ESCOLA: MUNICIPAL PROF. JOÃO BAPTISTA

PROFESSOR (A): PAOLA ANDREA TONIAZZO GARCIA **TURMA(S):** 2 FASE
ENSINO FUNDAMENTAL II **TURNO:** NOTURNO
ALUNO(A): _____

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA
PERÍODO: : 03/08 04/08
QUANTIDADE DE AULAS: 02

OBJETOS DE CONHECIMENTO:
Práticas corporais de aventura

HABILIDADES:
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

ATIVIDADE 01
LEITURA E COMPREENSÃO

Análise e Compreensão

Para conhecer o *slackline*

Cássaro (2011)[48] coloca que, apesar da semelhança com a "corda bamba", portanto, ligada à secular arte circense, o *slackline* surgiu no início da década de 1980 com praticantes de escalada na Califórnia, nos Estados Unidos, quando, por motivos climáticos, eles não podiam escalar. Para não ficarem desanimados, um grupo de escaladores resolveu esticar suas fitas tubulares (que ancoram as cordas) e fixá-las em pontos distintos, utilizando as técnicas de ancoragem. Em seguida, seus integrantes começaram a se equilibrar sobre essas fitas colocadas horizontalmente e perceberam que essa prática melhorava o desempenho na escalada.

O *slackline* consiste, basicamente, em fixar uma fita, que varia entre 2,8 cm e 5 cm de espessura, atualmente construída especificamente para a modalidade, em dois pontos distintos (as distâncias variam), estendendo-a até ficar bem tensionada. O praticante deve se equilibrar nela, o que exige concentração e propriocepção[49]. Os *kits* de *slackline* contam com manuais, catraca para tracionamento e proteções para a fita (CÁSSARO, 2011)[50].

Há várias modalidades no *slackline*, as quais são determinadas pelo comprimento da fita, o ambiente e as manobras realizadas em sua prática. Recomenda-se, na escola, o *trickline*, modalidade que é realizada em uma fita cujo comprimento varia de 7 m a 15 m. Ela deve ficar próximo ao solo (entre 30 cm e 1 m de altura) e bem tensionada. De preferência, coloque-a em um local gramado, com areia ou colchões, para amenizar as quedas.

Em outras modalidades, como o *longline*, o comprimento da fita supera os 20 m. No *waterline*, ela é estendida sobre piscinas, rios, lagos e mar. No *highline*, a fita é colocada acima de 5 m de altura.

ATIVIDADE 02

1 – Qual a origem do slackline?

_____
_____
_____
_____

2 – Descreva um modalidade do slackline:

_____
_____
_____
_____

3 – Quais os beneficios da prática da modalidade do slackline?

_____
_____
_____
_____

REFERÊNCIA: Práticas corporais: educação física: 6 e 9 anos: manual do professor / Suraya Cristina Darido...[et. al.] – 1. ed. – São Paulo: Moderna, 2018.

ESCOLA: MUNICIPAL PROF. JOÃO BAPTISTA

PROFESSOR (A): PAOLA ANDREA TONIAZZO GARCIA **TURMA(S):** 2 FASE
ENSINO FUNDAMENTAL II **TURNO:** NOTURNO
ALUNO(A): _____

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA
PERÍODO : 10/08 11/08
QUANTIDADE DE AULAS: 02

OBJETOS DE CONHECIMENTO:
Práticas corporais de aventura

HABILIDADES:
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

ATIVIDADE 01
LEITURA E COMPREENSÃO

A origem dos esportes de aventura surgiu no final da década de 80 e no início da década de 90, quando viraram moda os esportes que os adultos praticavam como o paintball, o surf, o skydiving, o alpinismo, o paraquedismo, o montanhismo, hang gliding e bungee jumping, o montain bike e o trekking. Antes eram esportes praticados por um pequeno grupo de pessoas, se tornaram extremamente populares em um curto espaço de tempo, e foram ganhando muitos adeptos ao redor de todo o mundo. Uma grande característica dessas atividades acaba se tornando semelhante ao ponto de vista de muitas pessoas, que é a capacidade desses esportes em causar a aceleração da chamada adrenalina o que acaba proporcionando prazer aos praticantes. Já para muitos que praticam esportes de aventura é uma filosofia de vida buscar alternativas para desafiar constantemente o corpo e mente.

DIFERENÇAS ENTRE RADICAIS E DE AVENTURA

AVENTURA: Realizadas em ambientes naturais (ar, água, neve, gelo e terra), como exploração das possibilidades da condição humana.

RADICAIS: Realizadas em manobras arrojadas e controladas, como superação de habilidades de desafio extremo.

Esportes de aventura:

Os termos esporte radical, de aventura ou de ação são usados para designar desportos com maior grau de risco físico, dado às condições de altura, velocidade ou outras variantes em que são praticados. Tais desportos são assim considerados por oferecerem mais riscos do que os desportos em geral, o que os torna mais emocionantes, já que exigem um maior esforço físico e maior controle emocional. No início, eram considerados desportos radicais a prática do paraquedismo, snow board e voo livre. Com o tempo, atividades como o tricking, rafting, trekking, cannoying, verticália, entre outras, foram incorporadas à lista dos desportos de aventura. Os esportes de aventura também podem estar relacionados a desportos na natureza, por envolverem escaladas, trilhas, montanhismo.

No Brasil, existe o registro de acidentes fatais em que atletas ou indivíduos se arriscaram na pratica de esportes de aventura ou radicais como rapel, rafting, asa-delta, parapente, banana boat e andar de bugue. Imaginem, então, o risco que não se corre quando se escala uma montanha ou quando atletas participam de competições arriscadas, como é o caso da brasileira Laís Souza, que sofreu acidente grave de esqui.

Os esportes radicais oferecem ao seu participante, além de correr riscos (e principalmente o risco de morte), a emoção da adrenalina (hormônio que o organismo libera diante das situações de medo e excitação). Quem pratica, descreve sentimentos de liberdade, de emoção, de aventura, de êxtase e de superação de seus limites. Mas limites e cuidados é o que requer qualquer atividade física, ainda mais para quem pratica esportes radicais. É importante manter-se ativo, mas sempre com cautela. A vida, certamente, vale muito mais a pena ser vivida com muita adrenalina em território certo, explorando os nossos limites com respeito e superando a cada obstáculo. Por isso, praticar esportes radicais com segurança é fundamental.

ATIVIDADE 02 – De acordo com o texto responda

01- Defina a origem dos esportes de aventura.

-

_____
_____
_____
_____

02- Quais as diferenças dos esportes de aventura dos esportes radicais?

_____
_____
_____
_____

03 – Que medidas podem ser tomadas para evitar acidades nos esportes de aventura?

_____
_____
_____
_____

Disponível em < http://tudosaladeaula.blogspot.com/2019/05/atividade-de-educacao-fisica-esportes.html#:~:text=A%20origem%20dos%20esportes%20de,montain%20bike%20e%20o%20trekking.>