

EMEF Olívio Faleiros
Prefeitura Municipal de Itirapuã
ROTEIRO DE ATIVIDADES REMOTAS – EDUCAÇÃO FÍSICA

Disciplina: Educação Física	Professor(a): WILLIAN CAMPOS AMORIM
Ano/Série: 4º e 5º anos	
Tema: Jogos Paralímpicos	
Semana 2: Esportes para pessoas com deficiência física (parte 2): Voleibol e Futebol Sentado	
Habilidades: (EF12EF06) Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes adaptados para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes. (EF01EF14) Experimentar diferentes brincadeiras e jogos, e práticas lúdicas esportivas que possibilitem o conhecimento do próprio corpo e das sensações corporais que ocorrem.	
Objetivos: conhecer a mascote paraolímpico de Tóquio e alguns esportes paraolímpicos. Conhecer o voleibol sentado para pessoas com deficiência física. Vivenciar o voleibol sentado a partir da redução de mobilidade corporal. E estabelecer relações de confiança, segurança, respeito e responsabilidade.	
Período: 09 a 13 de agosto de 2021	
Nome do(a) Aluno (a):	

INTRODUÇÃO: Para os próximos Jogos Paralímpicos, em Tóquio, a **mascote** já foi anunciada e batizada. [Someity \(link\)](#), nome escolhido em referência à flor de cerejeira japonesa, entrará em cena. Sua personalidade e características também já foram reveladas: Someity é uma personagem legal, com senso tátil de cereja e poder sobrenatural.



ATIVIDADE 1: [Voleibol Sentado \(Clique aqui!\)](#)

Vamos começar com as regras básicas do vôlei sentado. A principal norma é: para bater na bola, os glúteos devem estar encostados no chão. De forma geral, homens e mulheres podem competir, sendo sempre seis jogadores por time.



Vamos Brincar de Vôlei sentado? Para isso acesse o [link \(clique aqui\)](#) e aprenda mais sobre como jogar. Convide seus irmãos, pais, mamãe, vovô, vovó, ou outras pessoas que morem com você para participar. Faça a adaptação do local que irá jogar, utilizando cadeiras, uma corda, elástico ou pedaço de varal ou lençol e faça uma rede de vôlei.

É importante lembrar que o jogo de voleibol sentado só pode ser realizado com o bumbum no chão.

ATIVIDADE 2: [Futebol Sentado \(Clique aqui\):](#)



Desenvolvimento: marcar um retângulo no chão, indicando os limites da brincadeira. A bola será colocada no centro e poderá ser impulsionada com qualquer parte do corpo, exceto mãos e braços. Ninguém poderá levantar-se. As mãos (ou pelo menos uma delas) devem estar sempre apoiadas no piso.

Quando a bola transpor a linha de fundo do campo de jogo, é marcado um gol. No futebol sentado não existe goleiro. A superfície do retângulo será variada, de acordo com a quantidade de jogadores e tendo em conta que estes se coloquem a uma distância tal que não se toquem entre si.

Finalização: ganha o time que fizer mais gols.

Lembre-se das regras básicas, mas você pode também criar novas regras desde que todos que estejam participando concordem com os combinados. O mais importante nessa atividade é se divertir e vivenciar uma brincadeira diferente das que estamos acostumados a participar, respeito seus limites e o dos colegas. Não se esqueça de enviar fotos ou vídeos de sua participação. Boa sorte!!!