



# MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE PRAIA GRANDE

Estado de São Paulo  
SEDUC - Secretaria de Educação

## ATIVIDADE 01

# PONTE DO SABER



Disciplina: Educação Física

7º ano do Ensino Fundamental

## Esportes de invasão



Basicamente, são modalidades esportivas em que as equipes tentam ocupar o setor da quadra ou campo defendido pelo adversário para marcar pontos (gol, cesta), ao mesmo tempo em que têm que proteger o seu próprio campo.

Entre os esportes mais conhecidos estão: *futebol*, *handebol*, *rúgbi*, *basquete*, *futsal*, *futebol americano*, *hóquei* e *polo aquático*. Além de conduzir o objeto até o local, os esportes também possuem como elemento principal: a *estratégia*. A estratégia é importante uma vez que também é necessário proteger a quadra de invasões, planejar posicionamentos, passes e ataques. A seguir, alguns exemplos e características principais dos esportes de invasão:

**Futebol** - é o esporte mais popular no Brasil, difundido entre todas as classes sociais, gêneros e idades. O jogo possui dois times de 11 pessoas, sendo uma delas, o goleiro, responsável por proteger o gol. Em uma partida de dois tempos de 45 minutos, os times devem tentar levar a bola com os pés, ombro, peito ou cabeça até o gol, posicionado no final do campo;

**Handebol** - é muito praticado em escolas, devido ao aproveitamento das quadras de futebol de salão, uma vez que se fundamenta no futebol. Os jogadores tentam marcar o gol com as mãos, somente o goleiro pode utilizar os pés para tocar na bola. Cada equipe é formada por sete jogadores. A partida é composta de dois tempos de trinta minutos.

**Rúgbi** - foi criado na Inglaterra, em 1823, e consiste em duas equipes, cada uma com 7 a 15 participantes, com o objetivo de alcançar a trave em formato de H, localizado na extremidade do campo. Os jogadores podem usar as mãos ou os pés, além de derrubar os adversários;

**Futebol americano** - é uma versão estadunidense do rúgbi, com dois times de 11 jogadores (sendo um responsável pelo ataque), que devem tentar conduzir a bola ovalada até a trave em formato de H;

**Basquete** - foi criado em 1891 para ser jogado durante o inverno, por isso, é realizado em uma quadra interna. O jogo consiste em dois times de cinco pessoas que devem quicar a bola no chão com uma mão até arremessar à cesta no fundo da quadra. Uma partida tem quatro tempos de 10 minutos e um intervalo de 15 minutos na metade;

**Polo aquático** - surgiu na Inglaterra em 1876, sendo chamado inicialmente de futebol aquático. Cada equipe possui sete jogadores, que devem conduzir a bola nadando em uma piscina de 30x20 metros, usando apenas uma mão ou a testa, até o gol. Cada partida possui quatro tempos de oito minutos;

**Hóquei** - o objetivo do jogo é conduzir um disco de borracha usando um taco até o gol, com as equipes de seis pessoas patinando. Também pode ser praticado numa quadra de gelo.

Para saber mais, acesse o *link*: <https://www.youtube.com/watch?v=do7eaiG0Glc>

Fonte: adaptado de <https://escolaeducacao.com.br/esportes-de-invasao/> e <https://mundoeducacao.uol.com.br/educacao-fisica/handebol.htm>

Assinale as *alternativas* corretas:

- a. Os esportes de invasão são modalidades esportivas em que as equipes tentam ocupar o setor da quadra ou campo defendido pelo adversário para marcar pontos;
- b. Futebol, handebol e natação são 3 exemplos de esportes de invasão;
- c. Utilizar estratégias nos esportes de invasão é importante para proteger a quadra de invasões, planejar posicionamentos, passes e ataques;
- d. O hóquei é um esporte de invasão que só pode ser praticado numa quadra de gelo;
- e. No polo aquático a equipe conduz a bola nadando até o campo adversário;
- f. O basquete não pode ser encarado um esporte de invasão, mas de precisão, porque a bola deve ser arremessada na cesta;
- g. O handebol é um esporte de invasão muito praticado em escolas, devido ao aproveitamento das quadras de futebol de salão, uma vez que se fundamenta no futebol;
- h. O futebol americano é uma versão estadunidense do futebol jogado no Brasil;
- i. O futebol é o esporte de invasão mais popular no Brasil, difundido entre todas as classes sociais, gêneros e idades;
- j. Os jogadores de rúgbi só podem utilizar as mãos durante a partida.