



# DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS

E. E. PROFESSOR JOSUE  
BENEDICTO MENDES

Lutas como Objeto de conhecimento: Boxe

Diretoria de Ensino - Região Osasco

11/03/2022

## **DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS**

### **E. E. PROFESSOR JOSUE BENEDICTO MENDES**

**Diretor(a):** Edna Pastore

**Nome do Projeto/Ação/Evento:** Lutas como Objeto de conhecimento: Boxe

**Objetivo do Projeto/Ação/Evento:** Disciplina(s) ou área(s) do conhecimento envolvida: Educação Física  
Valores: capacidade de adaptação, criatividade, resiliência, trabalho em equipe.

Embora seja esporte de contato físico, o boxe fica entendido como disparador de raciocínio rápido, estratégico e reativo. Pretende-se suscitar a disciplina de corpo e mente nos alunos, além de propiciar a descarga de energia e emoções represadas que a grosso modo são causadores de diversos malefícios do campo mental. Orientados para longe da violência sem motivação aparente, com acompanhamento da prática, constitui-se em um processo inclusive de descoberta de talentos entre os educandos, lembrando que trata-se de prática desportiva olímpica famosa por descobrir e alçar voos de pessoas oriundas de lugares mais simples de nossa sociedade.

**Descrição do Projeto/Ação/Evento:** Organizados em trios, os educandos recriaram uma sequência de movimentos/golpes do “Boxe” baseados em estratégias (técnica e tática) que utilizassem caso fossem o técnico do atleta/lutador. Dois integrantes fizeram o papel de lutadores enquanto o terceiro representou o comentarista/narrador da luta. Após, cada trio elaborou um vídeo curto apresentando uma sequência de golpes e deslocamentos. Vale lembrar a importância da segurança na realização desta atividade.

**Data de realização:** 11/03/2022

**Público Alvo:** Terceiras séries do Ensino Médio

**Equipe Organizadora:** Professor Raul Rodrigues

**Quantidades de Participantes:** 80

**Impacto nos Resultados Educacionais da Escola:** As lutas desenvolvem capacidades físicas importantes nos alunos, assim como as principais capacidades motoras essenciais para seu desenvolvimento saudável, como lateralidade, noção corporal, espacial e

temporal, coordenação geral, flexibilidade e outros benefícios.

Propicia a concentração, habilidade comum a todas as disciplinas.

## Parcerias Envolvidas: Jornal Joca

### Fotos

**PEI Josué Benedicto Mendes**

O Boxe, como prática esportiva, é uma das atividades que mais traz benefícios físicos, psicológicos e ajuda na socialização do praticante.

Com relação às vantagens físicas, o Boxe aprimora a força muscular, a resistência cardiorrespiratória, bem como resistência muscular e flexibilidade









 **PEI Josué Benedicto Mendes**

**Habilidades:**

- Identificar e nomear golpes, técnicas e táticas inerentes a modalidade de luta trabalhada no bimestre;
- Reconhecer e valorizar o conhecimento das técnicas da modalidade de luta trabalhada no bimestre como fator importante na apreciação do espetáculo esportivo;



 **PEI Josué Benedicto Mendes**

**Habilidades:**

- Analisar do ponto de vista técnico e tática trabalhada no bimestre, assistida presencialmente ou pela televisão;
- Simular a realização de algumas técnicas de golpes e preceitos táticos de luta trabalhada no bimestre



Arquivo recebido em: 23/03/2022 11:37:34

