AMOSTRA GRÁTIS

EDUCAÇÃO FÍSICA

FUNDAMENTAL 2

NUVEM KIDS

BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR

ATENÇÃO!

Essa é apenas uma amostra para você se familiarizar com nosso material.

Nosso material contém **500 páginas de ATIVIDADES PARA EDUCAÇÃO FÍSICA - 6° ao 9°° ano FUNDAMENTAL 2**

NUVEM KIDS

CONHEÇA OS CONTEÚDOS

6º ANO

-Os Jogos Eletrônicos
-Evolução Do Videogame Nos Anos 40, 50 e 60
-Evolução Do Videogame Nos Anos 70, 80 e 90
-O Vício Eletrônico
-A Importância Da Natação Na Educação Física
-Esportes De Marca E Paralímpicos
-A Natação Nos Jogos Olímpicos
-Ginástica
-Ginástica Acrobática
-Floorball
-Pesquisa
-Dança De Rua
-Dança De Salão
-Basquete
-Construindo, Reparando E Fortalecendo O Corpo
-Qual A Importância Da Água?
-Exercício Físico X Atividade Física
-Os Movimentos Do Corpo: O Cérebro
-Consciência Corporal
-Ginástica De Condicionamento Físico
-Esporte Cooperativo E Esporte Competitivo
-Jogos Competitivos
-Esporte Adaptado: A Importância E Os Desafios

7º ANO

-A Nova Pirâmide Alimentar
-As Capacidades Do Movimento
-Humano:A Agilidade
-A Educação Física
-Regulando O Funcionamento Do Corpo
-O Handebol
-O Futsal
-Prática Excessiva Dos Exercícios
-Físicos
-Transtornos
-Dança De Salão
-Esportes De Invasão
-Prática Corporais De Jogos
-Beisebol No Brasil
-Futebol Americano
-A Linguagem Do Corpo

CONHEÇA OS CONTEÚDOS

8º ANO

-Os Jogos Eletrônicos
-Entrevista
-Esportes De Marca E Paralímpicos
-A Natação Nos Jogos Olímpicos
-Tênis De Mesa
-Desafiando E Adaptando: Da Lógica
-Interna Dos Esportes De Invasão Ao
-Floorball
-Movimento, Ritmo E Expressividade
-A Dança
-Dança De Rua
-Voleibol
-Construindo, Reparando E Fortalecendo O Corpo
-Qual A Importância Da Água Para O Corpo?
-Os Movimentos Do Corpo: O Cérebro
-Os Sentidos E Os Movimentos
-Humanos
-Futebol
-Esporte Cooperativo E Esporte
-Competitivo
-A Importância Da Higiene Corporal
-Alongamento E Aquecimento
-Esporte Adaptado
-Ginásticas
-Esporte Adaptado: A Importância E Os Desafios

9º ANO

-Práticas Corporais De Aventura
-Esportes De Execução Com Alto Risco Físico
-Skate
-Esportes Radicais No Brasil
-Luta Não É Violência: A Importância Das Lutas Nas Aulas De Educação Física
-A Capoeira Karatê Jiu Jitsu, Judô, Kung Fu, Muay Thai, Boxe
-A Educação Física E O Tema Transversal: Meio Ambiente
-A Pandemia E A Saúde
-A Água E O Esporte
-Inclusão No Esporte
-Educação Física Como Um Meio Para
-A Inclusão Social E Qualidade De Vida

NOME:_____

DATA: ____/____/____

- A cidade de Brotas, em São Paulo, tem notoriedade nas categorias do rafting, arvorismo, rapel e escaladas. Outro local que também é referência destas modalidades é na fronteira entre Brasil e Argentina, em Foz do Iguaçu, no Rio Iguaçu.
- Em Blumenau, Santa Catarina, a atividade de mountain bike é a marca registrada.
- Ondas grandes com alto risco físico são encontradas em pelo menos três cidades brasileiras. No litoral norte do Rio Grande do Sul, na Ilha dos Lobos, o cenário é incrível para a prática do surf. Lá, as ondas chegam a cinco metros. Outro local também indicado é a praia da Vila, em Imbituba, Santa Catarina; além de Cacimba do Padre, na paradisíaca ilha de Fernando de Noronha, em Pernambuco.
- A Pedra da Gávea, no Rio de Janeiro, é um belo local para o voo livre.
- O motocross é destaque em Marília, interior de São Paulo. Considerado um esporte novo na categoria radical, já possui destaque brasileiro nas competições internacionais.

https://www.educamaisbrasil.com.br/enem/educacao-fisica/esportes-radicais

https://papodehomem.com.br/15-lugares-para-praticar-esportes-radicais-no-brasil/

(EF89EF19) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, Valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental.

NOME:_____

DATA: ____/____/____

O JUDÔ

_____ _____

_____ _____

(EF89EF17) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas

AMOSTRA GRÁTIS

NOME:_____

DATA: ____/____/____

5- O inventor do tênis de mesa foi o inglês:

a) Graeme Harmond.
b) James Gibb.
c) Graham Bell.
d) Charles Miller.

A mesa

6- O tênis de mesa é praticado oficialmente numa mesa que possui as dimensões de:

_____

_____

(EF67EF03) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

AMOSTRA GRÁTIS

NOME:_____

DATA: ____/____/____

PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA

As práticas corporais de aventura exploram-se expressões e formas de experimentação corporal centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. Algumas dessas práticas costumam receber outras denominações, **como esportes de risco, esportes alternativos e esportes extremos.**
Podemos diferenciá-las com base no ambiente de que necessitam para ser realizadas:

https://profpaulojunior.santarosa.ifc.edu.br/wp-content/uploads/sites/20/2019/02/Apresenta%C3%A7%C3%A3o-Slackline_2019-1.pdf

Urbanas

Natureza

(EF89EF19) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental.

NOME:_____

DATA: ____/____/____

A NATAÇÃO NOS JOGOS OLÍMPICOS

Nado de peito

No estilo peito, os nadadores devem nadar com o corpo mantido sobre o peito, com as mãos sendo lançadas para frente a partir do peito (abaixo ou sobre a água) e os cotovelos abaixo da água. O atleta deve combinar uma braçada e uma pernada a cada ciclo, com todos os movimentos dos braços simultâneos e horizontais, sem movimentos alternados.

Regras principais:

- Após a saída e em cada volta, o nadador pode realizar uma filipina.
- A cabeça deve romper a superfície antes que as mãos virem para dentro na parte mais larga da segunda braçada. Durante cada ciclo completo, alguma parte da cabeça do nadador deve quebrar a superfície da água.
- As mãos não podem ser trazidas para trás além da linha dos quadris. Os pés devem estar virados para fora durante a parte propulsiva da pernada.
- Não é permitido ficar na posição de costas em nenhum momento, exceto após o toque na parede na volta.
- Na volta, é permitido girar de qualquer maneira. Não é permitido tomar impulso no fundo da piscina. O nadador deve fazer o toque na parede com às duas mãos separadas e simultaneamente e em seguida voltar para posição sobre o peito assim que deixar a parede.

Nado borboleta

No nado borboleta, nadadores erguem os braços simultaneamente à frente por sobre a água e trazidos para trás simultaneamente por baixo da água durante todo o percurso. As pernadas são simultâneas, sendo proibido alterná-las.

Regras principais:

(EF67EF03) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

NOME:_____

DATA: ____/____/____

Exercícios...

Preencha as lacunas do texto com as respectivas palavras listadas abaixo:

Saúde - energético - excessivo - aprendizado - supervisão - sedentarismo

Os jogos eletrônicos com sensor estimulam o

_____ e ajudam os adolescentes saírem do

_____, pois são estimulados a se movimentarem mais e até despertam a vontade de praticar aquele esporte. Entretanto, os jogos eletrônicos simulam exercícios físicos, contudo não substituem a prática real, mesmo proporcionando um gasto.

_____ significativo ao jogador, a falta de

_____ ou o uso _____ do game pode acarretar

danos à _____.

(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

AMOSTRA GRÁTIS

NOME:_____

DATA: ____/____/____

Figura 4: vício em jogos eletrônicos (CHARGE... 2018)

Quando o jogo se torna um vício, ele pode causar vários problemas em seus usuários (Figura 4), um deles é o grande investimento que o jogador coloca em seu jogo, podendo gastar até mais do que é necessário, apenas para conseguir destaque no game. Outros efeitos negativos são o cansaço físico e o mental, causados pela diminuição ou falta do sono noturno, interferindo na produtividade intelectual, atenção e convívio social.

Alguns pesquisadores ainda dizem que o vício em jogos pode ser comparado ao vício em álcool e drogas, pois possuem efeitos semelhantes no cérebro humano, como mostrados nas pesquisas a seguir:

Jogos de celular e computador que instigam o vício pode ter efeito similar ao abuso de drogas ou alcoolismo no cérebro infantil, revelou uma série de estudos realizados pela Universidade Estadual da Califórnia, nos Estados Unidos. De acordo com o Daily Mail, exames de ressonância magnética mostraram que o cérebro de jovens que utilizam com muita frequência o videogame e as mídias sociais exibe as mesmas mudanças de função e estrutura que as dos alcoólatras ou viciados em drogas. (VEJA, 2018)

(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

NOME:_____

DATA: ____/____/____

Ginástica de Trampolim

Você pode conhecer o Trampolim utilizado nessa modalidade como cama elástica. O ginasta realiza acrobacias no ar se impulsionando pelo trampolim. Os saltos e acrobatismos exigem extrema coordenação por parte do ginasta.
Sua origem é incerta, mas há algumas evidências que apontam para os espetáculos franceses, nos quais os artistas utilizavam uma espécie de cama elástica para realizarem saltos.

Hoje em dia, em competições, as provas disputadas são: duplo mini trampolim, trampolim individual, trampolim sincronizado e tumbling.

Ginástica Aeróbica

A Ginástica Aeróbica se assemelha bastante com uma coreografia de dança. A partir de uma música e seu ritmo, movimentos aeróbios são executados em uma sequência dinâmica.
Podem ser mesclados passos básicos, movimentos de braços, com alto ou baixo impacto. É feito de forma que interprete a música.

(EF67EF08) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas por sua prática.

NOME:_____

DATA: ____/____/____

FONTE: https://www.amaralnatacao.com.br/natacao-saiba-quais-sao-os-tipos-de-nado/

- Marque a opção CORRETA, em relação aos estilos (tipos) de nado, representados na imagem nos números 1, 2, 3 e 4 respectivamente:

(A) Crawl , borboleta, costas e peito.

(B) Crawl , peito, costas e borboleta.

(C) Costa, peito, crawl e borboleta.

(D) Peito, crawl , costas e borboleta.

- Explique o nado livre (crawl):

_____

_____

_____

_____

(EF67EF03) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

NOME:_____

DATA: ____/____/____

Responda...

1- É possível uma pessoa se viciar em jogos?

_____

2- Você conhece alguém assim? Se sim, em que tipo de jogo ele (a) é viciado (a)?

_____

_____

_____

3- O que é CID ?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

4- Quem faz o diagnóstico desse transtorno?

_____

5- Faça uma pesquisa sobre os possíveis tratamentos de pessoas com vícios em jogos. Relate em seu caderno.

(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

AMOSTRA GRÁTIS

NOME:_____

DATA: ____/____/____

As limitadas placas de circuito impresso da primeira geração deram lugar a jogos completos armazenados em cartuchos, enquanto aqueles botões pesados se tornaram controles direcionais.

3ª Geração (1984 a 1990): depois do crash dos videogames de 1983, companhias japonesas apresentaram os videogames de 8 bits, buscando retomar um mercado destruído e dominado pelos árcades. Nesta geração, empresas como Nintendo e Sega buscam reafirmação.

4ª Geração (1990 a 1996): também conhecida como a guerra dos consoles, essa geração foi marcada pelo advento dos consoles de 16 bits e pela disputa das empresas, que conduziam a estratégia com franquias e ações de marketing agressivas.

5ª Geração (1996 a 1999): termina a era dos consoles de 32 e 64 bits, encerrando o ciclo da evolução dos jogos eletrônicos orientada por arquitetura de processador. Essa geração é marcada pela manutenção de franquias e entrada de novos fabricantes, como a Sony e a mídia de CD.

6ª Geração (1999 a 2004): os cartuchos saem de cena e o DVD passa ser o novo padrão dos consoles de mesa, voltando o foco para os jogos online e as convergências tecnológicas. Os consoles passam a oferecer um processamento com performance comparável aos computadores pessoais.

7ª Geração (2004 a 2011): na tentativa de se destacar e oferecer uma experiência única para os usuários, os consoles de mesa se tornam máquinas de performance de 128-bits e total conectividade com serviços de internet. Novas formas de interação com os usuários são pensadas para engajar os usuários.

(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

Agora que tal adquirir todo material completo com um desconto imperdível?

Clique no botão abaixo para comprar o nosso material completo com **500 Páginas de Atividades de EDUCAÇÃO FÍSICA-** Fundamental 2

de ~~R$ 147~~ por apenas R$ 57,90

ADQUIRIR AGORA

NUVEM KIDS

Nuvem KIDS © 2025
Todos os direitos reservados