

SEMEEL

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER

A mudança está em nossas mãos

Atividades Orientadoras

7^o
ano

Ensino Fundamental

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSOR(A)

ANO DE ESCOLARIDADE

7º ANO

DATA

41ª SEMANA (27/11 – 01/12)

NOME:

HOJE É?

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

CÓDIGO BNCC

EF67EF21

EDUCAÇÃO FÍSICA

EF

COMO SURTIU O ESPORTE DE AVENTURA?

Esportes de Aventura surgiram no final da década de 1980, quase em 1990. Na primeira vez que foi usada essa denominação, sua função era nomear esportes de adultos, como skydiving, surfe, montanhismo, paraquedismo, trekking, alpinismo, ciclismo de montanha e paintball.

Nas últimas duas décadas foi crescente o número de praticantes dos chamados “esportes radicais” onde se enquadram as atividades exercidas em centros urbanos como o skate, o parkour, o patins e a escalada esportiva indoor como também os praticados na natureza como o surf, o mountain bike, o trekking, o mergulho, o paraquedismo e algumas modalidades de escalada. As práticas corporais de aventura podem ser em ambientes urbanos ou na natureza, entretanto, hoje iremos aprofundar mais nas atividades em ambientes urbanos.

Já é possível encontrarmos atividades de aventura como escalada, arvorismo, rapel e tirolesa em buffets infantis, clubes, hotéis e pousadas colocando cada vez mais cedo o contato destas atividades com as crianças e adolescentes em idade escolar. Essas práticas costumam receber outras denominações como esportes de risco, esportes alternativos ou esportes extremos. Por se tratar de atividades que envolvem alto risco físico, é fundamental contar com dispositivos de segurança de qualidade. Isso porque a possibilidade de quedas, fraturas e lesões faz com que os praticantes desses esportes sofram mais acidentes. Portanto, é muito importante prevenir-se, para amenizar possíveis problemas que possam atrapalhar o desempenho.

Nos esportes de aventura, existem alguns equipamentos essenciais, como lâminas, lanternas, kits de sobrevivência, coturnos, entre outros. Dentre esses itens destacam-se também as cordas e seus diversos tipos de amarrações. Entretanto, o praticante deve ter conhecimento sobre como usar cada equipamento de forma correta. Dessa forma, é fundamental verificar se os itens oferecem estabilidade e se suportam situações de maior impacto. Deve ser considerado também que alguns equipamentos, como capacetes, luvas e botas, protegem o corpo de possíveis acidentes. Assim, o mais importante sempre é escolher equipamentos que proporcionem segurança e que sejam ideais para cada tipo de exercício físico.

ATIVIDADES

- 1) De acordo com o texto acima é possível afirmar que:
- a) As práticas corporais de aventura só podem ser realizadas na natureza.
 - b) Desafio e imprevisibilidade são elementos importantes na prática de esportes radicais e/ou de aventura.
 - c) Qualquer pessoa pode realizar a prática de esportes radicais independente do estado de saúde.
 - d) Atividades corporais de aventura não devem ser praticadas nas escolas.
- 2) Qual dessas modalidades podem ser praticadas tanto na área urbana como na rural/natureza?
- a) Skate, Parkour, Mountain Bike.
 - b) Surf, Paintball, Skate.
 - c) Escalada, Rapel, Slackline.
 - d) Paraquedismo, Mergulho, Arvorismo.
- 3) Marque com X a alternativa que não corresponde ao texto 1 acima, relacionado a prática de atividades corporais de aventura e ou esporte de aventura urbana ou na natureza.
- a) O treinamento com os equipamentos é imprescindível, pois é necessário entender em quais situações são mais adequados e como utilizá-los corretamente.
 - b) É essencial prevenir-se, a fim de amenizar possíveis eventualidades que atrapalhem o desempenho.
 - c) Por se tratar de atividades que envolvem baixo risco físico, pode-se optar por qualquer tipo de dispositivos de segurança.
- 4) Marque com X somente os esportes ou modalidades que NÃO são consideradas de aventura ou radical.
- futsal skate voleibol surf futebol
 patins basquetebol escalada esportiva bag jump
- 5) Relacione as colunas:
- | | |
|---------------|---|
| (A) Skate | () Não necessita de nenhum equipamento. |
| (B) Parkour | () É uma atividade de puro equilíbrio. |
| (C) Slackline | () Foi criado por surfistas na Califórnia. |
- 6) Uma das formas de praticar o skate é utilizando a paisagem urbana, fazendo manobras em escadas e corrimões. Quais são as outras formas?

R: _____

