



PREFEITURA DE SANTOS  
Secretaria de Educação



## ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADE

UME AYRTON SENNA DA SILVA

ANO: 7ºano                    COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: Maria Augusta

PERÍODO DE 26/03/2021 a 08/04/2021

ALUNO: \_\_\_\_\_

Atividades	Orientação
Lutas Brasileiras.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Leia com atenção ao texto sobre Lutas Brasileiras.</li><li>2. Acesse o vídeo explicativo sobre o tema. "Lutas Brasileiras"  Link - <a href="https://youtu.be/tcAbxugCrZQ">https://youtu.be/tcAbxugCrZQ</a></li><li>3. Responda as questões com texto e vídeo aula de suporte.</li><li>4. Envie as respostas para o Google Sala de aula.</li></ol>

## LUTAS BRASILEIRAS.



A luta é considerada uma das mais antigas modalidades esportivas, estando atrás apenas do atletismo. Isso porque, esta é uma prática que esteve sempre presente na vida do ser humano, seja no âmbito das artes marciais, seja no treinamento militar. Existem várias lutas genuinamente brasileira. A capoeira, o Huka - Huka e o Jiu-jitsu brasileiro são alguns exemplos.

### **PONTO DE PARTIDA**

As lutas são caracterizadas por serem ações de combate e incluem o uso de técnicas como agarramento, derrubadas e golpes. Elas podem ser realizadas por dois ou mais competidores e variam de acordo com a regra, o local de competição, tipo de vestimenta e do uso ou não de implementos (armas).

### **Lutas do Brasil**

#### **A capoeira**

Sem dúvida a capoeira é uma das mais conhecida lutas de origem brasileira. Ela é uma luta que mistura dança e música. É nosso legado afro-indígena-brasileiro e representa a resistência do nosso povo.

A malemolência e o gingado da capoeira é a cara do Brasil. A roda de capoeira não é somente o local onde se pratica a capoeira, é onde ocorre a manifestação cultural, de ancestralidade, de integração e saúde. A capoeira pode ser praticada em todas as idades. Ela traz inúmeros benefícios a saúde, proporcionando o desenvolvimento da força, flexibilidade, coordenação, agilidade e equilíbrio.

## **O Huka-Huka**

O Huka-Huka é uma competição de luta de origem indígena, tradicionalmente realizada no final do guarupe (festa em homenagem aos mortos).

Fonte:

<https://escoladigital.org.br/roteiro-de-estudo/lutas-de-origem-brasileira-56950>

Vamos conhecer um pouco mais das Lutas Brasileiras?

Acesse o link abaixo:

<https://youtu.be/tcAbxugCrZ0>

Fonte: Práticas em Educação Física - Prof. Fran Sylos

### **ATIVIDADE:**

**1ª Etapa:** Acesse o link abaixo do vídeo para conhecer mais sobre o tema de estudo - LUTAS BRASILEIRAS:

<https://youtu.be/tcAbxugCrZ0>

**2ª Etapa:** Após a leitura e assistir o vídeo sobre o tema de estudo, responder as 3 questões sobre o tema.

1. Você já teve oportunidade de praticar alguma luta brasileira? Qual?
2. Cite mais dois exemplos de lutas que são originárias do Brasil.
3. Qual a diferença entre Lutar e Brigar?