Educação Física – 7º ano – 3º bimestre

Detalhamento das habilidades avaliadas

|  |  |
| --- | --- |
| Questão | Habilidades avaliadas |
| 1 | **(EF67EF16)** Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico- -táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil. |
| 2 | **(EF67EF16)** Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico- -táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil. |
| 3 | **(EF67EF16)** Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico- -táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil. |
| 4 | **(EF67EF21)** Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas. |
| 5 | **(EF67EF19)** Identificar os riscos durante a realização de práticas corporais de aventura urbanas e planejar estratégias para sua superação.  **(EF67EF21)** Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas. |
| 6 | **(EF67EF21)** Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas. |
| 7 | **(EF67EF10)** Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar. |
| 8 | **(EF67EF08)** Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática. |
| 9 | **(EF67EF08)** Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática. |
| 10 | **(EF67EF09)** Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde. |

Gabarito comentado

Questão 1

Tanto a questão 1 quanto a 2 tratam de aspectos que podem confundir os alunos. Assim, essas questões os auxiliam a refletir sobre as características da capoeira regional e da capoeira Angola e a compreender que, mesmo fazendo parte da mesma manifestação cultural − a capoeira −, cada uma possui a própria vertente, tanto em relação aos movimentos quanto em relação à filosofia e ao Mestre capoeirista fundador.

Sugestão de resposta: Os participantes da capoeira Angola utilizam movimentos mais lentos e com mais gingado; todos usam sapatos na roda de capoeira Angola; e não há nenhum objeto que demonstre a graduação desses participantes.

Questão 2

A capoeira regional possui movimentos mais rápidos e pode incluir movimentos acrobáticos; os participantes da capoeira regional usam um cordão demonstrando sua graduação dentro da prática; normalmente as roupas usadas na roda de capoeira Angola são brancas.

Questão 3

(V) Essa frase tem relação com o processo histórico da capoeira, de extrema importância para a compreensão dessa prática.

(F) Essa afirmação pode confundir alguns alunos, porque a capoeira chegou a ser, de fato, proibida, apesar de já não ser mais. Caso alguns alunos se enganem em relação a esse fato, lembre-os de que a capoeira foi declarada Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade e de que essa prática está presente em diversos ambientes, no Brasil e em outros países.

(F) Os estilos de capoeira são distintos, cada um com sua particularidade, não havendo melhor ou pior. Alguns alunos talvez conheçam mais a capoeira regional, por ela ser mais divulgada, porém é importante enfatizar que realizar movimentos mais rápidos não faz com que um estilo supere o outro. Ambas as práticas merecem respeito.

(F) Elas possuem, sim, distinções. É importante que os alunos compreendam isso, pois, mesmo sendo parte de uma mesma manifestação cultural, os dois estilos de capoeira possuem correntes orientadoras diferentes.

Questão 4

Espera-se que o aluno responda que: (**a**) a escalada artificial pode ocorrer em ginásios de escalada e em muros de academias, além de existirem paredes coloridas de escalada em parques, escolas, clubes e salões de festas infantis; e que (**b**) a escalada em *boulder* consiste em escalar pequenos blocos de pedra, prática em que o uso de equipamentos, como corda, cadeirinha e proteções, dá lugar a pequenos colchões, e a segurança é proporcionada pelo apoio de um colega.

Questão 5

Resposta: Alternativa **C**.

Espera-se que o aluno consiga lembrar, com base nas aulas e em suas pesquisas, que a escalada artificial teve origem na extinta União Soviética. Caso marquem outra alternativa, releia a questão e mostre a eles as incoerências existentes nas outras afirmativas: (**a**) freios, cordas, capacete, sapatilha etc. também são importantes equipamentos de segurança; (**b**) no Brasil não há incidência de neve, por isso não existe esse tipo de escalada por aqui; a cordilheira mais próxima é a dos Andes; (**d**) em qualquer tipo de PCA deve sempre haver preocupação com os riscos e a segurança do praticante.

Questão 6

Espera-se que o aluno responda que as vias são os caminhos a serem percorridos na escalada, a fim de se atingir um objetivo (em geral, alcançar um cume) – em outras palavras, é uma espécie de trilha, como ocorre na caminhada; e que as agarras são degraus, cristais e outras saliências usados como apoio para pés e mãos no intuito de dar suporte para o escalador completar seu percurso.

Questão 7

Resposta: Alternativa **C**.

As demais alternativas não correspondem corretamente ao conceito desenvolvido durante as práticas de ensino. É fundamental que o aluno não confunda o conceito de resistência aeróbia com os conceitos de capacidades físicas, como força, velocidade e flexibilidade, desenvolvidos em outras sequências didáticas.

Questão 8

Resposta: Alternativa **D**.

Essa alternativa apresenta exemplos de exercícios físicos que exigem resistência aeróbia. É importante verificar se os alunos conseguem relacionar o conceito desenvolvido em aula com exemplos de atividades aeróbias.

Questão 9

Espera-se que os alunos descrevam as sensações corporais e as alterações fisiológicas sentidas durante os exercícios físicos, entre as quais: aumento da frequência cardíaca, da ventilação pulmonar, do fluxo sanguíneo nos músculos esqueléticos e da temperatura corporal, além de fadiga ou cansaço corporal. Os alunos poderão utilizar uma linguagem própria para expor as sensações corporais que tiveram durante os exercícios físicos.

Questão 10

Para essa questão, espera-se que o aluno elabore pelo menos duas atividades (exercício físico, jogo ou esporte) que enfatizem a resistência aeróbia. A intenção é que consigam descrever o que eles aprenderam e experimentaram durante as práticas de ensino, com exemplos coerentes com a capacidade física.