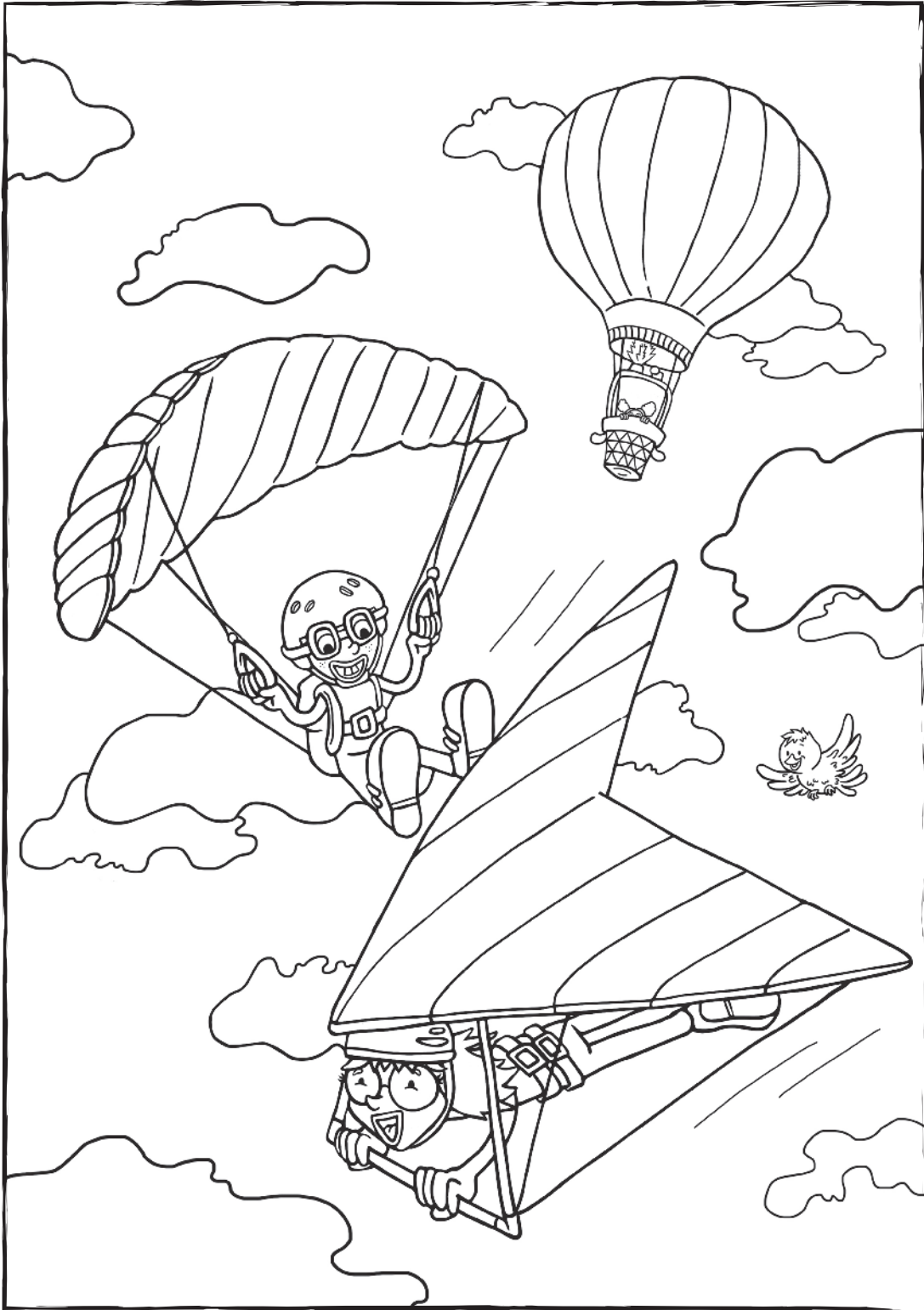
rio



NOME _____

Sabias que...
Um paraquedista pode
atingir velocidades
até cerca de 200 km/h?

AR



NOME _____

Sabias que...

A partida mais longa
de Xadrez foi entre
Yedael Stepak e Yaakov Mashian
em Tel Aviv, no ano de 1980?
Demorou 24h30.

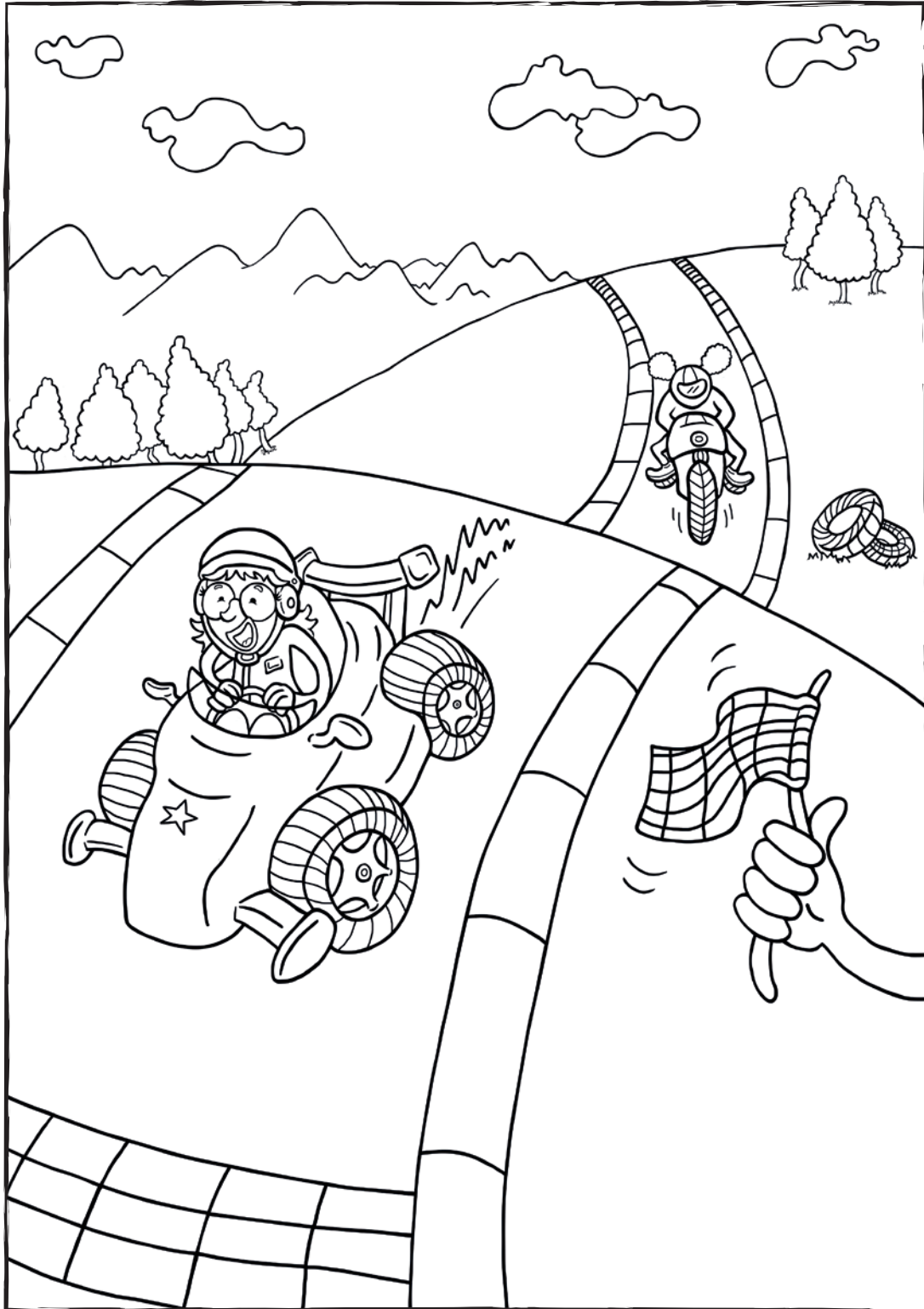
indoor



NOME _____

Sabias que...
Para protecção dos atletas,
o uso de capacete
é obrigatório em todos
os desportos motorizados?

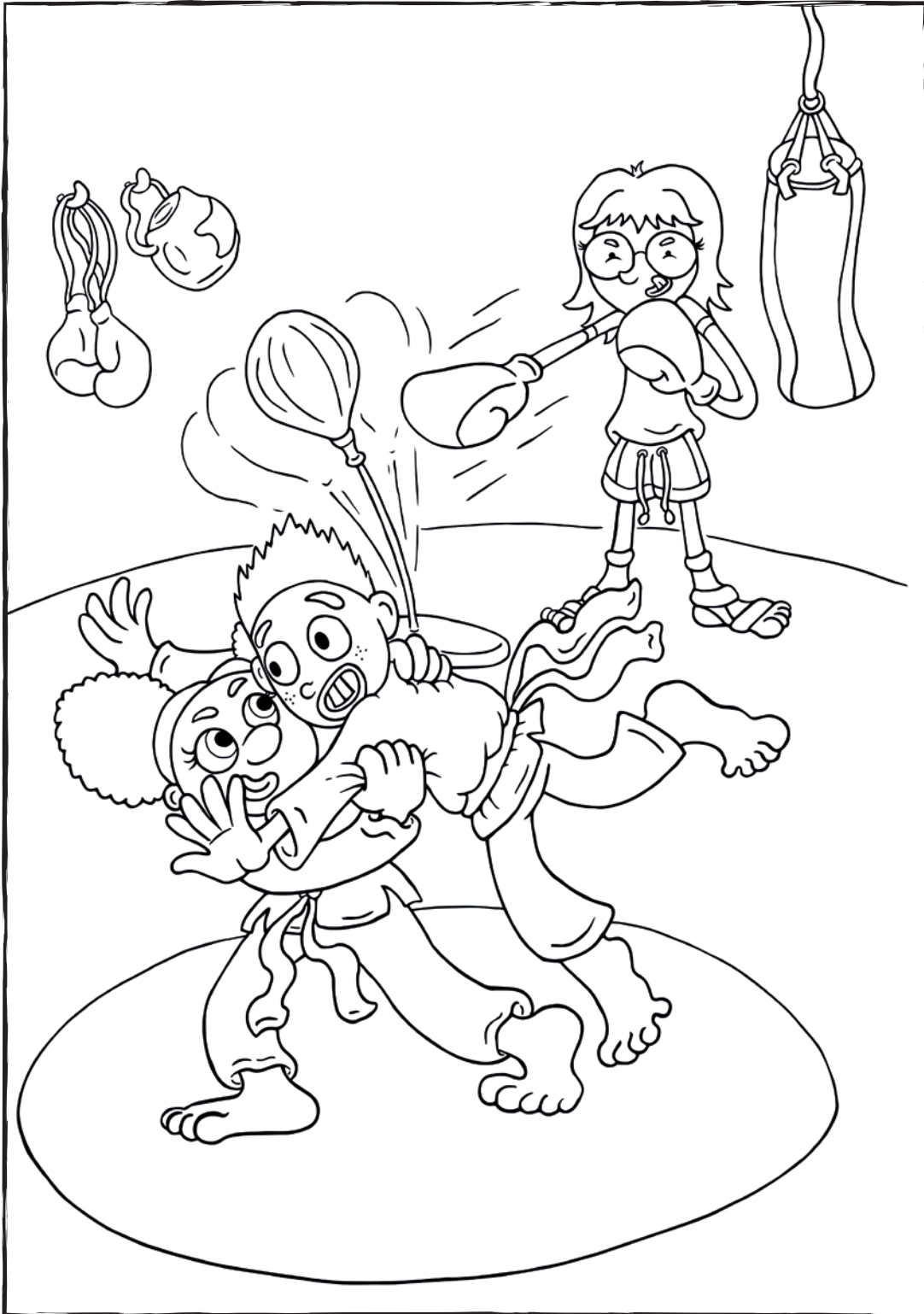
motorizados



NOME _____

Sabias que...
Nos desportos de combate
o mais importante
é o respeito pelo adversário?

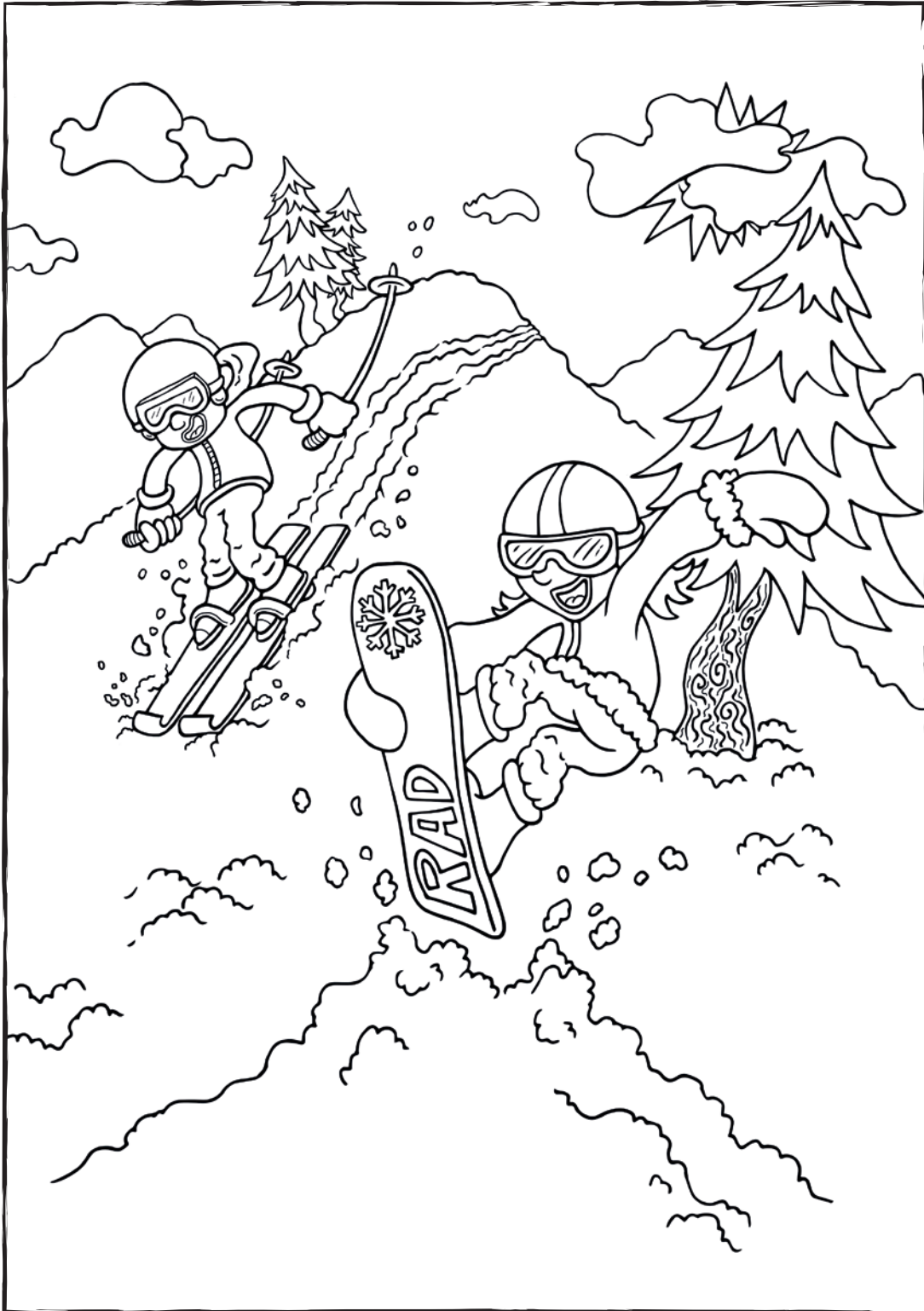
combate



NOME _____

Sabias que...
Em Portugal podes
praticar desportos
de neve na Serra da Estrela?

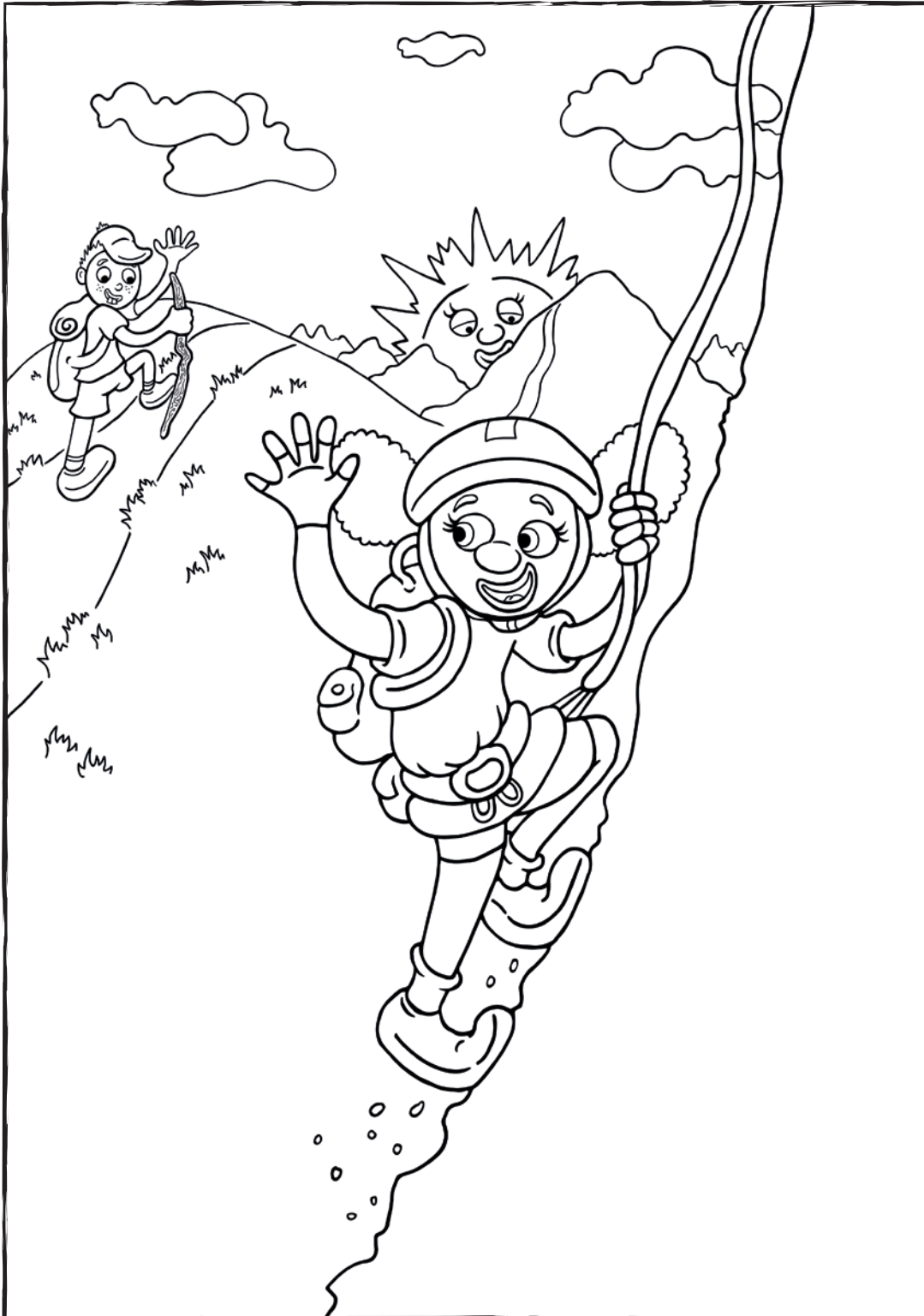
Neve



NOME _____

Sabias que...
Os sapatos para
a prática de escalada
chamam-se "pés de gato"?

montanha

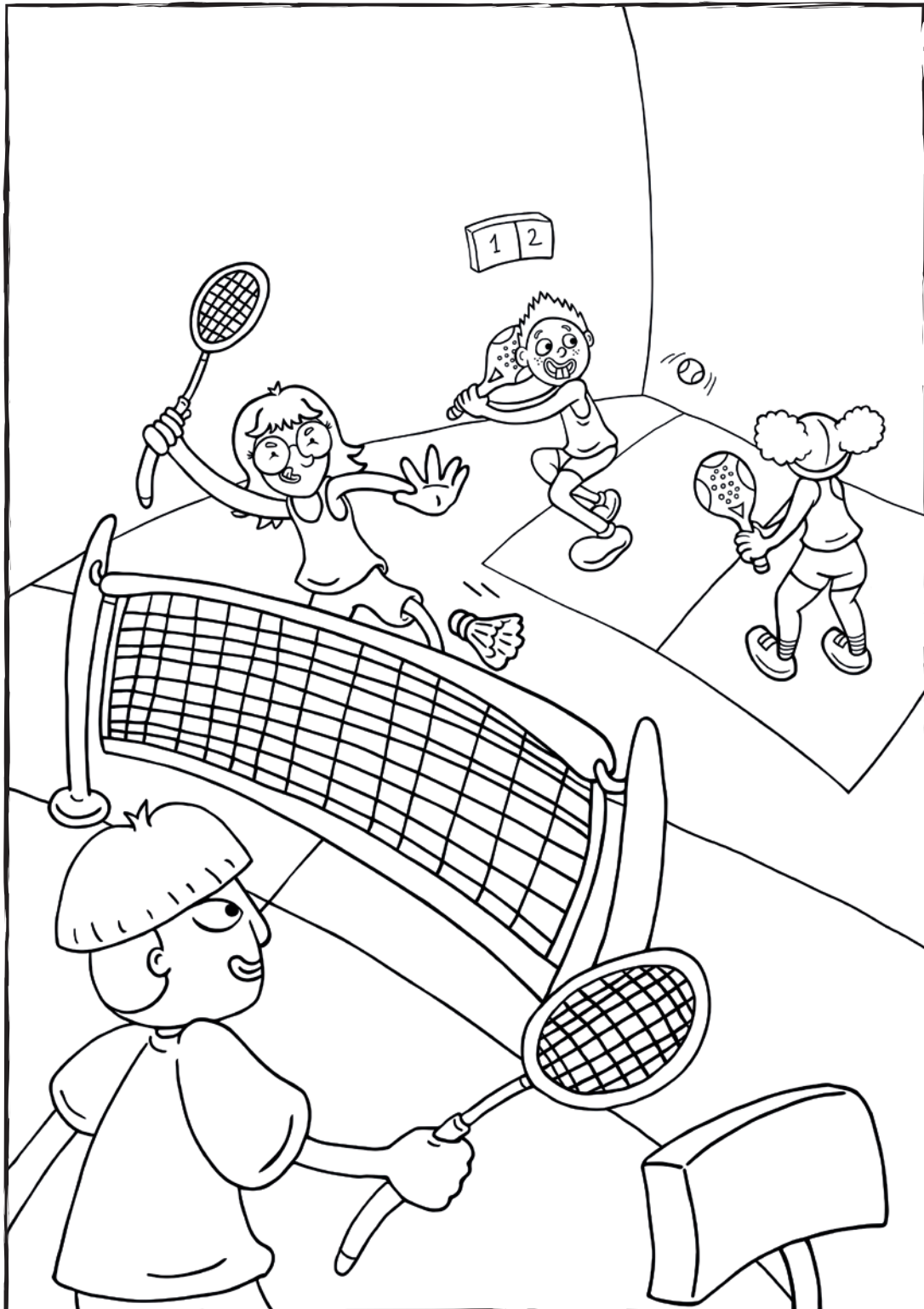


NOME _____

Sabias que...

*As raquetes
não são todas iguais.
Ao contrário das raquetes
do Tênis e do Badminton,
as do Padel não têm cordas?*

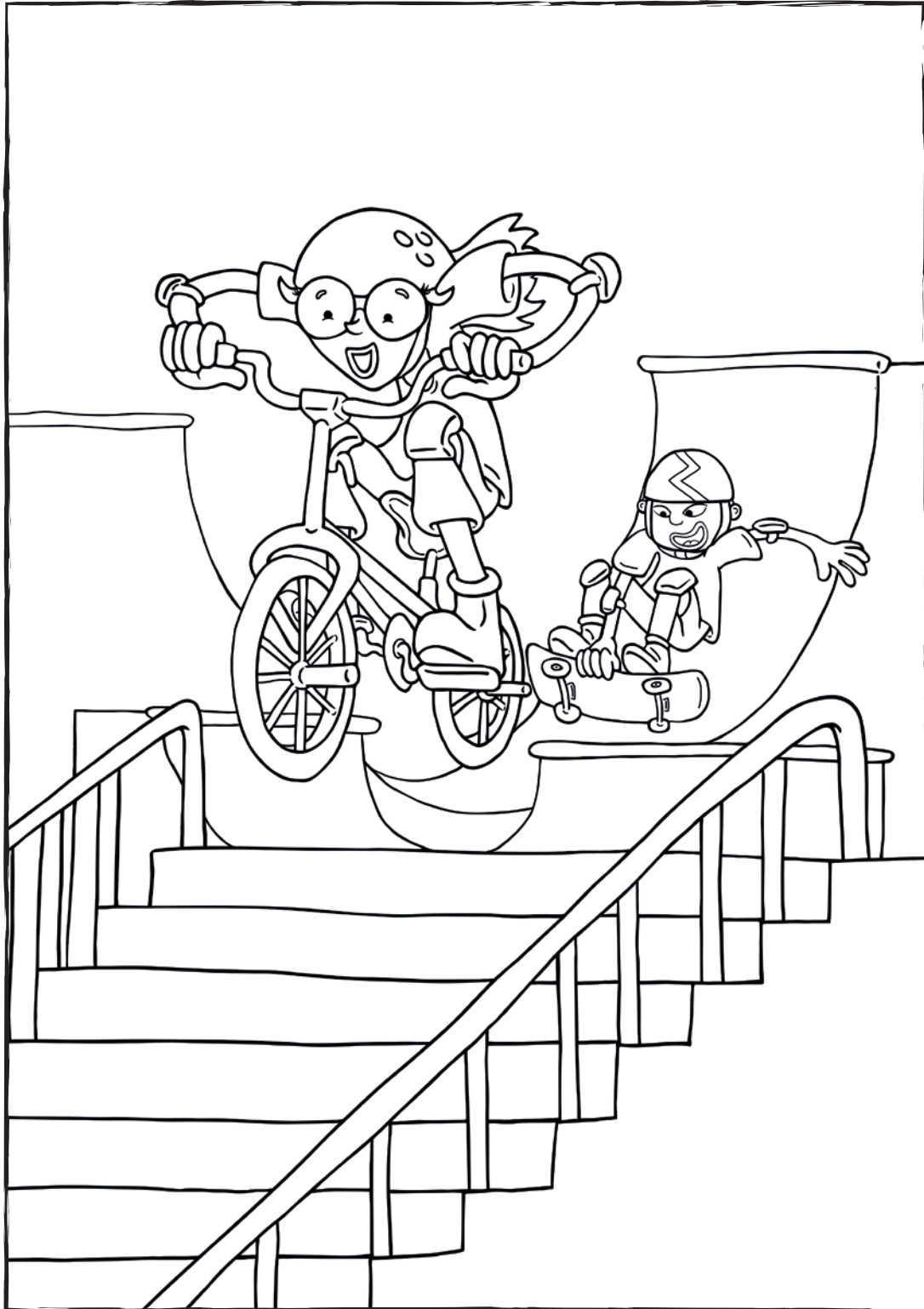
RaQvetas



NOME _____

Sabias que...
O BMX surgiu como
uma brincadeira.
Nos Estados Unidos da América,
as crianças imitavam os seus ídolos
do motocross com
as suas bicicletas?

Street



NOME _____

Sabias que...
Hole in one é o ato
de colocar a bola de Golf
no buraco com
uma só pancada?

campo

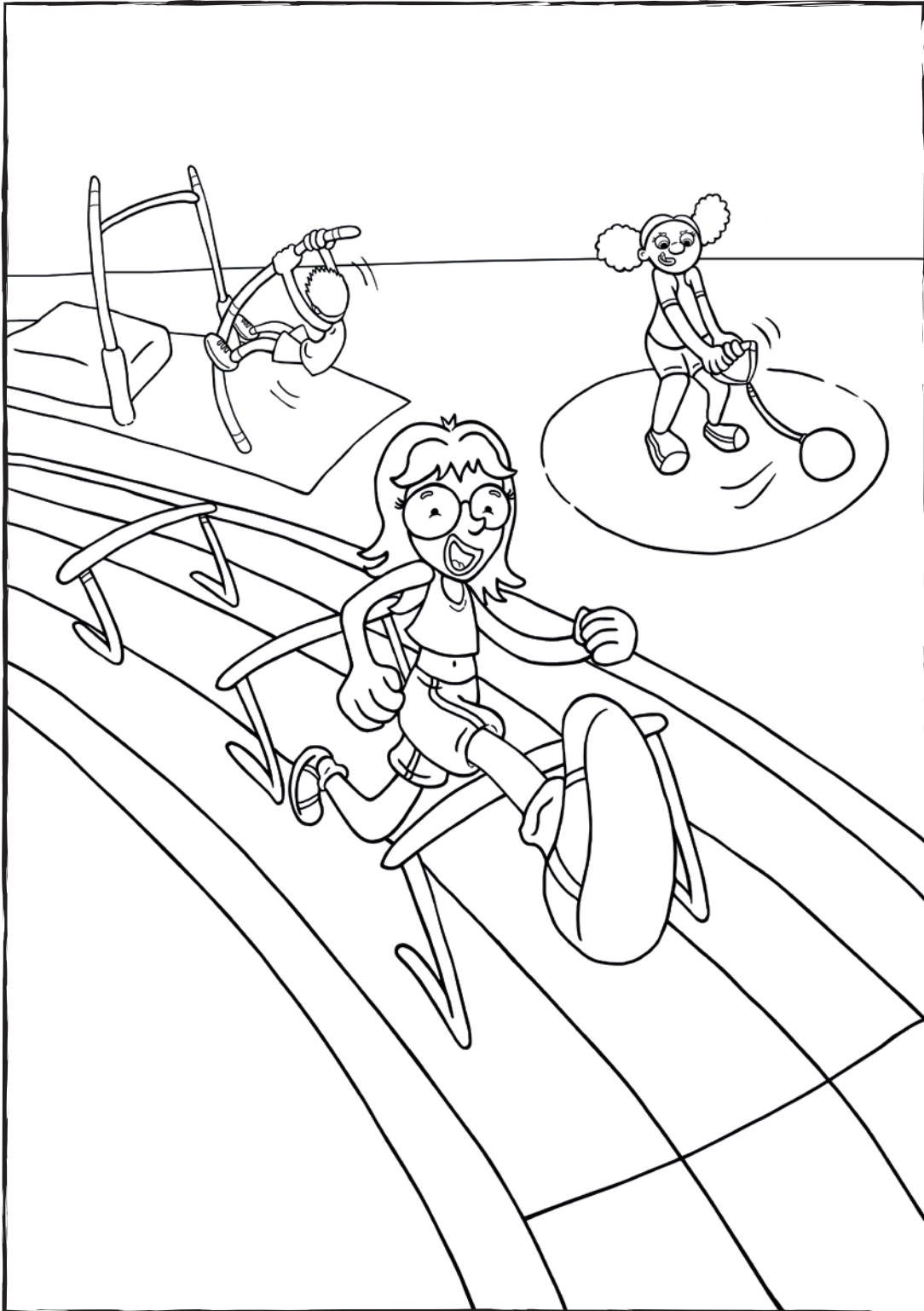


NOME _____

Sabias que...

Portugal já ganhou
4 medalhas de Ouro,
3 de Prata e 4 de Bronze
em várias edições
dos Jogos Olímpicos?

Pista



NOME _____

Sabias que...

A primeira ginasta a receber nota 10 (exercício perfeito) foi Nádja Comaneci, nos Jogos Olímpicos de 1976 no Canadá?

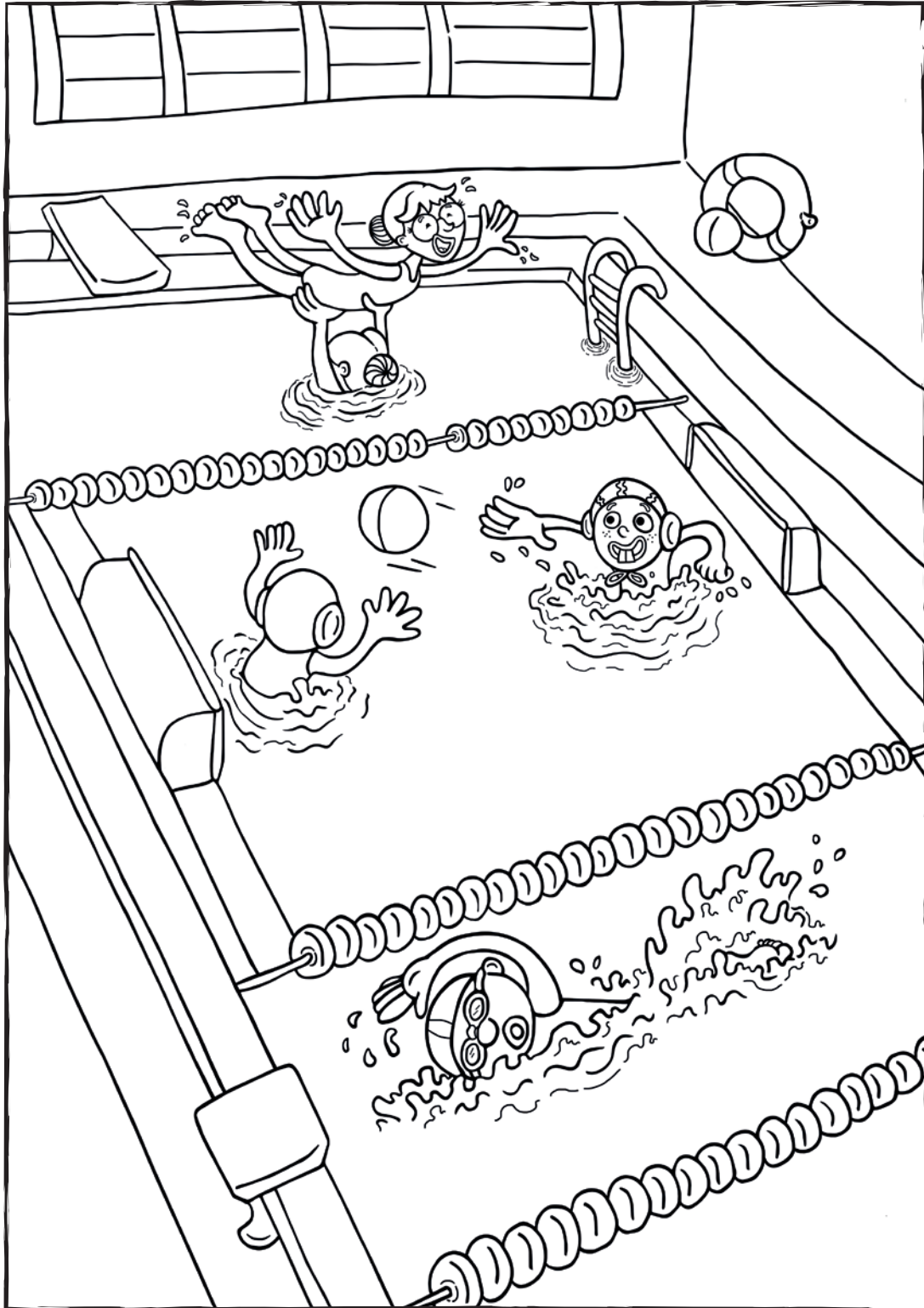
Ginástica



NOME _____

Sabias que...
No dia 8 de abril
comemora-se
o Dia Mundial da Natação?

Piscina



NOME _____

Sabias que...
Os desportos coletivos
promovem a união:
um por todos e todos por um?

coletivos

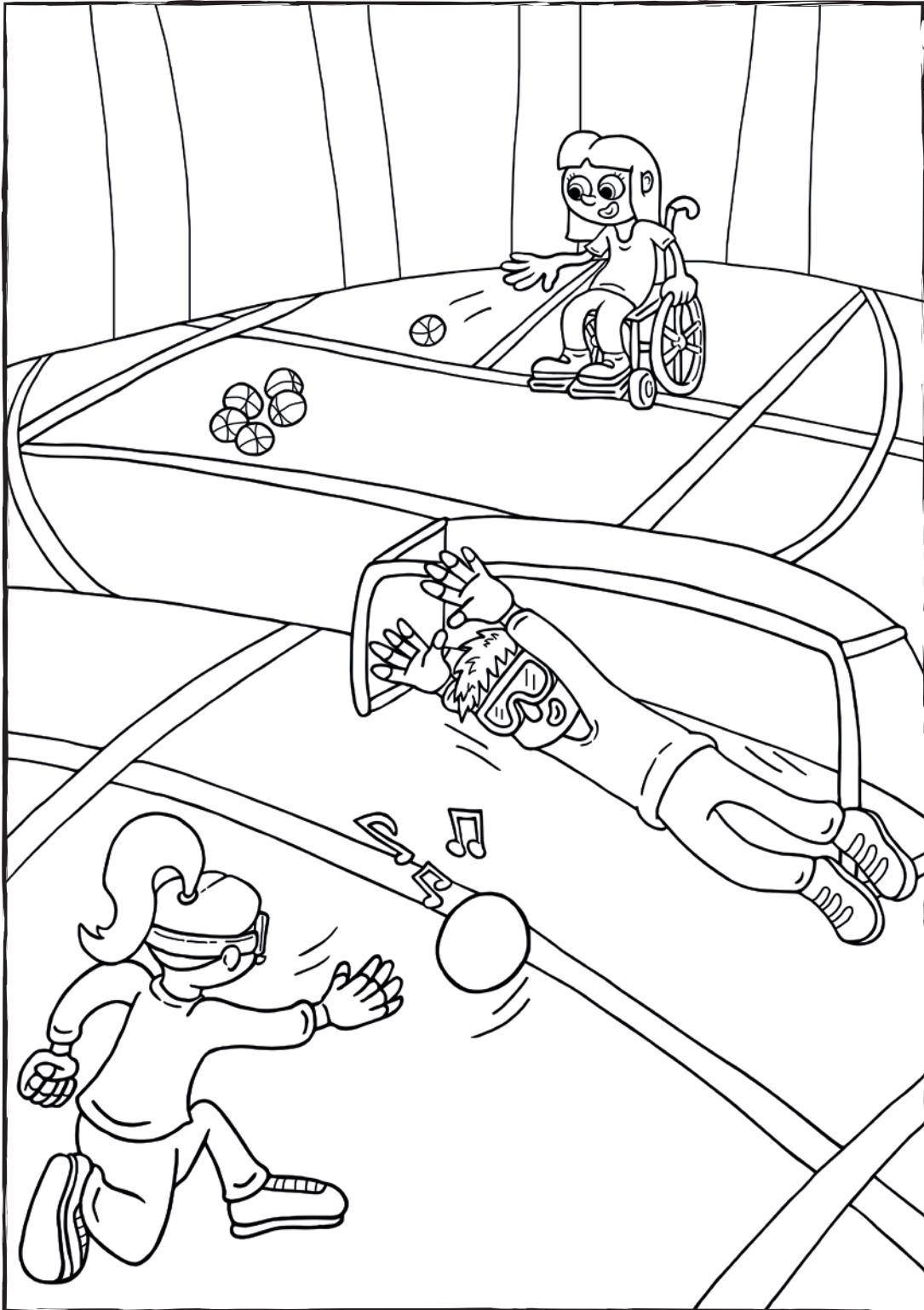


NOME _____

Sabias que...

*Todos os jovens e adultos
podem praticar desporto.
Algumas modalidades só
precisam de ser adaptadas
às necessidades da pessoa?*

Adaptado

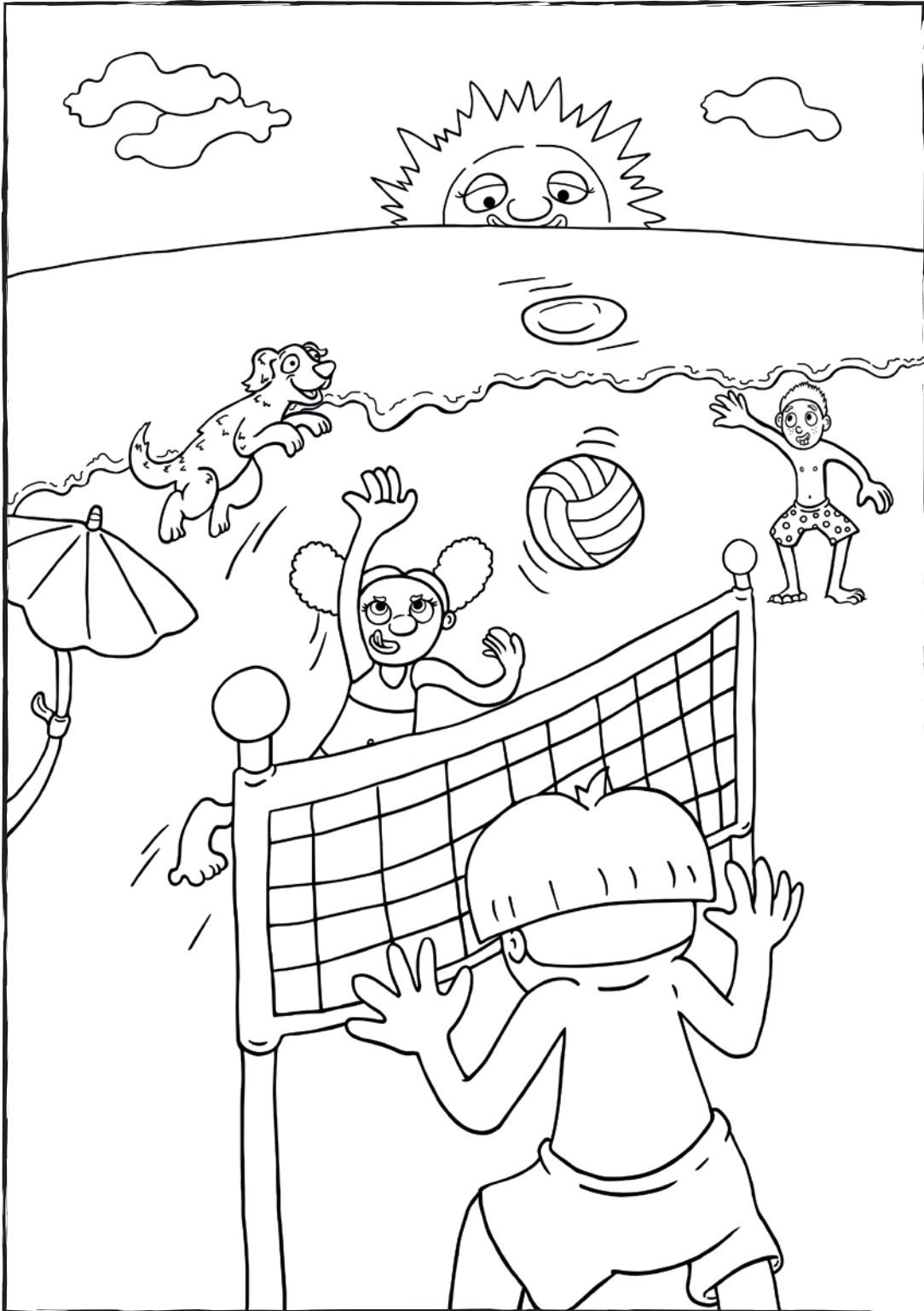


NOME _____

Sabias que...

Portugal tem mais
de 800km de costa,
com muitas praias
onde podes praticar
diferentes desportos?

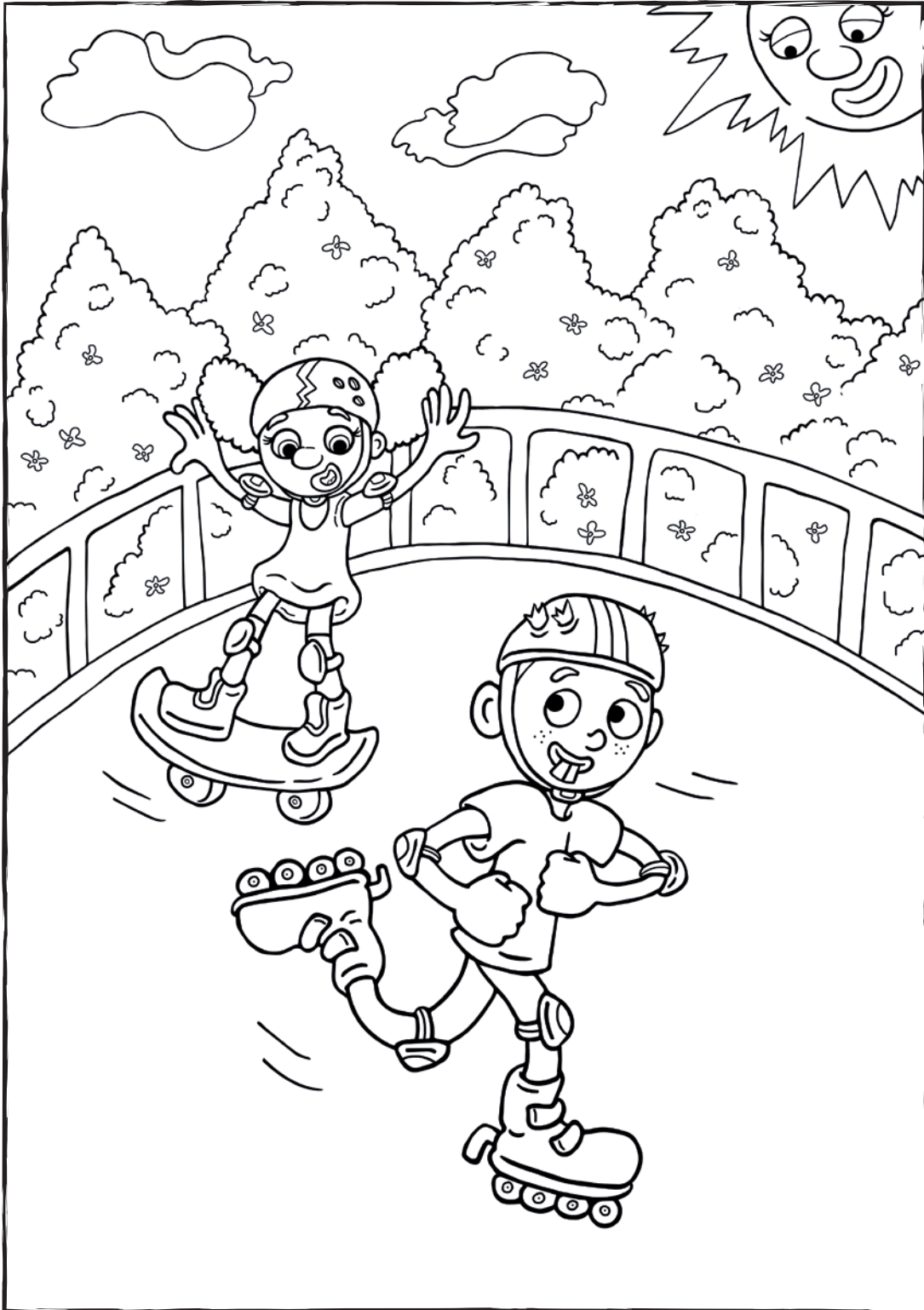
Praia



NOME _____

Sabias que...
Brincar ao ar livre
é saudável e divertido?

AR LIVRE

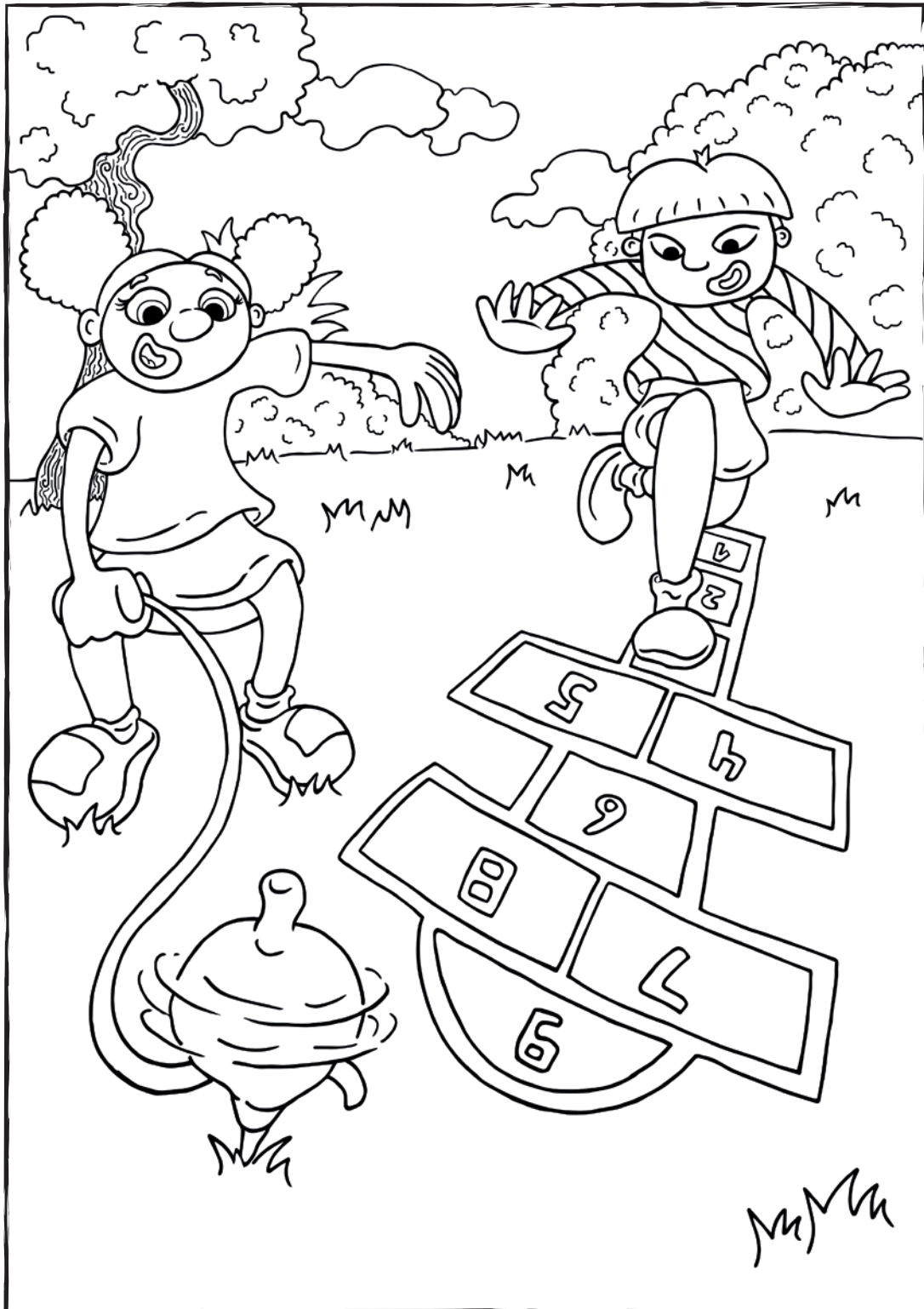


NOME _____

Sabias que...

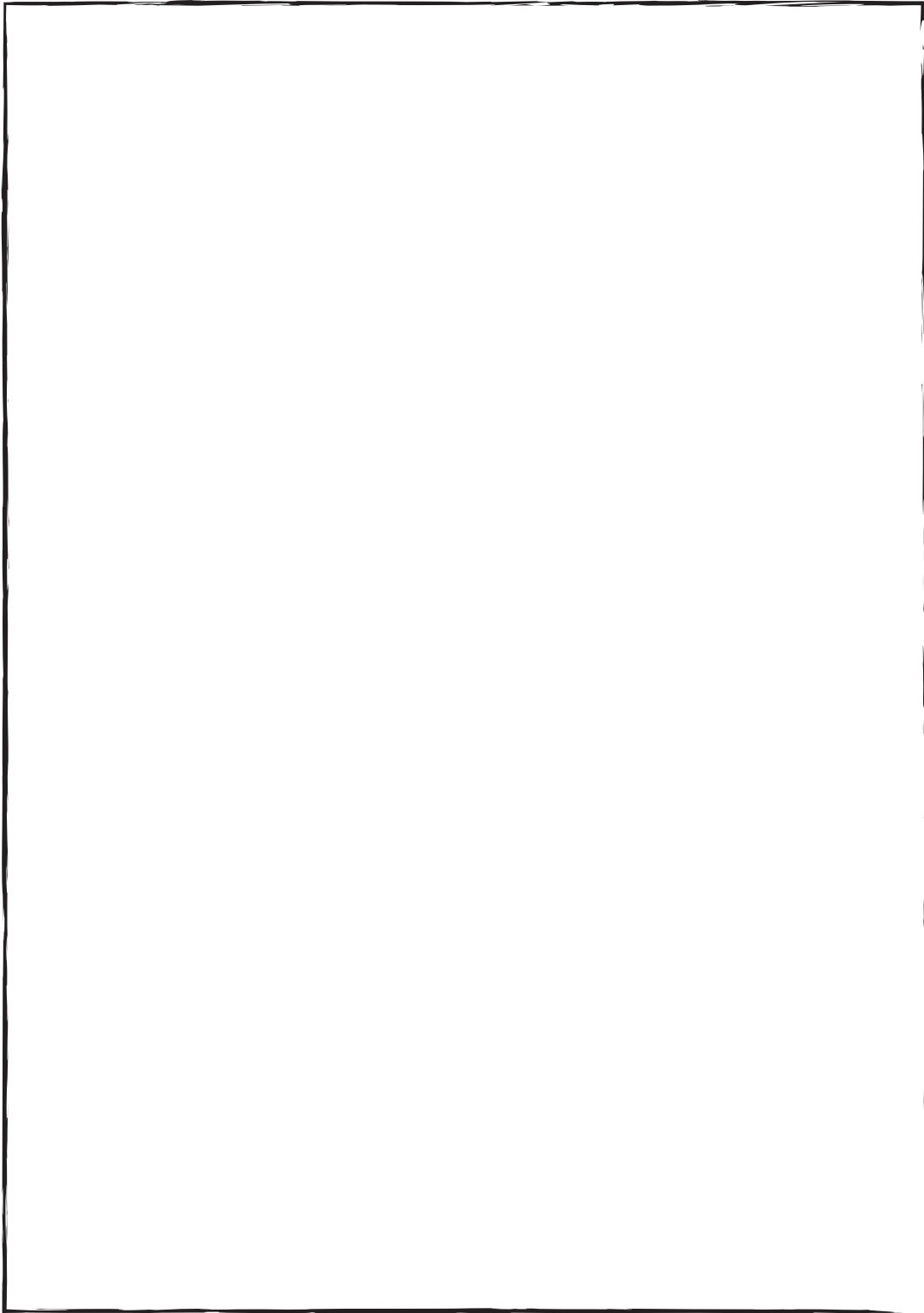
Também podes fazer atividades
com os teus avós.
Pede para te ensinarem a lançar
o pião, a jogar à malha ou
um outro jogo da infância deles?
Vais adorar estas descobertas!

tradicionais



NOME _____

faz aqui
o teu
desenho



NOME _____

O MEU LIVRO DE DESPORTO

PARA COLORIR

www.ipdj.gov.pt / www.bectiveportugal.ipdj.pt

Ilustrações: Ana das Aventuras - Design: Daniel Cunha - Produção: Grand'Ideia