



**PREFEITURA DE SANTOS**  
**Secretaria de Educação**



UME AVELINO DA PAZ VIEIRA

ANO: 8 A, B, C

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: Filipe

PERÍODO DE 31/08/2020 a 11/09/2020

**Atividade 1**

Lutas do mundo os esportes de combate e as artes marciais.

Tanto na luta quanto na briga ocorrem ações agressivas, porém nas brigas não há regras nem limites para a intensidade da agressividade. Além disso, prevalecem a raiva o desrespeito ao oponente. No caso das lutas, apesar da agressividade implícita, o contato físico se dá entre duas ou mais pessoas que se enfrentam em uma constante troca de ações ofensivas e ou defensivas, as quais são regidas por regras, e têm como objetivo mútuo um alvo móvel personificado no oponente. (Gomes, 2010).

As lutas são disputas em que os oponentes devem ser subjugados, com técnicas e estratégias de desequilíbrio, imobilização ou exclusão de em determinado espaço na combinação de ações de

ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica a fim de punir atitudes de violência e deslealdade. (Brasil,1998).

1 - Descreva a diferença entre luta e briga?

2 - Tanto as lutas como as brigas são caracterizadas por uma regulamentação específica, a fim de punir atitudes de violência e deslealdade?

## **Atividade 2**

Sabemos das muitas modalidades diferentes de lutas e de sua presença em todos os continentes, com suas peculiaridades culturais. Não há consenso entre os estudiosos sobre a origem das lutas e, em particular, das artes marciais. As informações mais antigas datam de 300 a.C., em que possíveis situações de luta foram encontradas em registros e em estatuetas. Os autores Reid e Croucher (2003) afirmam que, atualmente, são praticados em torno de 350 modalidades de luta em todo o mundo. Eles sugerem que uma luta da Índia, chamada vajramushti, é a arte marcial mais antiga que se conhece e que dela surgiram as demais.

1 - As informações mais antigas sobre o surgimento das lutas datam de que época?

2 - Atualmente quantos tipos de luta são praticados?

3 - Qual a arte marcial mais antiga que se tem conhecimento?

**Atividade 3 (texto extraído site coladaweb)**

Alguns exemplos de lutas e suas origens:

- Aikido - origem japonesa, e tem como significado "O caminho da harmonia através da energia universal". Utiliza-se de esquivas e torções para que haja um deslocamento do equilíbrio do adversário.

- Boxe - surgiu na Inglaterra e utiliza os punhos para ataques e defesas. Os golpes mais conhecidos e utilizados são o jab, o cruzado, o gancho e o upper.

- Muay Thai - O Muay Thai é conhecido também como boxe tailandês, tem sua origem na Tailândia e é muito praticado por crianças adultos. A característica principal do Muay Thai é o emprego dos cotovelos, joelhos e pernas.

-Capoeira - A capoeira foi declarada patrimônio cultural brasileiro. Sua origem se liga a época da escravidão no Brasil, quando os negros treinavam as técnicas de luta disfarçando-as como uma forma de dança.

Como não podiam treinar abertamente, realizavam rodas de "dança" e a música era usada

para ajudar no disfarce. As mudanças no ritmo significavam a aproximação de alguém não desejado e os jogadores mudavam os movimentos de luta, dando continuidade ao treino.

1 - Qual das lutas citada no texto você já ouviu falar?

2 - Dentro dessas lutas qual é de origem brasileira?

#### **Atividade 4**

1 - A capoeira é uma luta ou uma dança?

2 - O que significava a mudança de ritmos no jogo de capoeira?