

UME: 28 de Fevereiro

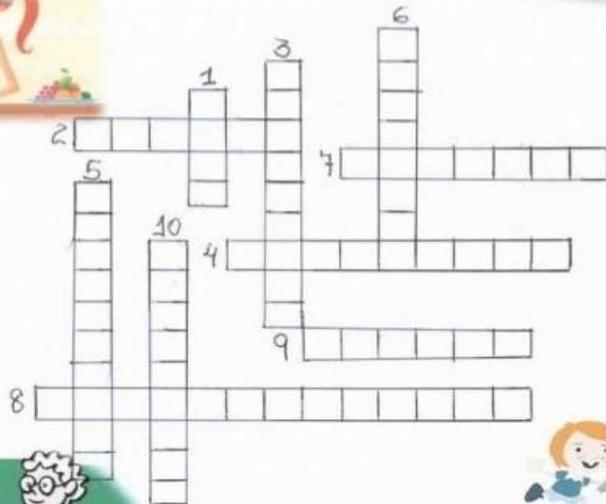
ANO: 4º Anos Componente Curricular: Ed. Física

Professor: Mauricio Ruiz

Período de: 25/09 a 08/10

8. Faça a palavra cruzada sobre Atividade Física:

- 1- A saúde e longevidade devem vir acompanhada da?
R: Qualidade de
- 2- É uma aliada imprescindível para alcançar uma boa forma física:
R: Atividade
- 3- A prática de atividade física deve ser desenvolvida de forma:
R: e continua
- 4- A preocupação de promover e manter a saúde deve ser ressaltada para quem?
R: mundial
- 5- Os exercícios físicos regulares servem para combater:
R: Os efeitos nocivos da vida
- 6- Atividade física é definida como qualquer:
R: Movimento
- 7- Um benefício da atividade física na aparência:
R: Melhora sua
- 8- Um benefício da atividade física no trabalho:
R: Aumenta a
- 9- Um benefício da atividade física no dia-a-dia:
R: Aumenta o
- 10- Um benefício da atividade física na saúde:
R: Previne doenças como



Cultura Corporal

Professor Paulo Menezes de Freitas

No saque, o jogador coloca força na bola para que o adversário tenha dificuldade ao fazer a recepção. A recepção é a defesa do saque e tem como principal objetivo preparar o início da jogada de ataque da sua equipe. Para que isso aconteça, o atleta normalmente passa a bola para o seu companheiro com os dois braços estendidos e grudados, em um lance conhecido como manchete. O segundo jogador a participar de um lance de ataque é o levantador. Como define o próprio nome, é ele quem levanta a bola para a cortada, que pode ser feita por um dos jogadores de ataque.

Para evitar que o adversário consiga cortar com facilidade, os jogadores próximos à rede procuram fazer o bloqueio. Assim, eles sobem tentam, com os braços estendidos, impedir que a bola passe para o outro lado da quadra.



e

QUESTIONÁRIO

1. Em qual país surgiu o Voleibol? Qual motivo levou o Prof. William Morgan a criar este esporte?

2. Quais são os fundamentos do Voleibol? Quando termina um jogo de Voleibol? _____

3. Um time de voleibol é composto de quantos jogadores (titulares e reservas)? Cite o nome de alguns jogadores(as) de Voleibol famosos de Voleibol.

4. Como inicia uma partida de voleibol? A equipe tem direito a quantos toques para tentar devolver a bola para a quadra adversária? _____

Bullying não é brincadeira

Bullying é uma situação que se caracteriza por agressões intencionais, verbais ou físicas, feitas de maneira repetitiva, por um ou mais alunos contra um ou mais colegas. O termo surgiu a partir do inglês bully, palavra que significa tirano, brigão ou valentão.



Localize no diagrama as palavras do quadro

- | | | | |
|---------------------|---------------|-----------------|--------------------|
| 1. Carinho | 7. Felicidade | 13. Diversidade | 18. Fraternidade |
| 2. Respeito | 8. Deus | 14. Amizade | 19. Ética |
| 3. Solidariedade | 9. Abraço | 15. União | 20. Companheirismo |
| 4. Tolerância | 10. Elogio | 16. Educação | 21. Esperança |
| 5. Responsabilidade | 11. Igualdade | 17. Amor | 22. Cooperação |
| 6. Harmonia | 12. Justiça | | |

W	C	A	R	I	N	H	O	R	W	E	P	J	D	Q	C
I	K	Y	E	M	C	V	K	N	K	L	W	U	I	W	O
G	R	E	S	P	E	I	T	O	H	O	N	S	V	E	M
U	P	Q	P	T	L	R	D	P	J	G	H	T	E	J	P
A	Z	T	O	L	E	R	A	N	C	I	A	I	R	L	A
L	X	J	N	J	K	S	B	D	N	O	R	Ç	S	H	N
D	E	U	S	P	Y	B	R	M	Y	B	M	A	I	Z	H
A	W	D	A	L	M	W	A	F	U	V	O	N	D	X	E
D	J	K	B	K	L	P	Ç	E	M	N	N	B	A	B	I
E	N	Ç	I	J	G	F	O	L	D	S	I	M	D	V	R
W	S	O	L	I	D	A	R	I	E	D	A	D	E	E	I
A	P	R	I	M	T	M	R	C	L	K	G	Ç	R	S	S
M	J	K	D	Z	X	I	R	I	B	K	E	J	U	P	M
O	R	T	A	Y	P	Z	F	D	H	Z	T	G	N	E	O
R	Q	E	D	U	C	A	Ç	A	O	X	I	D	I	R	P
W	Y	Ç	E	R	T	D	K	D	L	V	C	L	Å	A	W
T	U	L	W	Q	Y	E	M	E	N	B	A	K	O	N	E
C	O	O	P	E	R	A	Ç	Å	O	M	Q	T	Q	Ç	Y
F	R	A	T	E	R	N	I	D	A	D	E	Y	W	A	U