



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE PRAIA GRANDE

Estado de São Paulo
SEDUC - Secretaria de Educação

ATIVIDADE 1

PONTE DO SABER



Disciplina: Educação Física

5º a 8ª séries (EJA)

GINÁSTICAS



Sentidos e Significados da Ginástica

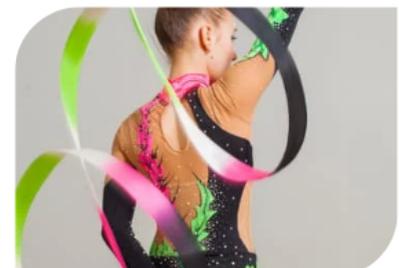


Você consegue identificar diferentes tipos de Ginástica realizadas nas praias, praças, academias, ginásios e outros espaços? Sabe qual a origem e significado do termo Ginástica?

Para poder responder a essas perguntas, é preciso aprofundar o estudo sobre o tema, pois a área da Ginástica é muito ampla.

A origem da palavra Ginástica vem do grego “Gymnastiké”, que significa a arte de fortificar o corpo e dar-lhe agilidade. Ao longo dos séculos, o uso da palavra foi se adaptando a contextos diferentes, mas sempre associada ao exercício físico. A influência na Educação Física Escolar foi tão grande que, durante algum tempo, as próprias aulas eram chamadas de Ginástica.

Hoje, a Ginástica pode ser compreendida e classificada de diversas formas. Observe as figuras a seguir:





PARA REFLETIR:

Quais as possibilidades de práticas você observou nas imagens? Que outras formas de Ginástica você conhece? No seu bairro, há espaços destinados à prática de ginástica? Essas práticas são acessíveis a todos? Como a Ginástica pode melhorar sua qualidade de vida?

Referência:

VIEIRA, Martha. A importância da ginástica enquanto conteúdo da Educação Física escolar. Efdeportes.com. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd180/a-importancia-da-ginastica.htm>> Acesso em: 28 de fevereiro de 2023.

DE ACORDO COM O TEXTO, RESPONDA:

1. A origem da palavra Ginástica vem do grego “Gymnastiké” e significa:
 - A. () A arte de fortificar o corpo e dar-lhe agilidade.
 - B. () Esporte, em grego.
 - C. () O mesmo que Educação Física.

2. Sobre a Ginástica, é correto dizer que:
 - A. () Pode ser classificada em ginástica rítmica e acrobática, apenas.
 - B. () Pode ser feita apenas por pessoas com boas condições econômicas.
 - C. () É uma área ampla e existem diversos tipos de ginástica.