

UME Prefeito Paulo Gomes Barbosa

ANO 5° ano, COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: Michel Leite Viana

Avaliação 5° anos

Nome: _____ Turma: _____

1) Ginástica

Boa tarde crianças e responsáveis.

1) Com base no texto e no vídeo, responda. Quais são os tipos de ginástica?

2) Movimentos simples como: cambalhotas e rolamentos são considerados ginástica. Você já fez alguns desses movimentos? Qual?

3) Você já praticou algum tipo de ginástica? Qual?

Ginástica Geral: engloba as modalidades competitivas de ginástica reconhecidas pela Federação Internacional de Ginástica (Ginástica Artística, Ginástica Rítmica, Aeróbica Esportiva, Esportes Acrobáticos e Trampolim), as atividades acrobáticas com e sem aparelhos, ginástica circense, que está ligada ao circo.

2) Atletismo

Atletismo: Boa tarde crianças e responsáveis

As corridas de velocidade incluem distâncias curtas e o objetivo de todas elas é, partindo de uma posição agachada, percorrer a distância definida o mais rapidamente possível.

Assista o vídeo sobre corrida

<https://youtu.be/QzFZTWFIP U> e responda.

A) Quais são as provas de corrida de velocidade?

B) Qual prova mais gostou?

C) Diga pelo menos um nome de um atleta famoso que aparece no vídeo.

3) Xadrez

Boa tarde crianças e responsáveis
Hoje a aula é sobre xadrez para iniciantes

Assista ao vídeo abaixo e descreva a movimentação de pelo menos três peças.

<https://youtu.be/w3Uv Vwk3Wo>.

4) Ginástica Olímpica

Ginástica olímpica: A ginástica artística, também conhecida no Brasil como ginástica olímpica, é uma das modalidades da ginástica. Por definição, de acordo com o Novo Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa, a palavra vem do grego *gymnastiké* e significa - "A Arte ou ato de exercitar o corpo para fortificá-lo e dar-lhe agilidade

<https://youtu.be/5CE9iwcS6Mk>

O link acima apresenta um vídeo com algumas modalidades da ginástica

1) Cite duas modalidades praticadas pelos homens.

2) Cite duas modalidades praticadas pelas mulheres.

3) Diga qual você mais gostou.
