TRABALHO DE RECUPERAÇÃO 3° TRIMESTRE 2024

ALUNO (A):_____**TURMA:**_____

VALOR: 16,0 **Nota:**_____

TRABALHO ESCRITO (Individual): *Vide* Questões propostas ao final desse Roteiro de Orientações.

Data de entrega: 09/12/2024.

Apresentação Escrita do Trabalho para ser avaliado

- Trabalho Manuscrito (PERGUNTAS E RESPOSTAS EM CASO DE QUESTÃO DE MULTIPLA ESCOLHA A RESPOSTA CORRETA DEVE SER TRANSCRITA NA INTEGRA)
- Trabalho sem capa e sem organização NÃO SERÃO RECEBIDOS.
- Á caneta (azul ou preta)
- Capa contendo Título, Nome do aluno e Série.
- Letra legível
- Organização: margens e parágrafos definidos.

- O trabalho deve ser feito em folha separada desse material.

A nota da disciplina **Educação Física** será recuperada através do trabalho e aula prática (presencial).

Esse trabalho será postado no site (25/11) e deverá ser entregue no SETOR PEDAGÓGICO da unidade do aluno até 09/12.

1) A prática de uma atividade física de forma regular e com orientação de um profissional proporciona inúmeros benefícios à saúde. Diante disso, defina atividade física e fale sobre sua importância na vida de uma pessoa.

_____

_____

_____

_____

2) Como é feita a saída de bola no futsal?

_____

_____

_____

_____

3) Cite dois objetivos da marcação por zona dentro do handebol

1_____

2_____

4) No voleibol o jogador que executa o saque, deve estar em qual posição?
A) ( ) posição número 06
B) ( ) posição número 04
C) ( ) posição número 01
D) ( ) posição número 02
E) ( ) posição número 05

5) Quanto ao toque na modalidade de Voleibol assinale "V" (ALTERNATIVAS VERDADEIRAS) ou "F" (ALTERNATIVAS FALSAS).

A. ( ) cada equipe tem o direito de tocar a bola no máximo duas vezes, além do toque do bloqueio, para devolver a bola.
B. ( ) cada equipe tem o direito de tocar a bola no máximo três vezes, além do toque da manchete, para devolver a bola.
C. ( ) cada equipe tem o direito de tocar a bola no máximo quatro vezes, além do toque do bloqueio, para devolver a bola.
D. ( ) cada equipe tem o direito de tocar a bola no máximo três vezes, além do toque do bloqueio, para devolver a bola.
E. ( ) cada equipe tem o direito de tocar a bola somente uma vez, além do toque do bloqueio, para

6) Em relação ao tamanho da quadra de basquete assinale a alternativa correta:
A ( ) 28 de comprimento por 25 de largura
B ( ) 28 de comprimento por 15 de largura
C ( ) 25 de comprimento por 15 de largura
D ( ) 23 de comprimento por 13 de largura
E ( ) 28 de comprimento por 18 de largura

7) Sabemos que existem vários esquemas táticos de defesa dentro do handebol. Sabendo disso, demonstre em forma de desenho três tipos de DEFESA utilizadas dentro dessa modalidade.

8) O que é e quais são os Fundamentos do Handebol?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

9) São Características Técnicas da Finta no Handebol, **EXCETO**
A) Deslocamento (mudar de um ponto para o outro da quadra)
B) Mudança de direção (se deslocar em direções diferentes)
C) Troca de Ritmo (do lento para o rápido e do rápido para o lento)
D) passe para tracionado

10) O Arremesso é também um dos principais Fundamentos Técnicos do Handebol, é através do arremesso que se marca os gols em um jogo de Handebol. O Arremesso é o ato de lançar a bola em direção ao gol (meta) da equipe adversária. Sabendo que existem vários tipos de arremessos, enumere a segunda coluna de acordo com a primeira.

1. É o tipo de arremesso no Handebol onde um ou os dois pés estão em contato com o solo no momento da execução do arremesso.
2. Nesse tipo de Arremesso o jogador de Handebol realiza um salto e executa o arremesso antes de cair no solo.
3. É o tipo de Arremesso no Handebol onde o jogador projeta uma queda após o arremesso.
4. É o tipo de Arremesso onde após o jogador lançar a bola, é realizado um rolamento, normalmente um rolamento de ombro.

( ) Arremesso com queda
( ) Arremesso em suspensão
( ) Arremesso com apoio
( ) Arremesso com rolamento