

ROTEIRO 4

Semana de 22 a 26 de junho de 2020

OBJETIVOS: A importância da ginástica nas aulas de educação física é descrita por meio dos benefícios que a atividade proporciona aos alunos, contribuindo em todos os aspectos relacionados ao desenvolvimento do comportamento humano e auxiliando na formação do caráter e da personalidade, por meio da aprendizagem de habilidades.

ATIVIDADE 1

NÚMERO DE AULAS:2

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES:

GINÁSTICA RÍTMICA



História da Ginástica Rítmica. Modalidade atualmente praticada somente por mulheres é um esporte bastante plástico, que se destaca pela elegância e beleza dos movimentos. ... Em 1946, na Rússia, surge o termo “rítmica”, devido à utilização da música e da dança durante a execução de movimentos.

Pesquisar sobre os aparelhos da ginástica rítmica (GR) e seus movimentos .

Abaixo algumas sugestões de vídeos:

Equipe de ginastas brasileira faz apresentação com bola. Disponível em: <https://recordtv.r7.com/pan-lima-2019/videos/equipe-de-ginastas-brasileira-faz-apresentacao-com-bola-04082019> . Acesso em: 03 mar.2020

Brasil - 3 Fitas 2 Cordas - Medellín 2010. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=59TcPRV3tSY> <. Acesso em: 03 mar.2020

[Medalha de Ouro] Conjunto (BRA) 6 Maças & 2 Arcos Qual / AA Jogos Pan Americanos Toronto 2015. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=KWJ7pkYILz0> Acesso em: 03mar.2020

[Medalha de Ouro] Conjunto (BRA) 5 Fitas Final Jogos Pan Americanos Toronto 2015. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=mo--NFyY8cE> >. Acesso em: 03 mar.2020

Semana de 29 junho a 03 de julho de 2020

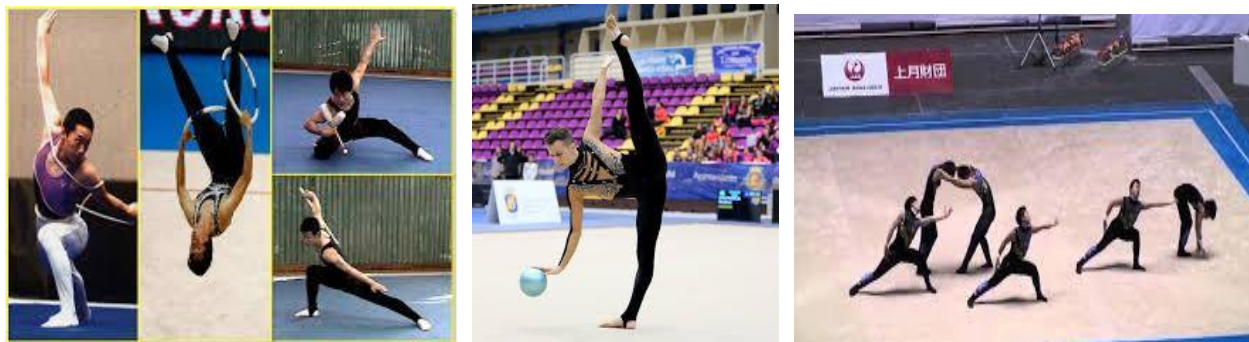
OBJETIVOS: A importância da ginástica nas aulas de educação física é descrita por meio dos benefícios que a atividade proporciona aos alunos, contribuindo em todos os aspectos relacionados ao desenvolvimento do comportamento humano e auxiliando

ATIVIDADE 2

NÚMERO DE AULAS: 2

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES:

GINÁSTICA RÍTMICA MASCULINA



Apesar de ser uma das poucas modalidades ainda disputadas oficialmente apenas por mulheres, há muitas competições masculinas ocorrendo em vários países, como Japão, Rússia, Canadá, EUA, Coreia do Sul, Malásia e México. Mas será que essa prática é como a feminina? A GR masculina é bastante expressiva, valorizando a força e resistência e combinando movimentos da ginástica e das artes marciais. No Japão, por exemplo, as apresentações são feitas sem aparelhos ou com aparelhos com dois bastões longos, duas maçãs, dois arcos menores e a corda. Já na Europa, os homens realizam os exercícios com a corda, o bastão, a bola, as maçãs e dois arcos menores, com composições mais próximas da GR feminina. Há apresentações individuais e em grupos.

Fonte: Caderno São Paulo Faz Escola: Educação Física - Ensino Médio.: 1ª série.p.g 61, 2017

Ginástica Rítmica Masculina, Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=JQGex8nhZbQ> Acesso em: 03 mar. 2020.

Cristofer Benítez - Copa de la Reina 2019 – Cinta. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=MFf8UGkQvbM&list=PLrmk4BVB6m8r34Yf4wNuAIY0T46AjYRlf&index=5> . Acesso em: 03 mar. 2020

Responda as questões abaixo:

1. O que se trata de uma rotação de 360° sobre um pé? Começa com " P" .

.....

2. Qual é a sigla da Federação Internacional de Ginástica?

.....

3. Qual competição internacional, a seleção brasileira de ginástica rítmica venceu recentemente?

.....

4. Desde que ano a Ginástica Rítmica é um esporte Olímpico?

.....

5. Qual a equipe considerada “ Melhor do Mundo?”

.....

6. Qual é a ordem olímpica dos aparelhos da ginástica rítmica?

- a) Fita, Maças, Arco, Bola e Corda.
- b) Bola, Maças, Fita, Bola e Corda.
- c) Maças, Fita, Corda, Arco e Bola.
- d) Arco, Corda, Bola, Maças e Fita.
- e) Nenhuma das anteriores.

7. Qual aparelho foi retirado do código internacional recentemente?

.....

8. Qual é a ginasta cujo sobrenome é Bessonova?

.....

9. Como se chama a “varinha” onde se coloca a fita para que tal seja manejada?

.....

10. Como se chama o exercício em que uma ginasta brasileira inventou, e foi batizado com o sobrenome dela?

.....

DEVOLUTIVAS E AVALIAÇÃO: Fazer a atividade no caderno , fotografar ou digitar e enviar para o email profrosemarlima@gmail.com

Atividades semanais valerão 2,0 na composição de notas .

E-mail: profrosemarlima@gmail.com

Dúvidas poderão ser tiradas através do blog escolapalmirasbc.blogspot.com ou pelo email da professora

Blog: Terça-feira

Horário: 15h às 15h45min