



Escola Municipal Antônio Amâncio de Melo Bastos
Educação Física Escolar
Professor Alexandre Lima
Quiz 2026

QUIZ DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 8º ANO

RODADA 1 – ESPORTE E SOCIEDADE (1–10)

1. A mídia influencia o esporte por meio de:
A) Divulgação
B) Isolamento
C) Silêncio
D) Proibição
2. Patrocínio esportivo está ligado ao:
A) Marketing
B) Medicina
C) Educação
D) Sono
3. Grandes eventos esportivos movimentam:
A) Economia
B) Sono
C) Isolamento
D) Sedentarismo
4. A transmissão esportiva pode:
A) Popularizar modalidades
B) Esconder práticas
C) Diminuir público
D) Proibir acesso
5. A indústria esportiva envolve:
A) Produtos e consumo
B) Apenas treino
C) Apenas escola
D) Isolamento
6. Ídolos esportivos influenciam:
A) Comportamentos
B) Apenas regras
C) Apenas arbitragem
D) Nada
7. O esporte pode ser usado como:
A) Ferramenta social
B) Exclusão
C) Violência
D) Conflito
8. A mídia pode criar:
A) Padrões corporais
B) Inclusão total
C) Igualdade automática
D) Neutralidade
9. O consumo esportivo está ligado a:
A) Mercado

- B) Medicina
- C) Sono
- D) Sedentarismo

10. O esporte escolar prioriza:

- A) Educação
- B) Lucro
- C) Patrocínio
- D) Publicidade

RODADA 2 – SISTEMAS TÁTICOS (11–20)

11. Sistema tático organiza:
A) Equipe em jogo
B) Público
C) Arbitragem
D) Torcida
12. Marcação por zona significa:
A) Defender espaço
B) Defender pessoa específica
C) Ignorar adversário
D) Atacar sempre
13. Contra-ataque ocorre quando:
A) Recupera bola e ataca rapidamente
B) Para o jogo
C) Reclama
D) Dorme
14. Trabalho coletivo melhora:
A) Resultado
B) Conflito
C) Individualismo
D) Desorganização
15. Comunicação em quadra é importante para:
A) Estratégia
B) Confusão
C) Rivalidade
D) Exclusão
16. Sistema defensivo tem como objetivo:
A) Evitar pontos adversários
B) Fazer propaganda
C) Cansar torcida
D) Isolar equipe
17. Planejamento tático exige:
A) Organização
B) Improviso constante
C) Desordem
D) Violência



Escola Municipal Antônio Amâncio de Melo Bastos

Educação Física Escolar

Professor Alexandre Lima

Quiz 2026

18. Cooperação em jogo coletivo desenvolve:

- A) Espírito de equipe
- B) Egoísmo
- C) Isolamento
- D) Conflito

19. Ajustar estratégia durante jogo demonstra:

- A) Leitura tática
- B) Medo
- C) Fraqueza
- D) Desorganização

20. Fundamentos técnicos sustentam:

- A) Tática
- B) Arbitragem
- C) Público
- D) Marketing

RODADA 3 – CORPO E SAÚDE (21–30)

21. Sedentarismo pode causar:

- A) Problemas de saúde
- B) Mais energia
- C) Resistência
- D) Força

22. Exercício físico regular melhora:

- A) Qualidade de vida
- B) Doença
- C) Lesão
- D) Isolamento

23. Padrões de beleza impostos podem gerar:

- A) Pressão social
- B) Saúde automática
- C) Igualdade
- D) Inclusão

24. Saúde envolve:

- A) Bem-estar físico e mental
- B) Apenas estética
- C) Apenas peso
- D) Apenas força

25. Treinamento físico deve respeitar:

- A) Limites individuais
- B) Comparações
- C) Competição excessiva
- D) Exclusão

26. Alimentação equilibrada contribui para:

- A) Energia
- B) Doença

C) Sono excessivo

D) Isolamento

27. Frequência cardíaca aumenta durante:

- A) Atividade física
- B) Sono profundo
- C) Descanso
- D) Televisão

28. Alongamento auxilia na:

- A) Flexibilidade
- B) Sedentarismo
- C) Lesão
- D) Imobilidade

29. Exercício físico ajuda no controle do:

- A) Estresse
- B) Conflito
- C) Violência
- D) Exclusão

30. Corpo saudável não significa:

- A) Corpo perfeito
- B) Corpo funcional
- C) Bem-estar
- D) Saúde

RODADA 4 – DANÇAS E CULTURA (31–40)

31. Danças afro-brasileiras fazem parte da:

- A) Cultura nacional
- B) Cultura estrangeira apenas
- C) Medicina
- D) Política

32. A capoeira também é considerada:

- A) Manifestação cultural
- B) Apenas esporte
- C) Apenas luta
- D) Apenas dança

33. Dança expressa:

- A) Identidade
- B) Violência
- C) Isolamento
- D) Exclusão

34. Cultura corporal envolve:

- A) Práticas corporais
- B) Apenas esporte
- C) Apenas ginástica
- D) Apenas competição



Escola Municipal Antônio Amâncio de Melo Bastos
Educação Física Escolar
Professor Alexandre Lima
Quiz 2026

35. Respeitar manifestações culturais é:
- A) Inclusão
 - B) Preconceito
 - C) Exclusão
 - D) Rivalidade
36. Dança desenvolve:
- A) Expressão corporal
 - B) Sedentarismo
 - C) Lesão
 - D) Imobilidade
37. Ritmo está ligado à:
- A) Música
 - B) Sono
 - C) Medo
 - D) Confusão
38. Coreografia é:
- A) Organização de movimentos
 - B) Desordem
 - C) Violência
 - D) Improviso sem sentido
39. Participação em danças promove:
- A) Integração
 - B) Exclusão
 - C) Conflito
 - D) Rivalidade
40. Dança é prática da:
- A) Cultura corporal
 - B) Medicina
 - C) Política
 - D) Tecnologia
- RODADA 5 – LUTAS E AVENTURA (41–50)**
41. Lutas possuem:
- A) Regras
 - B) Violência livre
 - C) Descontrole
 - D) Exclusão
42. Judô valoriza:
- A) Disciplina
 - B) Ódio
 - C) Rivalidade
 - D) Violência
43. Lutas desenvolvem:
- A) Autocontrole
 - B) Raiva
 - C) Exclusão
 - D) Desorganização
44. Esportes radicais exigem:
- A) Segurança
 - B) Imprudência
 - C) Desatenção
 - D) Pressa
45. Equipamentos de proteção servem para:
- A) Evitar lesões
 - B) Enfeitar
 - C) Competir
 - D) Dormir
46. Skate é prática:
- A) Urbana
 - B) Rural
 - C) Antiga olímpica
 - D) Aquática
47. Preservação ambiental é importante em:
- A) Práticas na natureza
 - B) Apenas esportes coletivos
 - C) Apenas ginástica
 - D) Apenas dança
48. Ética nas lutas significa:
- A) Respeito
 - B) Violência
 - C) Ódio
 - D) Exclusão
49. Aventura envolve:
- A) Desafio controlado
 - B) Desorganização
 - C) Conflito
 - D) Exclusão
50. Atividade física regular reduz:
- A) Sedentarismo
 - B) Saúde
 - C) Movimento
 - D) Energia