



ESCOLA \_\_\_\_\_

ALUNO (A) \_\_\_\_\_

Nome completo

3º ANO \_\_\_\_\_

Semana de 09 A 13/11/2020

### ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

#### ORIENTAÇÕES:

- COLOQUE NOME COMPLETO NA FOLHA, LEIA TODAS AS ATIVIDADES E RESPONDA AS QUESTÕES.
- ENVIE FOTO OU VÍDEO DA ATIVIDADE PARA O GRUPO DE WHATSAPP.
- DEVOLVA A ATIVIDADE FEITA PARA SER AVALIADA.

#### CAPOEIRA

A CAPOEIRA É UM JOGO DE DESTREZA MUITO POPULAR. FOI TRAZIDA PARA O BRASIL PELOS ESCRAVOS AFRICANOS. ELA ERA USADA TANTO PARA DEFESA PESSOAL QUANTO PARA DIVERSÃO.

OS MOVIMENTOS ÁGEIS E CADENCIADOS DE ATAQUE E DEFESA ERAM UTILIZADOS PELOS ESCRAVOS NAS BRIGAS E NAS FUGAS, MAS TAMBÉM COMO BRINCADEIRA OU JOGO NAS RARAS HORAS DE DESCANSO. PARA ISSO UTILIZAVAM INSTRUMENTOS MUSICAIS PRÓPRIOS COMO O BERIMBAU, O AGOGÔ, O PANDEIRO, O ATABAQUE, O AFOXÉ E OUTROS.

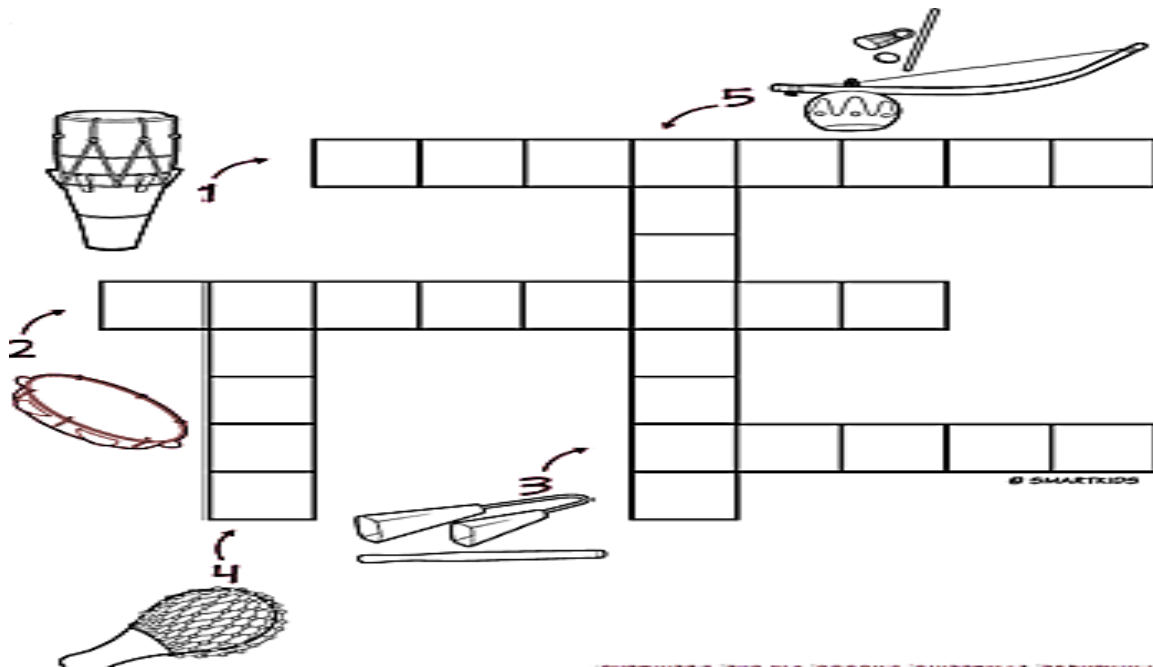
OS ESCRAVOS SE UNIAM E FORMAVAM GRUPOS, O QUE FORTALECIA SUA IDENTIDADE CULTURAL.

ESSA UNIÃO INCOMODAVA SEUS DONOS E FEITORES, POR ISSO A CAPOEIRA PASSOU A SER PROIBIDA NAQUELA ÉPOCA. APESAR DISSO, A CAPOEIRA SOBREVIVEU COMO DANÇA E ATIVIDADE LÚDICA.

O IMPORTANTE É QUE FOI PRESERVADA ATÉ OS DIAS DE HOJE, MANTENDO SUA COREOGRAFIA, MÚSICA, RITMO E BELEZA.

Fonte: <https://www.facebook.com/Bioloucosuema/photos/a-capoeira-%C3%A9-um-jo-go-de-destreza-muito-popular-foi-trazida-pro-brasil-pelos-es-cr/909283325850335/>. Acesso: 26.10.2020

1 - VOCÊ JÁ CONHECEU ALGUNS INSTRUMENTOS UTILIZADOS PELOS CAPOEIRISTAS, AGORA ESCREVA-OS CORRETAMENTE NA CRUZADINHA ABAIXO.



Fonte: <https://images.app.goo.gl/WHh7GuNE5GsUxEht6> . Acesso:26.10.2020

#### HORA DE PRATICAR!!!

ASSISTA AO VÍDEO E REALIZE ALGUNS MOVIMENTOS BÁSICOS DA CAPOEIRA.

ACESSE O LINK: <https://youtu.be/8FfWsRpRM2M>