

Teste Final — Educação Física 6.º Ano

6.º Ano

Educação Física

5 páginas

Teste Final: Avaliação global de EF 6.º ano: jogos coletivos, ginástica, atletismo, aptidão, segurança. 24 questões.

1. Jogos Coletivos (6 questions)

1. Basquetebol: jogadores? a) 7 b) 5 c) 6

2. Futebol: jogadores? a) 11 b) 7 c) 5

3. Fora de jogo: a) Futebol b) Voleibol c) Basquetebol

4. Empurrar é: a) Jogo limpo b) Falta c) Golo

5. Guarda-redes: a) Chuta b) Toca mãos c) Corre

6. Ética: a) Não importa b) Fundamental c) Opcional

2. Ginástica e Atletismo (6 questions)

7. Roldana: a) Saltar b) Girar no chão c) Correr

8. Ginástica rítmica: a) Só corrida b) Música + movimento c) Só natação

9. 100m: a) Resistência b) Velocidade c) Flexibilidade

10. Salto comprimento: a) Altura b) Distância c) Força

11. Patinar: a) Força b) Equilíbrio c) Velocidade

12. Orientação: a) Bola b) Mapa c) Rede

3. Aptidão e Capacidades (6 questions)

13. Resistência: a) Aguentar b) Correr c) Saltar

14. Força: a) Correr b) Músculos c) Nadar

15. Fitescola®: a) Jogo b) Avaliação c) Natação

16. Zona Saudável: a) Idade e sexo b) Só idade c) Só sexo

17. Adaptação morfológica: a) Músculos b) Coração c) Humor

18. Aptidão aeróbia: a) Músculos b) Pulmões c) Humor

4. Segurança e Higiene (6 questions)

19. Aquecer: a) Opcional b) Fundamental c) Irrelevante

20. Alongamento: a) Antes e depois b) Só antes c) Só depois

21. Hidratação: a) Só depois b) Antes/durante/depois c) Só antes

22. Equipamento: a) Capacete b) Bola c) Rede

23. Árbitro: a) Joga b) Faz cumprir regras c) Ancia

24. Preservar ambiente: a) Não importa b) Importante c) Opcional

Soluções

1. b 2. a 3. a 4. b 5. b 6. b

7. b 8. b 9. b 10. b 11. b 12. b

13. a 14. b 15. b 16. a 17. a 18. b

19. b 20. a 21. b 22. a 23. b 24. b