



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ
Rua Jorge Dumar, 1703, - Bairro Jardim América - CEP 60410-426 - Fortaleza - CE - www.ifce.edu.br

COMUNICADO - CPOCEF-RTR

A Comissão Organizadora Permanente da Olimpíada Científica de Educação Física do Ceará, instituída pela Portaria nº1116/GABR/REITORIA, de 12 de agosto de 2022, vinculada à Pró-Reitoria de Pesquisa, Pós-Graduação e Inovação - PRPI do Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Estado Ceará - IFCE, no uso de suas atribuições, torna pública as respostas aos questionamentos referentes ao Gabarito da 1ª Fase On-line da OCEF Ceará 2022.

QUESTÃO 3 (3,0 pontos)

O pilates é classificado como uma ginástica de conscientização corporal. Estas reúnem práticas que empregam movimentos suaves e lentos, tal como a recorrência a posturas ou à conscientização de exercícios respiratórios, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo. Algumas dessas práticas que constituem esse grupo têm origem em práticas corporais milenares da cultura oriental. Essas práticas podem ser denominadas de diferentes formas, como: alternativas, introjetivas, introspectivas, suaves. Alguns exemplos são a biodança, a bioenergética, a eutonia, a antiginástica, o Método Feldenkrais, a ioga, o tai chi chuan, a ginástica chinesa, entre outros. O crossfit, a zumba e o treinamento funcional são ginásticas de condicionamento físico, pois, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC – versão final, p. 217-218) na unidade temática Ginásticas, são propostas práticas com formas de organização e significados muito diferentes, o que leva à necessidade de explicitar a classificação adotada: (a) ginástica geral; (b) ginásticas de condicionamento físico; e (c) ginásticas de conscientização corporal. A ginástica geral, também conhecida como ginástica para todos, reúne as práticas corporais que têm como elemento organizador a exploração das possibilidades acrobáticas e expressivas do corpo, a interação social, o compartilhamento do aprendizado e a não competitividade. Podem ser constituídas de exercícios no solo, no ar (saltos), em aparelhos (trapézio, corda, fita elástica), de maneira individual ou coletiva, e combinam um conjunto bem variado de piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas etc. Integram também essa prática os denominados jogos de malabar ou malabarismo. As ginásticas de condicionamento físico se caracterizam pela exercitação corporal orientada à melhoria do rendimento, à aquisição e à manutenção da condição física individual ou à modificação da composição corporal. Geralmente, são organizadas em sessões planejadas de movimentos repetidos, com frequência e intensidade definidas. Podem ser orientadas de acordo com uma população específica, como a ginástica para gestantes, ou atreladas a situações ambientais determinadas, como a ginástica laboral.

Recurso INDEFERIDO - Gabarito da questão mantido.

Atenciosamente,

COMISSÃO ORGANIZADORA DA OLIMPÍADA CIENTÍFICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO CEARÁ



Documento assinado eletronicamente por **Adriano Barros Carneiro, Presidente da Comissão Organizadora da Olimpíada Científica de Educação Física do Estado do Ceará**, em 18/10/2022, às 13:44, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).

A autenticidade do documento pode ser conferida no site
[https://sei.ifce.edu.br/sei/controlador_externo.php?](https://sei.ifce.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_imprimir_web&acao_origem=arvore_visualizar&id_documento=4947481&infra_siste...)



[acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0](#) informando o código verificador **4233264** e o código CRC **6CEE14EA**.