



Colégio: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ nº \_\_\_\_\_

Professor (a): \_\_\_\_\_ Ano: 7º Turma: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2020 Desconto Ortográfico: \_\_\_\_\_



“Sem limite para crescer”

## 1º ROTEIRO SEMANAL DE ED. FÍSICA

1º trimestre

### Resumo do conteúdo

#### TECNOLOGIA E COTIDIANO

No dia a dia, são inúmeras as situações em que artifícios tecnológicos permeiam a vida das pessoas e contribuem para criar condições de melhoria da qualidade de vida. No entanto, é importante saber se apropriar dessas ferramentas a fim de promover o uso saudável desses recursos. A tecnologia não se resume apenas a computadores, aparelhos celulares, internet, cabos, redes, tablets, iphones, ipads, carros, aviões, canetas... ou qualquer outro objeto que possa ser adquirido. Tecnologia é muito, mas muito mais que qualquer produto que compramos, pois, tecnologia é conhecimento.

O seu, o meu, o nosso conceito de tecnologia, é fruto da nossa história de vida, do contexto cultural, social e econômico que habitamos e, principalmente, de nossa formação profissional.

Alguns autores da educação nos falam que as tecnologias poderão sim ser **físicas** (inovações de instrumentos); **organizadoras** (diversos sistemas produtivos estão organizados); e poderão ser ainda **simbólicas**, como as tecnologias relacionadas à forma de comunicação entre as pessoas.

#### A escola e a tecnologia (construção de hábitos saudáveis)

Um dos conflitos escolares em relação às tecnologias é seu uso excessivo pelos alunos, que são nativos digitais.

Com a chegada das tecnologias surgem novos hábitos, costumes, necessidades de aprendizados que se somam aos anteriores.

Atividade prática em casa – **Just dance (jogo de dança)**.

#### O RPG e a utilização da tecnologia

Numa tradução para a língua portuguesa, RPG significaria algo como **jogo de interpretações de papéis**. É um jogo de contar histórias, em que cada partida é denominada sessão de jogo. Cada sistema de RPG possui atributos próprios. Porém, é comum encontrarmos: destreza, força, inteligência e vitalidade.

#### Elementos históricos e evolução dos esportes

A partir de 1896, com a realização dos Jogos Olímpicos modernos, buscou-se resgatar a concepção esportiva da Grécia antiga e, desde então, houve uma progressiva profissionalização dos atletas, a criação de associações e a criação de novos esportes.

Um dos valores inerentes aos esportes é o **fair play**, ou seja, o jogo limpo, que faz parte de um conjunto de valores que regem a prática esportiva, assegurando o cumprimento das regras e a harmonia entre os participantes.

## **A prática de esportes influenciados pela mídia**

Atualmente, é comum poder assistir a uma partida de voleibol ou de futebol realizada em outros países graças aos recursos tecnológicos disponíveis. A mídia televisiva, por exemplo, cumpre um papel fundamental na divulgação dos esportes, pois permite o fácil acesso às informações que ela transmite. No entanto, ainda assim, algumas práticas esportivas são mais veiculadas que outras, tal como o futebol no Brasil, que é muito popular e “monopoliza” os programas de esportes, sendo transmitido diariamente em canais de televisão.

## **Esporte de rendimento e o esporte da escola**

Uma das discussões presentes no ensino da Educação Física e a prática do esporte na escola diz respeito à identificação do esporte profissional como de maior importância ou relevância, o que promove grande equívoco, ao mesmo tempo em que não se coaduna com o Projeto Político Pedagógico da escola.

A lógica intrínseca aos esportes de alto rendimento visa atingir objetivos que não são apenas dos sujeitos que os praticam, pois é preciso atender às necessidades de patrocinadores, das confederações, entre outros. Já o esporte da escola visa essencialmente a transformação das relações da sociedade, a partir da vivência e da compreensão dos aspectos culturais das práticas corporais construídas pela humanidade. É fundamental entender o papel atual das aulas de Educação Física ao tratar do esporte.

### **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: 7º Turma: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2020 Desconto Ortográfico: \_\_\_\_\_



“Sem limite para crescer”

## REVISÃO DE ED. FÍSICA

1º trimestre

### TECNOLOGIA E COTIDIANO

No dia a dia, são inúmeras situações em que artifícios tecnológicos permeiam a vida das pessoas e contribuem para criar condições de melhoria da qualidade de vida. No entanto, é importante saber se apropriar dessas ferramentas a fim de promover o uso saudável desses recursos.

A tecnologia não se resume a computadores, aparelhos celulares, internet, cabos, redes, tablets, iphones, ipads, carros, aviões, canetas... ou qualquer outro objeto que possa ser adquirido. Tecnologia é muito, mas muito mais que qualquer produto que compramos, pois, tecnologia é conhecimento.

**01** Como a tecnologia é utilizada positivamente em cada tópico a seguir:

Atividade física- \_\_\_\_\_

Alimentação- \_\_\_\_\_

Relações pessoais - \_\_\_\_\_

Leitura- \_\_\_\_\_

**02** Quais os aplicativos e eletrônicos que podem contribuir para melhorar os seus hábitos de vida?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**03** Qual o objetivo do jogo de dança *just dance*?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**04** Numa tradução para a língua portuguesa, RPG significaria algo como Jogo de Interpretações de papéis. É um jogo de contar histórias, cada partida é denominada sessão de jogo. Quais as características encontradas nos personagens de RPG?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**05** Com a realização dos Jogos Olímpicos modernos, buscou-se resgatar a concepção esportiva da Grécia Antiga e, desde então, houve uma progressiva profissionalização dos atletas, a criação de associações e a criação de novos esportes. Em que ano começou a ser praticado os jogos

---

O conceito de fair play é um dos principais valores inerentes ao ideal olímpico concebido por Pierre de Coubertin. O fair play tem dupla natureza, dividindo-se em formal e informal.

**06** Como podemos definir o fair play formal e informal?

---

---

**07** Quais os fatores que tornam um esporte mais ou menos popular?

---

---

**08** Qual a diferença entre esporte de rendimento e o esporte praticado na escola?

---

---

**09** Que movimentos são referências do nado sincronizado?

---

---

**10** A ginástica rítmica se fundamenta na associação dos movimentos corporais com músicas e aparelhos. Quais os aparelhos utilizados na ginástica rítmica?

---

---