

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome:		Data: __/__/2020
Unidade Escolar:		Ano: 3º ano
Componente Curricular: Educação Física.		
Tema/Objeto do Conhecimento: Práticas Corporais de Aventura.		
<p>Habilidades: (GO-EF03EF22) Retomar os valores e atitudes com vistas à sustentabilidade, analisando as condições adequadas para o desenvolvimento das práticas corporais de aventura no meio urbano e na natureza, observando a segurança dos participantes e os impactos ambientais.</p>		

Olá, crianças, como vocês estão? Espero que bem e dispostas a conhecerem novas práticas corporais.



Fonte da imagem: <https://www.apuamarafting.com.br/tag/arvorismo>, acesso em: 12/11/2020.

Na aula de hoje, vamos conhecer um pouco das práticas corporais de aventura. Essas práticas podem ser praticadas na natureza, denominadas de práticas corporais de aventura na natureza ou nas cidades, quando são denominadas de práticas de aventura urbanas. Temos como

exemplo de práticas corporais de aventura urbanas o skate, patins, bicicleta, parkour dentre outros, e como exemplo de práticas de aventura na natureza temos o surfe, alpinismo, montanhismo, ciclismo de montanha, etc. E nessa aula vamos falar do Arvorismo, já ouviram falar?

Essa prática corporal de aventura nos proporciona diversão, superação e muito contato com a natureza. O Arvorismo nada mais é do que uma travessia em um percurso suspenso com vários tipos de obstáculos entre as copas das árvores. Essa atividade pode ser praticada apenas para contemplar a natureza ou como uma prática esportiva. E para praticar essa aventura não é necessário ter experiência ou ser um atleta, basta ter coragem e vontade de conhecer e superar novos desafios. Preparados? Então vamos lá!

ATIVIDADE 1 - Assista ao vídeo sobre arvorismo, acessando o link abaixo. Aproveite e chame todo o pessoal da sua casa para ver junto com você, e se não conseguir assistir ao vídeo, essas imagens abaixo nos darão a ideia de como é a prática do arvorismo.

<https://www.youtube.com/watch?v=IAZbUrNRy7I>



Fonte das imagens, acessadas em: 12/11/2020.

<https://www.bonitour.com.br/bonito/passeio/cabanas-arvorismo?lang=pt-br>

<https://bonitobrasiltur.com.br/bonito/passeios/aventura/arborismo-cabanas/>

ATIVIDADE 2 - Agora que assistiram ao vídeo e já conhecem um pouquinho mais dessa prática de aventura, vamos refletir a partir do vídeo e das imagens; convide as pessoas de casa para pensarem juntamente com você.

a) Você ou alguém da sua família já praticou o arvorismo? Em qual lugar realizaram essa aventura?

b) Para praticar o arvorismo necessitamos de alguns equipamentos de segurança. Quais foram os equipamentos de proteção e segurança que puderam perceber no vídeo?

c) Agora, se você nunca praticou o arvorismo, vou deixar outras perguntas. Você já subiu em uma árvore? Já brincou em um balanço feito em uma árvore? Deixe aqui o seu relato.

ATIVIDADE 3 - O Arvorismo nos proporciona várias sensações e emoções, tais como: o medo de altura, a alegria de superar novos desafios, a coragem para controlar os nossos medos, sem falar da ótima sensação de estar em contato com a natureza. Pensando nisso vamos responder a questão abaixo.

a) Você já teve alguma experiência corporal que ativou em você emoções e sentimentos parecidas ou iguais a essas? Conte aqui como foi a sua experiência.

ATIVIDADE 4 - Chegou a hora do nosso momento artístico. Vamos colorir?



ARVORISMO

Fonte da imagem: <https://www.smartkids.com.br/>, acesso em: 12/11/2020.

Até a próxima atividade!!