

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Estudante: _____
Professor (a): _____ Data: ____ / ____ / ____
Escola: _____ Turma: _____

 Paulo Silva de Azevedo

Leia o texto abaixo e responda à questão.

ESPORTES DE INVASÃO

Nos esportes de invasão, as equipes têm o objetivo de conduzir um objeto, geralmente uma bola, a um local específico dentro da quadra de seu adversário, ou seja, invadir o espaço adversário. Ao mesmo tempo, elas precisam defender a sua quadra, impedindo que os adversários consigam marcar pontos.

<https://www.todamateria.com.br/esportes-de-invasao-o-que-sao-e-exemplos/>

1. Nos esportes de invasão, é preciso ir ao campo adversário para pontuar ou vencer. Qual dos esportes abaixo possui essa característica?

- a) Golfe.
- b) Bocha.
- c) Rúgbi.
- d) Sinuca.

Leia e responda.

A Seleção Brasileira de Basquete encerra sua participação nos Jogos Olímpicos de Paris entre as oito melhores seleções do mundo

06/08/2024

CBB - Confederação Brasileira de Basketball

A Seleção Brasileira de Basquete se despede dos Jogos Olímpicos de Paris com vitória dos Estados Unidos por 87 a 122 em jogo que ocorreu na Arena Bercy, em Paris, (6 de agosto).

O time brasileiro enfrentou com muita garra e força o time de estrelas da NBA, que teve LeBron James ao seu comando e contou com jogadores experientes como Kevin Durant e Stephen Curry.

Bruno Caboclo foi o cestinha do jogo com 30 pontos e 6 rebotes. O Brasil, que garantiu sua vaga nas Olimpíadas ao vencer o Pré-Olímpico de Riga, superou as expectativas ao chegar às quartas de final, demonstrando muito foco e talento ao longo dos Jogos.

<https://cbb.com.br/noticia/4616/a-selecao-brasileira-de-basquete-encerra-sua-participacao-nos-jogos-olimpicos-de-paris-entre-as-oito-melhores-selecoes-do-mundo>

2. No basquete, o atleta tem como objetivo acertar a cesta adversária para pontuar, nele, temos 3 pontuações diferentes. Quando é marcado falta dentro do garrafão, o atleta que sofreu tem direito a lances livres. Marque quantos pontos valem o arremesso livre.

- a) 1 ponto.
- b) 2 pontos.
- c) 3 pontos.
- d) 7 pontos.

Observe a imagem e responda.



3. O árbitro esportivo atua para garantir o cumprimento das regras e a imparcialidade. Há alguns esportes que tem mais de um árbitro. Marque quantos árbitros atuam em uma partida de futebol (sem contar com a comissão do VAR).

- a) 1 árbitro.
- b) 3 árbitros.
- c) 4 árbitros.
- d) 5 árbitros.

Leia e responda.

Olimpíadas de Paris 2024

As Olimpíadas de Paris 2024 foram realizadas entre os dias 26 de julho e 11 de agosto. A capital francesa já foi sede dos Jogos Olímpicos em outras duas edições, em 1900 e 1924. O evento de abertura aconteceu de forma inédita pela primeira vez fora de um estádio, no Rio Sena.

Cerca de 10.500 atletas de diferentes países, sendo 274 atletas brasileiros, competiram em 32 esportes, distribuídos em 48 modalidades esportivas.

<https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/olimpiadas-de-paris-2024.htm>

4. Qual dos esportes abaixo estreou nos jogos olímpicos no ano de 2024?

- a) Caratê.
- b) Breaking.
- c) Canoagem.
- d) Drift.

5. O alongamento antes e depois de uma atividade física é importante por várias razões, sendo uma delas

- a) fortalecer a musculatura.
- b) reduzir o ritmo cardíaco.
- c) melhorar a flexibilidade.
- d) aumentar o peso corporal.

6. Explique a diferença entre atividade aeróbica e anaeróbica.

7. Explique a diferença entre esporte coletivo e esporte individual. Depois, cite um exemplo de cada.

8. Vamos imaginar que o professor de educação física lhe convidou para organizar um evento esportivo na sua escola. Quais passos e/ou regras você seguiria para que todos os estudantes se sentissem incluídos? E o que você faria para combater toda e qualquer forma de preconceito nesse evento?

9. Qual atitude a pessoa que pratica ou deseja praticar atividade física deve adotar antes e depois do exercício para prevenir lesões?

- a) Alongamento.
- b) Beber muita água.
- c) Comer muito para ter energia.
- d) Aquecimento.

Observe a tirinha abaixo.



Fonte: tirasarmandinho.com

10. Para melhorar a mobilidade urbana e a prática do ciclismo, os governos criaram faixas exclusivas nas ruas para os ciclistas. Chamamos essas faixas de

- a) bikevias.
- b) rua ciclista.
- c) ciclovia.
- d) via expressa.

Observe a imagem a seguir.



Fonte: <https://depositphotos.com/br/vector/parkour-extreme-sport-athletes-cartoon-sketch-vector-illustrations-set-isolated-324256786.html>

11. Qual o nome do esporte que o atleta ultrapassa obstáculos urbanos com agilidade e destreza?

- a) Urbanismo.
- b) Parkour.
- c) Acrópoles.
- d) Urbe .

Observe a tirinha abaixo.



Fonte: tirasarmandinho.com

12. Conforme a tirinha, por que o Armandinho não queria jogar com o outro garoto?

- a) Porque o garoto jogava igual ao Armandinho.
- b) Porque o garoto não podia correr.
- c) Porque o garoto estava sentado.
- d) Porque o Armandinho achava que o garoto jogava mais que ele.