

## SOFTBALL: DA TEORIA A PRÁTICA

**Éverton Fabian Jasinski<sup>1</sup>, Caio Ryuichi Nakasone<sup>2</sup>, Lizbeth Korman<sup>2</sup>, Matheus Vercka Novak<sup>2</sup>, Mathias Christ Jacobs<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Santa Catarina/UFSC-Araranguá/everton.fabian@ufsc.br

<sup>2</sup>Universidade Federal de Santa Catarina/UFSC-Araranguá

### **Resumo**

O desenvolvimento da prática esportiva possui um papel muito importante para a saúde do corpo e da mente. Deste modo, o presente minicurso tem como objetivo incentivar a prática esportiva, propiciar uma nova alternativa de esporte à comunidade e também realizar a divulgação do *softball* na região sul de Santa Catarina. Originado do baseball, o *softball* é o esporte mais praticado nos Estados Unidos, esse fato se dá devido ao alto grau de integração deste esporte, pois possibilita a participação, concomitante, de homens e mulheres com diferentes biotipos. O minicurso terá uma abordagem teórica e prática, a abordagem teórica acontecerá em sala de aula e serão apresentadas as principais regras e algumas estratégias envolvidas no jogo. Já a parte prática será realizada ao ar livre e levará os participantes a colocarem em prática o que foi aprendido, como técnicas de arremesso, rebatidas e um jogo recreativo no final.

**Palavras-Chave:** Baseball, Softball Integração Esportiva