

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

<b>Disciplina:</b> Educação Física	<b>Professor(a):</b> WILLIAN CAMPOS AMORIM
<b>Ano/Série:</b> 4º e 5º anos	
<b>Tema:</b> Jogos Paralímpicos	
<b>Semana 3: Atividade – Esportes para pessoas com deficiência física (parte 3): Basquete e Boliche Sentado</b>	
<b>Habilidades:</b> (EF12EF05) Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a dos esportes adaptados para cadeirantes e amputados, identificando os elementos comuns a esses esportes.	
<b>Objetivos:</b> conhecer principais nomes das paraolimpíadas e suas conquistas. Conhecer esportes adaptados para deficientes físicos, vivenciando a experiência de jogos com mobilidade nula ou reduzida.	
<b>Período:</b> 16 a 20 de agosto de 2021	
<b>Nome do(a) Aluno (a):</b>	

**INTRODUÇÃO: QUADRO DOS PRINCIPAIS ATLETAS PARALÍMPICOS DO BRASIL.**

Daniel Dias (natação)	Ádria Santos (Atletismo)	Ricardinho (Futebol de Cinco)
		
Nascido em 24 de maio de 1988, ele conquistou um total de <b>24 medalhas, sendo 14 de ouro, sete de prata e três de bronze.</b> As provas disputadas por Daniel são: 50m e 100m livres, 50m e 100m peito, 200m medley, 50m e 100m costas, 50m borboleta.	Nascida em 11 de agosto de 1974, é <b>Tetracampeã paraolímpica.</b> Sua última participação nos Jogos foi em Pequim-2008. Encerrou a carreira vitoriosa com um bronze nos 100m rasos. <b>Ganhou 13 medalhas</b> como velocista, marca que até hoje faz seu nome ficar na história do esporte paraolímpico mundial como a maior medalhista feminina do país.	Nascido em 15 de dezembro 1988, é o maior artilheiro do Brasil de Futebol de Cinco. Foi eleito <b>melhor jogador cego de futebol do Mundo</b> (em 2006, 2014 e 2018). É um dos principais nomes do esporte paralímpico do Brasil, tendo conquistado três Copas do Mundo e <b>três Olimpíadas (2008, 2012 e 2016).</b>

**CONTEÚDO: BRINCADEIRAS E JOGOS SENTADOS.**

**ATIVIDADE 1: Basquete Sentado (link):**

Coloque um balde ou caixa em cima da mesa ou cadeira e sentado no chão, com uma bola de borracha, de basquete ou de meia tente acertar o alvo sem se levantar. Dica: para esta atividade utilize bolas de vários tamanhos e sentado sem se levantar experimente arremessar uma vez com a mão esquerda e outra com a direita. Semelhante ao [basquete em cadeiras de rodas](#). A cada acerto, marca-se um ponto e quanto mais alto estiver o balde mais difícil o desafio ficará.

**ATIVIDADE 2: Boliche Sentado (link):**

Para essa atividade você irá precisar de algumas garrafas pets, caso não tenha um jogo de boliche. Organize seu espaço colocando as garrafas de um lado da sala, pátio ou corredor e outro lado fique sentado tentando arremessar. Cada integrante da equipe tentará lançar a bola para derrubar as garrafas ou pinos, porém os estudantes deverão estar sentados. Uma outra forma de brincar é colocar a criança sentada em uma cadeira e usar dois cabos de vassoura como guia (semelhante ao [bocha paraolímpico](#)). Convide a família toda para brincar e boa sorte!

**REFLEXÃO: com ajuda de um adulto responda sobre os jogos sentado adaptados para pessoas com deficiência física (arremesso de dardo, vôlei, futebol, basquete e boliche). Perguntas:**

1. Como foi a experiência de brincar sentado sem poder andar e mexer as pernas? Ficou com medo?

( ) SIM ( ) NÃO

2. Como foi essa experiência de ficar sem andar? Você gostou das brincadeiras?

( ) SIM ( ) NÃO

3. Qual das brincadeiras de olhos vendados você mais gostou?

( ) Arremesso de Dardo ( ) Volei sentado ( ) Futebol Sentado ( ) Basquete ( ) Boliche

4. Como vocês se sentiram brincando sentado?

( ) Com segurança ( ) Com medo

5. Você achou difícil brincar e lançar a bola nessa posição?

( ) SIM ( ) NÃO

6. Você acredita que tem diferença entre fazer estes esportes (Arremessos, Voleibol, Futebol, Basquete e Boliche) sentado ou em pé?

( ) SIM ( ) NÃO

7. Conhece alguém pessoa que utiliza cadeira de rodas, amputado ou com mobilidade reduzida de pernas ou braços?

( ) SIM ( ) NÃO

8. Acredita que essa atividade ajudou a você a melhor sua atitude frente as pessoas deficientes físicas e passou a olhar todas as pessoas com mais respeito?

( ) SIM ( ) NÃO