[Educação física]

EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS FASES INICIAIS	
UNIDADE ESCOLAR:E. M. Manoel Coelho	
PROFESSOR(A):Priscila Moço	TURMA: VI fase
ALUNO (A):	DATA:5 - 12/5/2021

Assista ao vídeo:

Práticas Esportivas

Para Início de Conversa. Caros alunos, reflitam junto com o autor do texto abaixo parainiciarmos.

"O esporte deve ter, como objetivo principal, formar cidadãos conscientes do seu papel na sociedade e, dessa forma, garantir a cidadania. O verdadeiro es porte sempre foi agente de transformação, nunca de alienação. Como se não bastasse o esporte atingir esse grau de transformação do ser humano, ele passou a ter também uma importância significativa nas relações interpessoais.

Há muitos grupos sociais ligados pelo esporte, grupos que se formam para jogar uma "pelada" de futebol, vôlei, basquete, etc. São famílias que se unem em torno da atividade esportiva, nem que seja para uma caminhada. É a Educação Física Escolar que desenvolve diversas modalidades esportivas: caminhadas, trilhas ecológicas, xadrez, judô, projetos de integração, corridas de rua, etc. Foi graças a isso, que hoje o esporte se tornou um grande fator de promoção social."

Autor: Reni Roberto Faria Professor de Educação Física e Filosofia

Figura1: Prática esportiva coletiva: momentos de encontros e estabelecimento de relações interpessoais que proporcionam vivências de sentimentos de pertencimento à grupos sociais, importantes para as relações humanas.

Como todo indivíduo é um ser social e a todo momento se relaciona com outras pessoas ecom o mundo, é fácil entender que enquanto se cuida da saúde praticando atividades físicas, cria-se laços afetivos fazendo-as em grupo! Esteja antenado para descobrir a força de "todo mundo junto e misturado" e seus benefícios.

Unidade 1 – Os Esportes

É inegável o potencial de mobilização que o esporte apresenta na contemporaneidade.

LIVEWORKSHEETS

Não precisamos de muito esforço para identificar que na sociedade atual, esta prática corporal se constitui como um espaço social a mobilizar pessoas de diferentes etnias, gêneros, idades, classes sociais, credos religiosos, seja como participantes/ praticantes seja como espectadores. Os eventosesportivos são exemplares dessa afirmação, pois neles podemos visualizar uma espécie de expressão pública de emoções socialmente consentidas: o congraçamento, a rivalidade, o êxtase, a violência, a frustração, a explosão em aplausos e lágrimas de sentimentos que fazem vibrar a alma dos sujeitos e das cidades no exato momento em que vivificam a tensão entre a liberação e ocontrole de emoções individuais.

Vale ressaltar que o esporte que hoje vivenciamos é aquele que se consolida no fim doséculo XIX e início do XX e que se traduz como signo de uma sociedade que enaltece os desafios, as conquistas, as vitórias, o esforço individual. O esporte que passa a ser ensinado consoante as regras sociais e morais desse tempo e que, ao modificar alguns dos antigos jogospopulares, impõe a necessidade de uma educação do corpo e do espírito dos jovens de forma a despertar lideranças e a personificar, em carne e osso, os ideais representativos de um gruposocial específico.

O esporte é plural e manifesta-se de diferentes maneiras em diferentes culturas e tempos ea essas manifestações agregam-se múltiplos valores. Solidariedade, consagração, celebração, são palavras por demais positivas se pensarmos nas zonas de sombra que também residem no interior do mundo esportivo. Nacionalismos exacerbados, exploração comercial e econômica, corrupção, especialização precoce, doping, violência, discriminação sexual também tem sido temas a fazer parte do cotidiano esportivo mesmo que, por vezes, os minimizemos e busquemos, a todo custo, recuperar a tradição e com ela fazer valer o que do esporte pode ser identificado como promotor de uma humanidade imanente a cada um de nós.

Figura 2: Várias modalidadesesportivas

Exemplificando uma modalidade esportiva: Vôlei

O vôlei é um esporte praticado numa quadra dividida em duas partes por uma rede, possuindo duas equipes de seis jogadores em cada lado. O objetivo da modalidade é fazer passara bola sobre a rede de modo a que esta toque no chão dentro da quadra adversária, ao mesmo tempo que se evita que os adversários consigam fazer o mesmo. História

O vôlei foi criado em 9 de fevereiro de 1895 por WilliamGeorge Morgan nos Estados Unidos.

Regras básicas

Cada equipe de voleibol é constituída por 12 jogadores: seisefetivos (sendo um líbero) e seis suplentes. Em quadra, portanto, ficam dois times de seis jogadores.

O Jogo

O voleibol é jogado por pontos, e não por tempo. Cada partida é dividida em sets que terminamquando uma das duas equipes conquista 25 pontos. Deve haver também uma diferença de no mínimo dois pontos com relação ao placar do adversário - caso contrário, a disputa prossegue até que tal diferença seja atingida. O vencedor será aquele que conquistar primeiramente três sets. Como o jogo termina quando um time completa três sets vencidos, cada partida de voleibol dura no máximo cinco

LIVEWORKSHEETS

sets. Se isto ocorrer, o último recebe o nome de tie-break e termina quandoum dos times atinge a marca de 15, e não 25 pontos. Como no caso dos demais, também é necessária uma diferença de dois pontos com relação ao placar do adversário.

Cada equipe é composta por doze jogadores, dos quais seis estão atuando na quadra e seis permanecem no banco na qualidade de reservas. As substituições são limitadas: cada técnico pode realizar no máximo seis por set, e cada jogador só pode ser substituído uma única vez - com exceção do líbero - devendo necessariamente retornar à quadra para ocupar a posição daquele que tomara originalmente o seu lugar.

Fundamentos:

Bloqueio: É a defesa de uma cortada, realizada junto a rede. Só os jogadores de ataque podem praticá-lo. Consiste em saltar e procurar formar uma barreira com as mãos, tentando assim impedir a passagem da bola para seu campo.

Manchete: É o golpe realizado com os antebraços unidos e com os braços estendidos para que abola não toque no chão.

Cortada: É o salto seguido de um golpe forte e rápido, junto á rede, para que a bola vá direto parao chão do campo adversário – principal fundamento de ataque.

Levantada: É o passe mais comum do esporte; com os dedos das mãos bem afastados, a bola é impulsionada na direção desejada quando se encontra em uma altura acima da cabeça

Saque: É a ação que inicia ou reinicia o jogo a cada ponto ou vantagem. O jogador se coloca emuma posição indeterminada no fundo da quadra e envia a bola para o campo adversário.

Atividade : Com base no texto anterior responda as questões a seguir:

1-O vôlei foi criado por quem?

(A) Karl Schelenz

(B) Giba

(C) James Naismith

(D)William George Morgan

2-No jogo oficial de vôlei, quantos jogadores entram em quadra por equipe?

(A)7

(B) 6
(C) 5
(D) 11

3-Quantos sets uma equipe tem que vencer para ser considerada vencedora de uma partida de voleibol?

(A) 5

(B)3

(C) 4

(D)2

LIVEWORKSHEETS

4-Quantos toques, no máximo, uma equipe pode dar na bola durante uma jogada no Voleibol?

(A) 2 toques

(B) 3 toques

(C) 4 toques

(D) 5 toque

Referências:CEJA : Centro de educação de jovens e adultos. Ensino fundamental II. Educação física / Raquel Rodrigues da Costa, Renato Cavalcanti Novaes. Rio de Janeiro : Fundação Cecierj,2018.
Fasc. 1 – unid. 1-2;1. Educação física. II. Novaes, Renato Cavalcanti. 1. Título

LIVEWORKSHEETS