



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



UME PEDRO II

Educação Física – 8º ANO
Professor Roniel

Período: 22/06/2021 a 30/06/2021

TEMA: Ginástica

HABILIDADE: (EF08EF11) Identificar as características da ginástica de conscientização corporal e discutir como a prática dessa manifestação pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.

A ginástica é uma prática esportiva que se divide em dois tipos, as ginásticas competitivas e as não competitivas. As competitivas, que entram em competições como as Olimpíadas, além de trabalhar com a estrutura física, através de movimentos que exigem força, elasticidade e agilidade, também exercitam a mente dos praticantes, pois a sua prática requer concentração e raciocínio. As não competitivas têm como objetivo não as competições, mas a saúde, o bem-estar e a beleza do corpo.

Assista o vídeo do link abaixo e responda as questões:

<https://youtu.be/69hG4YPtxXE>

Questões

1) Assinale com um X os aparelhos da Ginástica Artística:

- ☐ Salto sobre a mesa ☐ Barras Paralelas ☐ Solo ☐ Argolas
☐ Trave de equilíbrio ☐ Cavalo com alças ☐ Bola ☐ Peteca
☐ Paralelas assimétricas ☐ Barra fixa ☐ Arcos ☐ Fitas

2) Assinale (V) verdadeira ou (F) falsa para as afirmações abaixo:

- ☐ A Ginástica Rítmica é uma modalidade esportiva.
☐ A Ginástica Rítmica é praticada sobre aparelhos.
☐ A Ginástica Rítmica é um esporte olímpico.

3) Coloque C quando a característica for da ginástica competitiva, ou N quando for ginástica não competitiva:

- ☐ Não há vencedor.
☐ Busca um vencedor.
☐ Visa, acima de tudo, ao prazer.
☐ Regras rígidas preestabelecidas.

As questões deverão ser respondidas no caderno de Educação Física com o nome completo do aluno, classe, e o nº da chamada (se souber), tirar uma foto e enviar para o e-mail do professor:
roniel.atividadederemota@gmail.com