

## ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome:		Data: ___/___/2020
Unidade Escolar:		Ano: 4º ano
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física.		
<b>Tema/Objeto do Conhecimento:</b> Lutas - Lutas do contexto comunitário e regional.		
<b>Habilidades:</b> <b>(GO-EF04EF21)</b> Analisar características histórico-culturais, valores, normas, objetivos e fundamentos presentes nas lutas do contexto comunitário e regional e de matriz indígena e africana.		

**Olá, crianças, tudo bem com vocês?! Espero que sim e que estejam bem animadas para conhecerem e aprenderem um pouco mais.**

Na aula de hoje continuaremos a falar sobre as lutas. Lembram-se de que aprendemos um pouco mais sobre a capoeira? Gostaram de saber um pouco da história dessa luta? E para a aula de hoje iremos conhecer outra luta brasileira que se chama Luta Marajoara.



Fonte das imagens: <http://esportemarajoara.blogspot.com/2014/04/tradicao-e-arte-na-luta-marajoara.html> e <https://www.youtube.com/watch?v=eoWaSo5HUBs>, acesso em:24/11/2020.

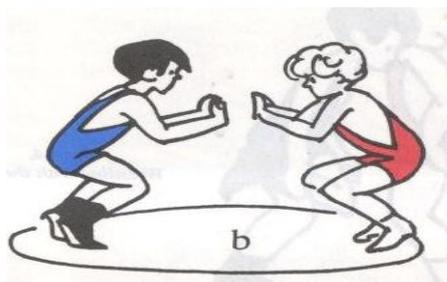
**ATIVIDADE 1** - A Luta Marajoara tem um estilo de luta corpo a corpo, foi criada e é muito praticada no norte do Brasil. O objetivo dessa luta é fazer o adversário encostar as costas no chão. E essas lutas sempre acontecem na areia ou em local de terreno macio para evitar que os participantes se machuquem. Oriunda das práticas de lazer dos caboclos da região do Arari, na ilha do Marajó, essa

luta ainda sofreu influência das brigas de búfalos. É isso mesmo! O búfalo é um animal oriundo da Ásia, e os primeiros foram introduzidos no Brasil através da ilha de Marajó, em 1895, dando início à formação do rebanho brasileiro. Hoje, na ilha de Marajó, é onde está concentrada a maior quantidade de búfalos do Brasil. Diante dessas informações, realize uma breve pesquisa sobre essa luta, traga mais detalhes sobre o seu surgimento e suas influências na Ilha de Marajó, pesquise também sobre essa luta na modalidade profissional.

**ATIVIDADE 2** - Agora que já sabemos um pouco da história dessa luta, vamos colocar nosso corpo em movimento? Antes de qualquer atividade física é muito importante nos alongarmos, então seguindo seus conhecimentos prévios nesse assunto, realize um breve aquecimento e alongamento antes da próxima atividade.

**ATIVIDADE 3** - Essa atividade consiste em usarmos um dos movimentos iniciais da Luta Marajoara que é a base da luta. Então chame alguém da sua casa para te ajudar e fazer essa atividade com você; garanto que irão se divertir.

1. Você e a sua/seu parceiro(a) de treino irão ficar frente a frente, dentro de uma área determinada, que pode ser um círculo, adotando uma postura de semi-agachamento, tocando as mãos espalmadas, como sugere a imagem abaixo, e tentar desequilibrar seu parceiro de treino, ou movê-lo para fora da área determinada por vocês;



Fonte da imagem: <http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=413>, acesso em: 24/11/2020.

2. Depois de vivenciar essa atividade vamos para uma prática cooperativa, usando a mesma área determinada e a mesma postura da atividade 1; vamos agora simplesmente experimentar o

equilíbrio segurando o peso do nosso parceiro de treino. Primeiro um e depois o outro. Incline-se para a frente, com as mãos espalmadas e apoiada nas mãos do seu parceiro de treino projetando o seu peso para que ele segure, permaneça nesse equilíbrio por 5 segundos e depois segure você o peso do seu parceiro.



Fonte da imagem: [https://br.freepik.com/vetores-premium/empurrando-silhuetas\\_4682854.htm](https://br.freepik.com/vetores-premium/empurrando-silhuetas_4682854.htm), acesso em:24/11/2020.

**Diálogo com o(a) educador(a) para uma formação integral:** Olá, educador(a), essas atividades estão dialogando com o corte temporal do DC/GO para que lhes tragam inspirações para compor suas aulas dentro do desenvolvimento esperado em cada período. Estima-se também a intenção do desenvolvimento integral do estudante, trazendo aspectos que fazem os estudantes buscarem referências através da pesquisa e posteriormente trazer a vivência para o seu corpo, assimilando o conteúdo de forma lúdica e descontraída. Estamos disponíveis para construir e pensar juntos e juntas, nos envie um e-mail com sugestões ou até mesmo críticas: [praticascorporaisipeartes1@gmail.com](mailto:praticascorporaisipeartes1@gmail.com)

Até a próxima atividade!!