



**GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**



Aluno: \_\_\_\_\_  
Escola: \_\_\_\_\_  
Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Ano de Escolaridade: 7º  
Professor (a): \_\_\_\_\_ Disciplina: Educação Física

## **Semana 39: de 16 a 19 de novembro de 2021**

**Conteúdo(s) desenvolvido(s): Jogos de luta e autocontrole.**

**Motive-se! Aprenda!** Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=LjVb9Y3Rlg4>

As brincadeiras de luta representam uma necessidade infantil manifestada principalmente entre os meninos, sendo na maioria das vezes reprimidas e punidas. A proposta é fazer uso de jogos de lutas, nos quais essa necessidade de contato corporal seja suprida de forma organizada e a criança possa expressar seu ímpeto em condições seguras, possibilitando a liberação da agressividade sem deixar de lado o reconhecimento do outro. Afinal, lutar com o outro é, antes de tudo, encontrá-lo fisicamente. Os jogos de combate implicam agarrar, dominar, imobilizar, arrastar, empurrar.

É preciso aceitar ser jogado no chão, ser imobilizado sob o corpo do outro e ser capaz de controlar todas as emoções que decorrem de tais experiências.

### **Exemplos de jogos:**

#### **1. Jogo de posse da bola:**

Em duplas, uma das crianças, em posse da bola, tenta de todas as formas impedir que a outra a tome de suas mãos, em um minuto de disputa. À espera do sinal de início, a ser dado pelo professor, o defensor deve usar o seu corpo para proteger a bola, enquanto o atacante permanece ajoelhado cerca de 50 cm do guardião.

O defensor procura garantir o maior contato corporal possível com a bola, fazendo uso de todo o seu corpo para protegê-la. Pode resistir aos ataques, girando sobre seu próprio corpo e puxando a bola presa pelo adversário. O atacante, por sua vez, age diretamente sobre a bola, tentando agarrá-la e desprendê-la das mãos do colega, puxando-a e empurrando-a. Também pode agarrar o colega e tentar afastar seus braços ou suas mãos.

#### **2. Jogo de deslocamento forçado:**

Em duplas, dentro de um espaço quadrado delimitado, medindo 2m X 2m, uma das crianças tenta, de todas as formas, retirar a outra desse espaço, em um minuto de disputa. À espera do sinal de início, a ser dado pelo professor, as crianças devem permanecer ajoelhadas, no centro do quadrado.

### **ATIVIDADES**

1 - Após a leitura crítica do texto, escreva no seu caderno dois fatores relevantes para a criança em fase escolar experimentar jogos de luta:

---

---

---

---