



## LISTA DE EXERCÍCIOS DE RECUPERAÇÃO – 1º TRIMESTRE EDUCAÇÃO FÍSICA

ALUNO(a): \_\_\_\_\_

Nº: \_\_\_\_\_ ANO: 8º TURMA: \_\_\_\_\_

UNIDADE: VV  JC  JP  PC  DATA: \_\_\_/\_\_\_/2017

Obs.: Esta lista deve ser entregue completa no dia da Prova de Recuperação.

Valor:  
**5,0**

1. Descreva resumidamente a história da Yoga.

---

---

---

2. A inclusão da função de líbero no vôlei foi adotada a partir de qual ano? Com que finalidade?

---

---

3. A Yoga se tornou uma modalidade popularmente conhecida. Qual o local adequado para a prática?

---

---

4. Como é feita a distribuição de pontos no vôlei? Quantos sets?

---

---

5. A Yoga possui inúmeras posições, descreva no mínimo três.

---

---

---

6. A função de líbero possui regras específicas, como

- a) utilizar uniforme diferente, poder ser substituído, apenas poder fazer o bloqueio e o levantamento.
- b) não existir distinção de uniforme, poder ser capitão, apenas sacar e bloquear.
- c) utilizar uniforme diferente dos demais, não poder ser capitão, nem atacar, bloquear ou sacar.
- d) utilizar uniforme diferente dos demais, poder assumir outras funções, nem atacar, bloquear e poder sacar.
- e) não existir distinção de uniforme, poder assumir outras funções, ser substituído, além de realizar todos os fundamentos.

7. A Yoga teve sua origem na(o)

- a) África
- b) Japão.
- c) Argentina.
- d) Tailândia.
- e) Índia

**8.** Quando o árbitro eleva um de seus braços até a altura da cintura, apontando um de seus dedos para baixo, podendo apontar para o lado direito ou para o esquerdo, significa

- a) Bola dentro.
- b) Quatro pontos.
- c) Toque de rede.
- d) Falta do bloco ou cortina.
- e) Bola fora.

**9.** A palavra Yoga traduzida possui o significado de

- a) paz.
- b) união.
- c) felicidade
- d) compreensão.
- e) dignidade.

**10.** Significado de Match point e Set point, respectivamente:

- a) Substituição irregular, toque na rede.
- b) Pontos para fechar o set e definir.
- c) Pontos que podem definir o jogo e fechar o set.
- d) Penalização e vantagem.
- e) Ponto de vantagem e ponto para definir o set.