



ESTADO DA BAHIA  
PREFEITURA MUNICIPAL DE MADRE DE DEUS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
**COMPLEXO DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL PROFESSOR MAGALHÃES NETTO**  
BLOCO DE ATIVIDADES - ATIVIDADES REMOTAS - 2021



PROFESSORAS: **HÉLIA MAGALI / ROSNAGELA CRUZ**

ALUNO (A):

## EDUCAÇÃO FÍSICA – 7º ANO

### Texto 03

#### JOGOS e ESPORTES

O **jogo** é definido como uma atividade de caráter lúdico com normas livremente estabelecidas pelos participantes que utilizam com o objetivo de distração e desfrute para a mente e o corpo, ainda que, nos últimos tempos, os jogos também têm sido utilizados como uma das principais ferramentas a serviço da educação.

Então, dado que desde tempos imemoráveis o homem tem usado o jogo como um recurso para se distrair e divertir, hoje existe uma infinidade de jogos, que se diferenciam entre si porque alguns requerem um compromisso estritamente mental, outros de uma participação primordial do corpo ou físico e outros que requerem a intervenção meio a meio de ambas as questões, mental e física.

É claro que como consequência desta questão que mencionamos, os jogos servem para que as pessoas desenvolvam habilidades mentais, como a rápida resolução de problemas, se é que a pessoa foi afetada por toda a vida pelos conhecidos jogos de mente ou de talento, no entanto, os que pelo contrário, sabem se destacar naqueles jogos que implicam a utilização do corpo, seguramente, são mais propensos a oferecer uma resistência e capacidade corporal mais desenvolvida geralmente evidente naqueles que não a ostentam.

A respeito das metodologias dos jogos, nos deparamos com estes que contam com regras claras ou regulamentos que cada participante ou jogador devem respeitar se querem participar e depois continuar sendo parte do jogo, porque obviamente a falta de conhecimento ou a falta de respeito a alguma destas implicará a sanção ou expulsão do mesmo. Entretanto, a respeito do resultado que é aquilo que mais se desfruta e se recorda do jogo, as coisas também são claras e sem matizes: terá por um lado um ganhador e pelo outro um perdedor, que chegaram a tais circunstâncias por aplicar a melhor e pior estratégia ou força possível para resolvê-lo, respectivamente.

Enquanto o jogo é uma atividade mais própria da infância, os adultos também o utilizam para descarregar seu estresse e sem dúvida é uma atividade de estreita realização quando se é menino já que implica uma interação social que ajudará o indivíduo no desenvolvimento para aprender e se acostumar à vida em um meio social.

Precisamos também citar o conceito de brincadeira para deixar claro que são conceitos **distintos**, brincadeira é o ato ou efeito de brincar, entreter-se, distrair-se com um brinquedo ou jogo.

Através do brincar a criança interage com o meio, conhecendo-o e manifestando sua criatividade, inteligência, habilidade e imaginação. Esses aspectos manifestos pela criança durante a brincadeira, além de serem necessários para um bom desenvolvimento, a conduzem durante toda a vida. Sendo assim, a brincadeira deve ser vivenciada da melhor forma possível.

O brincar é uma experiência que possibilita à criança demonstrar sua personalidade, uma vez que são manifestas ação e imaginação, é despertada também para conseguir seus objetivos.

A situação da brincadeira propicia à criança um melhor conhecimento de si própria, e o processo de socialização, devido às situações de vida que são vivenciadas com outras crianças.

## **Classificação dos jogos:**

**JOGOS SENSORIAIS:** São jogos destinados aos estímulos dos sentidos humanos. Ex: Cabra cega, etc.

**JOGOS MOTORES:** São aqueles que exigem a participação de todo o corpo, mas dependem principalmente dos músculos e coordenação dos movimentos. Ex: Corrida de saco, pular corda, 07 pedrinhas, etc.

**JOGOS DE RACIOCÍNIO:** Como o próprio nome indica, desenvolvem o raciocínio. Ex: Dama, xadrez, etc.

**JOGO PRÉ-DESPORTIVO :** É quando não apenas se divertem, mas também preparam para um desporto.

**JOGO COOPERATIVO:** É um jogo onde um grupo de jogadores, são instruídos a demonstrar comportamento cooperativo, os jogadores precisam cooperar na hora do jogo, pois cada um tem a sua função e cada função ajuda outra função, e por isso se todos cooperarem todos vencerão, o time vencerá. Ex: Telefone sem fio, cabo de guerra, etc.

**JOGOS COMPETITIVOS:** Têm como principal finalidade estimular a competição entre os participantes. Ex: Bandeirinha, escravo de Jó, etc.

**JOGOS POPULARES:** São aqueles conhecidos como jogos de rua, onde seus participantes podem ser alternados, decididos pelos próprios jogadores, com flexibilidade nas regras, e sem exigir recursos mais sofisticados pois sua origem está na cultura popular. O jogo popular é uma riqueza cultural grande que precisa ser conhecida e preservada. A cultura é vida e, compete-nos a todos mantê-la viva. Os jogos, como elemento da nossa cultura, têm de manterem-se vivos também e de fazer parte do nosso cotidiano, com um calendário próprio e adequado ao seu caráter e ao nosso cotidiano moderno. Ex: Gude, boca de forno, passa anel, etc.

## **ESPORTES**

O esporte é uma atividade física que respeita regras e ao mesmo tempo é praticada com finalidade recreativa, profissional ou como meio de melhorar a saúde. O esporte descrito sob estas circunstâncias tem um amplo histórico dentro da história da humanidade. Com o passar do tempo tem sofrido variações menores, criando novas formas de esporte e

deixando outras de lado. Geralmente o esporte é praticado sob a forma de competição. Este tipo de orientação pode ser diferenciado entre esportes individuais e em grupo. Assim, as competições podem ser desempenhadas entre dois competidores que lutam entre si, ou por duas equipes que competem contra a outra, mas que se ajudam dentro de seus times.

O esporte já era praticado desde a Antiguidade. Neste sentido, sua prática era realizada em cidades gregas e envolvia diversos tipos de atividades. Tal era o nível de relevância que se concedia à prática esportiva que foram organizados os primeiros Jogos Olímpicos. Neste caso, havia um evento que envolvia várias cidades-estados e que tinha como objetivo honrar a Zeus. Nos Jogos Olímpicos havia várias atividades, nas quais muitas delas estão presentes até hoje e que garantem a tradição dos jogos.

O esporte é muito recomendado pelos profissionais da saúde devido ao benefício que causam no organismo. Assim, por exemplo, é um fator que reduz de maneira considerável a possibilidade de ter problemas cardíacos. Além disso, melhora o tônus muscular e, portanto, a estética. Tudo isso, mais o fato de ser importante para a saúde mental. Na verdade, o esporte geralmente aumenta o nível de autoestima como consequência do bem-estar que provoca. Este bem-estar não é uma simples aparência refletida em alguns, mas tem sido documentada em grandes explicações plausíveis. De fato, quando se faz um esforço prolongado, o organismo libera um efeito que causa uma sensação de prazer.

A recomendação de praticar esporte se torna mais importante quando consideramos que o sedentarismo afeta negativamente a qualidade de vida da população hoje em dia. De fato, existem dados preocupantes em relação às doenças que antes afetavam somente os idosos, mas que agora atinge a população mais jovem também. O esporte é um remédio contra estas circunstâncias, mas que sem dúvidas, resultarão em benefício em longo prazo.

## **Classificação dos Esportes:**

**Esportes Individuais** são aqueles onde só competem um adversário em oposição a outro adversário. Esporte onde o atleta compete individualmente. Sua vitória só depende de seus esforços.

**Esportes Coletivos** são jogos institucionalizados onde sua prática requer a participação de duas ou mais pessoas em oposição a outra equipe. Esporte em equipe ou em grupo.

## **RESUMINDO:**

**ESPORTE** possui regras que não podem ser alteradas, regra universal, criadas pelas Federações, Confederações ou Comitês, os atletas sempre uniformizados, sempre há benefícios, medalhas, troféus ou dinheiro.

Exemplo: Olimpíadas, Copa do Mundo, as regras são iguais para todos, os participantes são obrigados a aceitar.

**JOGO** as regras são mais flexíveis, livres, podem ser alteradas.

Exemplo: um jogo de futebol no final de semana, as regras devem ser ditas antes de começar o jogo para que não haja brigas. Mas ela é fixada de acordo com os participantes.