

A historia da corrida na minha vida

Logotipo

O conteúdo gerado por IA pode estar incorreto.

***DOCUMENTAÇÃO DO PROJETO INDIVIDUAL 2025 AUTORIA DE João Victor Dorl Rossi***

Sumário

[A Origem das corridas 2](#_Toc200287078)

[ Quando originou-se a corrida: 2](#_Toc200287079)

Contexto

# A Origem das corridas

# Quando originou-se a corrida:

Correr faz parte da essência humana! Desde os tempos mais remotos, quando nossos ancestrais precisavam caçar, escapar de perigos ou simplesmente explorar o mundo ao redor, a corrida era muito mais do que um simples movimento, era pura sobrevivência, aventura e instinto. Com o tempo, essa necessidade virou paixão. Correr representa liberdade, superação e conexão com o próprio corpo e a história que nos trouxe até aqui.

A corrida como competição tem raízes profundas na história da humanidade, remontando a cerca de 776 a.C., quando os primeiros Jogos Olímpicos da Grécia Antiga marcaram o início de uma tradição que atravessaria os séculos. Entre as provas mais emblemáticas estava a “stadion,” uma corrida eletrizante de aproximadamente 200 metros, que simbolizava velocidade, resistência e prestígio. Para os gregos, correr não era apenas uma disputa, era uma demonstração de força, saúde e disciplina, valores fundamentais para a construção de um corpo e uma mente preparados para os desafios da vida. O nome do primeiro vencedor dessa prova foi Coroebus.

# A corrida na idade média:

Durante a Idade Média, a corrida perdeu seu brilho competitivo, deixando de ser o grande espetáculo que fora na Antiguidade. No entanto, longe de desaparecer, ela continuou a desempenhar um papel crucial no cotidiano. Em um mundo onde cartas e mensagens precisavam viajar grandes distâncias sem a tecnologia que temos hoje, os mensageiros eram verdadeiros corredores de resistência, encarando terrenos desafiadores e longas jornadas para garantir que informações urgentes chegassem ao destino. Correr, naquela época, não era apenas um ato de velocidade, mas de responsabilidade e propósito.

Atletismo é a prática esportiva mais antiga, e por isso, é conhecido como o esporte-base de todos os outros. Suas modalidades compreendem os movimentos mais comuns para as pessoas desde a Antiguidade

.