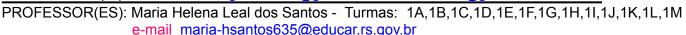


ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL SECRETARIA DA EDUCAÇÃO 8ª COORDENADORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO SANTA MARIA – RS

COLÉGIO ESTADUAL MANOEL RIBAS





Miriam Becker Coronel -Turma: 1 N - e-mail miriam-bcoronel@educar.rs.gov.br Juliano Tavares Santos -Turma: 1 O - e-mail juliano-tsantos@educar.rs.gov.br

ÁREA: Linguagens DISCIPLINA: Educação Física

ANO/SÉRIE: 1*anos/2021 ATIVIDADE REFERENTE AO MÊS/PERÍODO DE: AGOSTO2021

NOME DO ALUNO: ______ TURMA: _____DATA_____



Antes de se tornarem esporte, as lutas ou as artes marciais tiveram duas conotações principais: eram praticadas com o objetivo guerreiro ou tinham um apelo filosófico como concepção de vida bastante significativo.

Atualmente, nos deparamos com a grande expansão das artes marciais em nível mundial. As raízes orientais foram se disseminando, ora pela necessidade de luta pela sobrevivência ou para a "defesa pessoal", ora pela possibilidade de ter as artes marciais como própria filosofia de vida. [...]Fonte: CARREIRO, E. A. Educação Física na escola: Implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008

Atividades:

1-Marque a resposta certa relacionada ao texto.

Em relação às LUTAS podemos dizer :

- a) Eram praticadas com o objetivo guerreiro ou tinham um apelo filosófico como concepção de vida.
- b) lutas tiveram raízes orientais e não foram se disseminando pelo mundo.

LUTAS

2-Escolha a alternativa que preenche corretamente as lacunas encontradas na frase

Toda ARTE MARCIAL necessita de.....para controlar o nível dee declarar quais.....são permitidas para o alcance do.....

- I- REGRAS
- II- CONTATO
- III- EQUIPAMENTOS
- IV- OBJETIVO
- V- AÇÕES
- a) I II III IV.
- b) I III IV V.
- c) II IV III I.
- d) I II V IV.
- 3-As **LUTAS** têm várias origens históricas. . Escolha a alternativa que possui somente as de origem ou influência **INDÍGENAS** brasileiras.
- a) Derruba Toco, Galo de Briga e Huka-Huka.
- b) Combate Direto, Pega Rabo e Pique-esconde.
- c) Irmãos Gêmeos, Galo de Briga Huka-Huka.
- d) Cabo de guerra, Luta Livre, Briga de Galo.
- 4- Sobre a conceituação da **CAPOEIRA**, escolha a alternativa que corretamente preenche as lacunas das expressões, com "V" para verdadeiro e "F" para falso.
- () A capoeira é uma célula cultural presente num contexto histórico e social e no "jogo de dentro e de fora" são visualizados os elementos da historicidade.
- () Os mestres entendem a capoeira como sendo arte, poesia, luta, folclore, expressão corporal, harmonia, equilíbrio, espiritualidade, emoção, jogo de cintura, liberdade.
- () A capoeira poderia ser tomada, antigamente, como uma maneira de escravizar os donos de senzalas, obrigando-os a dançar a capoeira, ou sofreriam as consequências



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL SECRETARIA DA EDUCAÇÃO 8ª COORDENADORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO SANTA MARIA – RS

COLÉGIO ESTADUAL MANOEL RIBAS





4-

5- Identifique nas figuras abaixo os tipos de LUTAS e ligue cada luta ao seu objetivo.



* Toques com a esgrima em áreas específicas do adversário*



2- *Socos e Chutes*

1-

5-



Imobilização ou movimento



Socos e movimentos corretos

Adversário fora do ringue e/ou toque no chão com parte corporal



* Imobilização e/ ou corpo do adversário ao chão*



Marque a alternativa correta.

- 6- Muay Thai, Krav Maga e Kickboxing são algumas lutas que podem ser praticadas, por fortalecem os músculos e que melhoram a resistência e a força física. Assim podemos dizer que:
- a) As Artes Marciais estimulam a concentração e aumentam a confiança e autoestima, uma vez que podem ser utilizadas para defesa pessoal em qualquer situação de perigo
- b) Estas Artes Marciais trabalham muito as pernas, glúteos e abdômen, sendo por isso ideais para a autodefesa.
- c) As Artes Marciais ou lutas são tanto benéficas para o corpo, como também para a mente
- d)Todas alternativas corretas.



- 7-Quão são as LUTAS disputadas nos Jogos Olímpicos no Japão 2021?
- a)Triatlo, Taekwondo, Caratê, Golfe, Boxe
- b) Lutas(livre e greco- romana), Boxe, Remo.
- c)Judô, Boxe, Esgrima, Taekwondo, Lutas livre e Greco-Romana, Caratê
- d) Esgrima, Remo, Vela, Judô, Taekwondo, luta.
- 8- Qual nome da atleta de Santa Maria e em qual modalidade de LUTA representará o Brasil nos Jogos Olímpicos 2021 no Japão.
- 9-Na figura do texto inicial, circule as LUTAS, que NÃO fazem parte dos Jogos Olímpicos 2021 no Japão.