PLANO DE AULA

	CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL DE IOMERÊ Diretora: Marta Maria Falchetti Diretora adjunta: Ana Maria Epeling Turmina Coordenadora: Tânia Gonçalves da Silva Bressan Orientadora: Marinez Zanetti Zago Secretária: Roseli Aparecida Fiuza da Rosa Civiero Professor: Amarildo Zarpelon Disciplina: Educação Física Turma: 7º Ano Data: 22.10.2020
ALUNO:	
Tempo previsto para a realização: Até 4,3 Hs - Prazo de entrega: 26.10.2020	
Objetivo da aula: Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.	
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:	

KARATÊ

Dando continuidade a série "novos esportes olimpicos". Vamos entender um pouco sobre esta modalidade.Sendo a ultima desta série de esportes olimpicos.

空手

História

A origem do karatê remonta ao passado do arquipélago de Okinawa, quando este ainda pertencia à China, durante a dinastia Ming. O monge indiano Bodhidarma viajou até local para fundar um mosteiro budista. Mas além dos conceitos espirituais, levou também uma técnica de luta sem armas, com objetivo de manutenção da saúde e autodefesa, dando início as artes marciais.

Com o fim da dinastia Ming, Okinawa foi ocupada pelo Japão que proibiu o uso de armas no arquipélago, atraindo mais praticantes para a modalidade, ensinada de maneira secreta. Durante a primeira década do século XIX, o karatê passa a ser praticado com enfoque em educação física.

Da mesma forma como sucedeu com outras artes marciais, o karatê foi introduzido no Brasil com a chegada de imigrantes japoneses no começo do século XX. Mas somente no ano de 1956, Mitsuke Harada (Shotokan) instala o primeiro dojô em São Paulo.

Curiosidades

- O ensino do karatê moderno divide-se em: kihon (técnicas básicas), kata (sequência de técnicas, simulando luta com várias aplicações práticas) e kumitê (combate propriamente dito).

- Muitos filmes apresentaram técnicas da modalidade como Karatê Kid ou tiveram as técnicas representadas nas telas com atores como Chuck Norris e Jean Claude Van Damme.

- O karatê, por sua origem diversa, possui vários estilos. Os reconhecidos pela Federação Mundial de Karatê – WKF, na sigla em inglês – são Shito-ryu, Shotokan, Goju-ryu e Wado-ryu, todos criados na primeira metade do século XX.

- Um dos caratecas mais famosos do Brasil é Lyoto Machida, ex-campeão dos meio-pesados do UFC.

Modalidades

Kata:

Nesta modalidade, não há contato físico. Cinco juízes atribuem pontos ao carateca de acordo com o seu desempenho, com base na execução correta e na velocidade dos movimentos.

Há também as apresentações em trios, em que deve ser observada a sincronia entre os membros da equipe. A competição nesta modalidade lembra o que acontece na ginástica artística.

Kumite

Kumite é a modalidade que coloca dois caratecas em combate. As lutas duram de dois a cinco minutos.

Os pontos são atribuídos aos golpes desferidos variando, inclusive, o valor da pontuação dependendo da área do corpo do adversário que foi atingida.

Vamos a atividade agora:

1) Leia o texto com atenção e faça um pequeno resumo (COM SUAS PRÓPRIAS PALAVRAS). Destacando informações que você considerar importante
2) Qual a origem do Karatê, onde ele foi criado?
3) Quais as modalidades do Karatê que serão apresentada na Olimpíada?
4) No Kumite o que vale mais pontos (golpe) chute ou soco?
5) Qual a habilidade mais importânte no Kata?
6) Assista os vídeos e faça um comentário a respeito.

https://www.youtube.com/watch?v=GduubaTz1qs

https://www.youtube.com/watch?v=sgN7fUGPgMM



Boa atividade a todos.