



# **DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS**

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

Lutas - aprendendo novos movimentos

**Diretoria de Ensino - Região Osasco**

10/05/2023

## **DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS**

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

**Diretor(a):** Vânia Cândida

**Nome do Projeto/Ação/Evento:** Lutas - aprendendo novos movimentos

**Objetivo do Projeto/Ação/Evento:** Proporcionar a prática das lutas dentro do ambiente escolar

**Descrição do Projeto/Ação/Evento:** Promover o estudo, prática e reflexão das lutas como conteúdo da educação física como ferramenta de desenvolvendo das habilidades socioemocionais como o respeito e a cooperação no processo de aprendizagem sobre o tema.

Inicialmente foi realizada uma pesquisa em grupos sobre determinadas lutas, na qual foi confeccionado folders, posteriormente realizei a vivência de jogos de oposição, passando pela aprendizagem dos movimentos técnicos das lutas e por fim a prática da modalidade propriamente dita.

Paralelo a este processo foi feita a discussão sobre violência, briga, luta, respeito ao coro, respeito ao outro como companheiro, etc.

**Data de realização:** 10/05/2023

**Público Alvo:** Alunos dos 8º e 9º anos

**Equipe Organizadora:** Professora Ana Paula

**Quantidades de Participantes:** 240

**Impacto nos Resultados Educacionais da Escola:** Comportamentos adequados para a prática das lutas, envolvimento e curiosidade sobre o assunto, prática por parte dos alunos fora da aula de educação física e melhoria no ambiente escolar.

**Parcerias Envolvidas:** não teve

**Fotos**



**NO BRASIL**

O boxe chegou no Brasil no início do século XX.

foi regulamentada de em São Paulo e Santos.

Alguns entusiastas do boxe e foram fundamentais para a difusão no país.

- Luis Scrupira - esteve na primeira luta de boxe do país em 1913, em São Paulo.

• Góes Neto

• Rodrigo Alves - Presidente da República em 1919.

---

**Onde e quando**

Na regulação da existência do boxe no ano 3.000 a.C. notado. Mas foi na Grécia Antiga, no século VII (7) a.C. que se estabeleceu a partir de quando a forma física de lutar no século XVII no inglês.

---

**Objetivo**

Desejar golpear para pontuar ou nocautar o oponente, segundo um conjunto de regras predeterminadas.

---

**Características**

Ringue de boxe, habido amoldar do círculo de cordão que delimitam a área de combate; Categorias de peso; 12 assaltos com 3 minutos cada; alguns podem ter menos rounds.

---

**Equipamentos e acessórios**

- calças de pancada
- Luvas
- Luvas protetoras
- Protetor de Cabeça, Goral e Genival
- Péra (Speed Bag)

\* São utilizadas em treinos também

---

**REGRAS E COMO FUNCIONA**

A luta consiste em rounds de 3 minutos com 1 minuto de intervalo. A luta é supervisionada por um árbitro.

golpes de São pontuáveis se forem ocer antes do orelhar do orelhar.

golpes nos braços não tem pontos.

Se o lutador não estiver no ringue quando o golpe ocaer da cintura



Arquivo recebido em: 07/09/2023 14:37:58