**PLANO DE AULA**

| | |
|---|---|
| | CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL DE IOMERÊ<br>Diretora: Marta Maria Falchetti<br>Diretora adjunta: Ana Maria Epeling Turmina<br>Coordenadora: Tânia Gonçalves da Silva Bressan<br>Orientadora: Marinez Zanetti Zago<br>Secretária: Roseli Aparecida Fiuza da Rosa Civiero<br>Professor: Amarildo Zarpelon<br>Disciplina: Educação Física<br>Turma: 7º Ano<br>Data: 27.08.2020 |
| ALUNO: | |
| Tempo previsto para a realização:<br>Até 4,3 Hs - Prazo de entrega: 02.09.2020 | |
| Objetivo da aula: Adquirir conhecimento sobre um esporte em altitude. (perigos e precauções) | |
| Habilidades: Adquirir respeito pela natureza suas belezas e perigos. Tornar a modalidade familiar para quem sabe uma futura prática. | |
| Formas de Avaliação: A avaliação se dará através do retorno das atividades e se as mesmas forem desenvolvidas, e as aprendizagens e/ou habilidades propostas foram alcançadas. | |
| Outros: | |

## ALPINISMO

*Vamos a segunda parte dos esportes em altura, nossa aula hj vai falar sobre o alpinismo:*



Breve história do Alpinismo:

Com o crescente interesse pelas atividades ao ar livre, o Alpinismo vem ganhando cada vez mais popularidade no Brasil, onde recebe também a denominação de Montanhismo. Existe uma diferença entre esses dois conceitos. “Montanhismo” seria a prática de qualquer atividade em região montanhosa, como caminhadas e acampamentos, porém sem a necessidade de grandes esforços e equipamentos específicos. Já o “Alpinismo” se refere ao ato de escalar uma montanha, usando para isso equipamentos e conhecimentos técnicos.

A história do Alpinismo se perde na antiguidade, entre tribos primitivas que adoravam as montanhas como refúgio dos deuses, exércitos que cruzavam cordilheiras em busca de liberdade e poder, poetas e monges que procuravam inspiração entre os picos mais escarpados. A maioria dos resultados destas primeiras experiências foram relatos assustadores, onde o homem se impressionava por fenômenos naturais ainda desconhecidos, aos quais se atribuía uma origem misteriosa, divina, ou até infernal.

A curiosidade humana foi se aguçando em relação às montanhas no século XVIII. O surgimento do iluminismo levou o homem ao desejo de conhecer melhor a si mesmo e ao mundo que o rodeava. Os mares do mundo já haviam sido percorridos, as terras descobertas, mas as grandes cadeias de montanhas estavam praticamente inexploradas. Assim sendo, a conquista das montanhas representava uma forma de se realizar novas experiências e alcançar uma verdade que, até então, parecia ter querido se ocultar do homem.

Este desafio foi aceito por Horace Saussure, naturalista, físico e professor de Filosofia na Universidade de Genebra. Uma montanha constituía para ele uma verdadeira obsessão: o Mont Blanc, de 4.807m de altitude, ponto culminante dos Alpes Europeus, encravado entre a França e a Itália

No Brasil, o primeiro local onde houveram registros do fortalecimento do esporte foi com a escalada da Pedra da Gávea, no século XIX. Desde então, outras conquistas se destacaram, tais como a escalada das Agulhas Negras, em Itatiaia, feita por José Franklin da Silva, que na época foi considerada a maior altitude já alcançada no Brasil: 2.787 metros. Hoje em dia o esporte possui grande reconhecimento, e foi considerado o terceiro melhor esporte para se praticar, segundo a revista Forbes.

É importante saber que a escalada é um esporte considerado radical, que estimula aqueles que buscam desafios, querem superar limites do corpo e não têm medo de obstáculos. Coragem, disposição e equipamentos específicos são pontos que também podem ser listados para a prática. A atividade exige um condicionamento físico elevado, sendo uma combinação de ginástica e agilidade cerebral.

Em um esporte como esse, a escolha dos materiais que serão utilizados é de extrema importância. Por isso é fundamental realizar um mapeamento do que será realizado com antecedência. A época do ano e as condições climáticas também interferem na escolha dos equipamentos, por isso verificar a previsão do tempo é fundamental.

*Agora vamos a atividade:*

1. Leia o texto com atenção
2. Destaque os pontos principais. (faça um pequeno resumo)
3. Faça um comentário contendo sua opinião do assunto.
4. Pesquise principalmente equipamentos usados na modalidade.
5. Comente os principais beneficios desta modalidade.
6. Cite 3 locais no mundo para esta prática
7. Qual é o maior local para a pratica de escalada (pico ou montanha) do Brasil? E do mundo?

Boa atividade a todos.