

# sport globo esporte

<p>7</p>

O esporte &#233; uma parte fundamental da vida humana, proporcionando um meio de bem-estar f&#237;sico e mental intera&#231;&#227;o social. &#127822;

Existem v&#225;rios tipos diferentes do desporto com suas caracter&#237;sticas

&#250;nicas: regras; requisitos neste artigo vamos explorar os 7 principais espo

rtes &#127822; que s&#227;o definidos por eles mesmos</p>

<p>1. Esportes da equipe</p>

Os esportes de equipe s&#227;o aqueles que envolvem um grupo dos jogado

res &#127822; trabalhando juntos para alcan&#231;ar uma meta comum. Estes despo

rtos exigem coordena&#231;&#227;o, comunica&#231;&#227;o e estrat&#233;gia a gan

har Exemplos do esporte &#127822; em equipa incluem futebol americano (futebol) Tj T\* E

<p>2. Esportes individuais</p>

Esportes individuais s&#227;o aqueles que envolvem um &#127822; &#250;

nico jogador competindo contra os outros. Estes esportes exigem habilidade, t&#2

3;cnica e aptid&#227;o f&#237;sica Exemplos de desporto individual incluem &#1

27822; t&#234;nis (incluindo o golfe), boxe ou nata&#231;&#227;o</p>

<p>3. Esportes de Combate.</p>

Esportes de combate s&#227;o aqueles que envolvem contato f&#237;sico e

t&#233;nicas &#127822; artes marciais. Estes esportes exigem for&#231;a, resi

st&#234;ncia pensamento estrat&#233;gico exemplos dos desporto do combat incluem

wrestling (luta), jud&#244;(judo) o &#127822; karate [karate] taekwondoe as M

<p>4. Racket Sports</p>

Os esportes de raquete s&#227;o aqueles que envolvem o uso da racket p

ara acertar &#127822; uma bola ou outro objeto. Esses desportos exigem coordena

&#231;&#227;o olho-m&#227;o, tempo e agilidade; exemplos dos jogos esportivos in

cluem t&#234;nis (como &#127822; a dan&#231;a), blackjack(a) e t&#233;nis/de mes

<p>5. Esportes aqu&#225;ticos</p>

Esportes aqu&#225;ticos s&#227;o aqueles que envolvem &#225;gua ou gelo

como a superf&#237;cie principal de &#127822; jogo. Estes esportes exigem for&

&#231;a, resist&#234;ncia e equil&#237;brio Exemplos dos desporto da praia inclu

em nata&#231;&#227;o (nata&#231;&#227;o), mergulho(mergulho) surfe/caiaque; p&#2

43;lo &#127822; aqu&#225;tico.</p>

<p>6. Esportes de inverno</p>

Esportes de inverno s&#227;o aqueles que se jogam na neve ou no gelo. E

stes esportes exigem agilidade, &#127822; equil&#237;brio e aptid&#227;o f&#237;

sica Exemplos dos desporto do Inverno incluem esquiar-se com a cabe&#231;a em

forma d&#39;&#225;gua (ski), patina&#231;&#227;o &#127822; art&#237;stica/patin

aria nas figuras da montanha(shipping) e h&#243;quei sobre o mar.</p>