



Colégio: _____

Nome: _____ nº _____

Professor (a): _____ Ano: 8º Turma: _____

Data: ____/____/2020 Desconto Ortográfico: _____



“Sem limite para crescer”

1º ROTEIRO SEMANAL DE ED. FÍSICA

1º trimestre

As diferentes transformações sociais nos esportes

Os esportes, surgem com a intenção de estabelecer as diferenças entre os jogos antigos e tradicionais em diferentes culturas e sociedades.

Esse processo permite-nos olhar para o esporte hoje e entender que tal ação elevou os esportes a um posicionamento de referência e de supremacia em relação às outras práticas corporais. Vale ressaltar também que o torna cada esporte único são suas regras, a competitividade, a existência de confederações e de instituições esportivas.

É jogo ou é esporte?

No jogo as regras são flexíveis e podem ser alteradas. No esporte as regras são inflexíveis e imutáveis, mas podem ser transformadas ao longo do tempo.

Processos que levaram ao surgimento do esporte moderno.

O esporte surge com base em uma perspectiva de ruptura com a cultura dos jogos tradicionais, que eram realizados em espaços cotidianos, e passaram a ser praticados em espaços próprios, como campos, quadras, velódromos, piscinas etc. (MARTINS; ALTMANN, 2007).

Esses autores caracterizam os esportes modernos como atividades que: Permitem a existência da igualdade formal entre jogadores; passaram a ter um tempo regrado, calendário próprio e as exigências da mídia; regras fixas que permite uma prática uniforme e potencialmente universal.

A diversidade esportiva incentivou a classificação das modalidades esportivas, como a proposta a seguir: rede e de parede, como tênis de campo ou mesa; campo e taco, como o beisebol e o críquete; coletivos de caráter técnico-tático, como o futebol e o basquete; e outras categorias, como de precisão, técnico-combinatória, entre outras.

As mídias e os esportes

No Brasil, essa espetacularização do esporte pode ser vista, em grande medida, no futebol, mais especificamente no masculino. Essa modalidade é propagada em todos os meios de comunicação, em especial a televisão, cujos programas esportivos frequentemente dão grande destaque aos campeonatos.

Os esportes de **rede e parede** são modalidades que se caracterizam por **arremessar, lançar ou rebater** a bola em direção a setores da quadra adversária nos quais o rival seja incapaz de devolvê-la da mesma forma ou que leve o adversário a cometer um erro.

Os esportes de **campo e de taco** são modalidades que se caracterizam por **rebater** a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola, e, assim, somar pontos.

OBSERVAÇÃO:

Estamos passando por um momento delicado, em que precisamos ficar em casa para preservar a nossa saúde e de quem amamos.

É importante fazer exercícios, mesmo em espaços pequenos, não se esquecendo da postura e do limite do nosso corpo.

Vão algumas dicas: Alongamentos, polichinelo, amarelinha, corda, sustentação, abdominal.



Colégio: _____

Nome: _____ nº _____

Professor (a): _____ Ano: 8º Turma: _____

Data: ____/____/2020 Desconto Ortográfico: _____



“Sem limite para crescer”

REVISÃO DE ED. FÍSICA

1º trimestre

TRANSFORMAÇÕES SOCIAIS NOS ESPORTES

O **esporte** está deixando de ser visto apenas como uma forma de lazer e saúde corporal e está adquirindo novos significados, entre eles, uma forma de **inclusão social**. Além disso, a prática **esportiva ajuda** a quebrar barreiras que impõe limites às pessoas.

1- Qual a diferença entre esporte e jogo?

2- O que caracteriza cada esporte ser único?

3- Durante os processos que levaram ao surgimento do esporte, como podemos caracterizar o esporte moderno?

4- A diversidade esportiva incentivou a classificação das modalidades. Como são classificadas as modalidades esportivas?

O crescimento mundial na cobertura **esportiva** pela **mídia** tem sido a principal alavanca do que se chama hoje de marketing esportivo. A televisão é ainda a principal responsável pela globalização do **esporte**, já que sua linguagem universal permite que as imagens das partidas sejam comercializadas em escala global.

5- Diante de uma sociedade marcada por grandes avanços tecnológicos nos meios de comunicação e influenciados pelo sistema no qual vivemos, como podemos diferenciar o futebol do futsal?

6- Os esportes de rede e de parede são modalidades que se caracterizam por arremessar, lançar ou rebater a bola em direção da quadra adversária. Quais os esportes de rede e parede?

7- As lutas, em sua grande maioria, esportivizaram-se e adentraram no universo esportivo de competições, organizadas por federações, confederações e outras entidades. Qual o papel do juiz e dos lutadores em uma luta esportivizada?

Os **benefícios da prática esportiva** para a saúde e para a qualidade de vida são amplamente divulgados nos meios de comunicação. Porém, é preciso mais que a prática diária: as pessoas precisam se tornar mais ativas ao longo do dia, realizando movimentos corporais para **escapar do sedentarismo**.

8- Qual a diferença entre atividade física e exercício físico?

9- A ginástica é uma das formas mais utilizadas pelas pessoas para se preparar fisicamente. Quais as capacidades físicas desenvolvidas na ginástica?

10 – “Diferentes ginásticas de exercitação corporal orientada à melhoria do rendimento, à aquisição e à manutenção da condição física individual ou à modificação da composição corporal” (Brasil, 2017, p. 215). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), qual o conceito de saúde?
