



ESCOLA

sem

MUROS





#fiqueemcasa
EMEEIF MADRE CECÍLIA



"ARREMESSO DE PESO."

EDUCAÇÃO FÍSICA

SEMANA 28



HABILIDADES



(HCEF04EF12T)

EXPERIMENTAR E FLUIR DIFERENTES TIPOS DE ESPORTES PARALÍMPICOS RESPEITANDO AS DIFERENÇAS INDIVIDUAIS. (ESPORTES PARALÍMPICOS).



OBJETIVOS

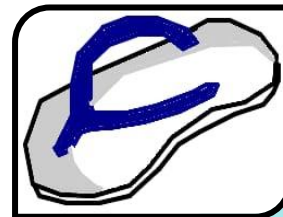


VIVENCIAR DE MANEIRA LÚDICA A MODALIDADE DE ESPORTE PARALÍMPICO.



VOCÊ PRECISARÁ DE:

- BOLA: (BOLA DE MEIA, BOLA DE PLÁSTICO OU BOLA DE PAPEL)
- CALÇADOS (CHINELO, TÊNIS, SAPATO, ETC) :
- CADEIRA.





ARREMESSO DE PESO.

COMO SE JOGA?

ARREMESSAR (LANÇAR, JOGAR OU EMPURRAR) A BOLA O MAIS LONGE POSSÍVEL.





ARREMESSO DE PESO.

ESTRATÉGIA 1

O PARTICIPANTE SENTADO EM UMA CADEIRA DEVERÁ, ARREMESSAR (LANÇAR, JOGAR OU EMPURRAR) A BOLA PARA FRENTE, SEM SE PREOCUPAR COM A DISTÂNCIA.

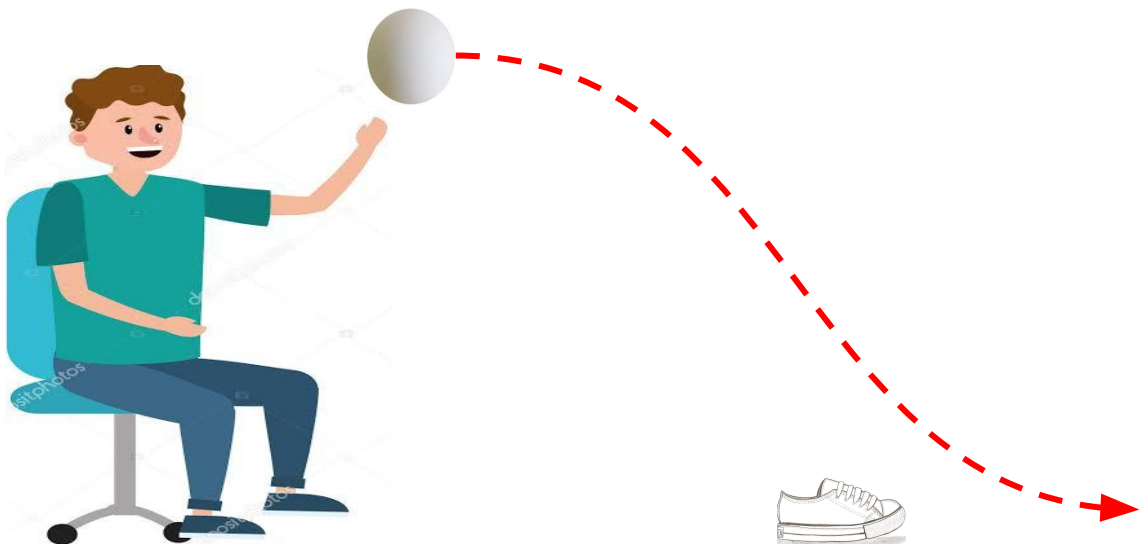




ARREMESSO DE PESO.

O PARTICIPANTE SENTADO, DEVERÁ ARREMESSAR A BOLA PARA FRENTE O MAIS DISTANTE POSSÍVEL, MARCANDO COM UM CALÇADO O PONTO ONDE A BOLA BATEU NO CHÃO. SÃO TRÊS TENTATIVAS, A CADA TENTATIVA, O PARTICIPANTE DEVERÁ TENTAR ULTRAPASSAR A MARCA CONSEGUIDA NA PRIMEIRA TENTATIVA.

ESTRATÉGIA 2

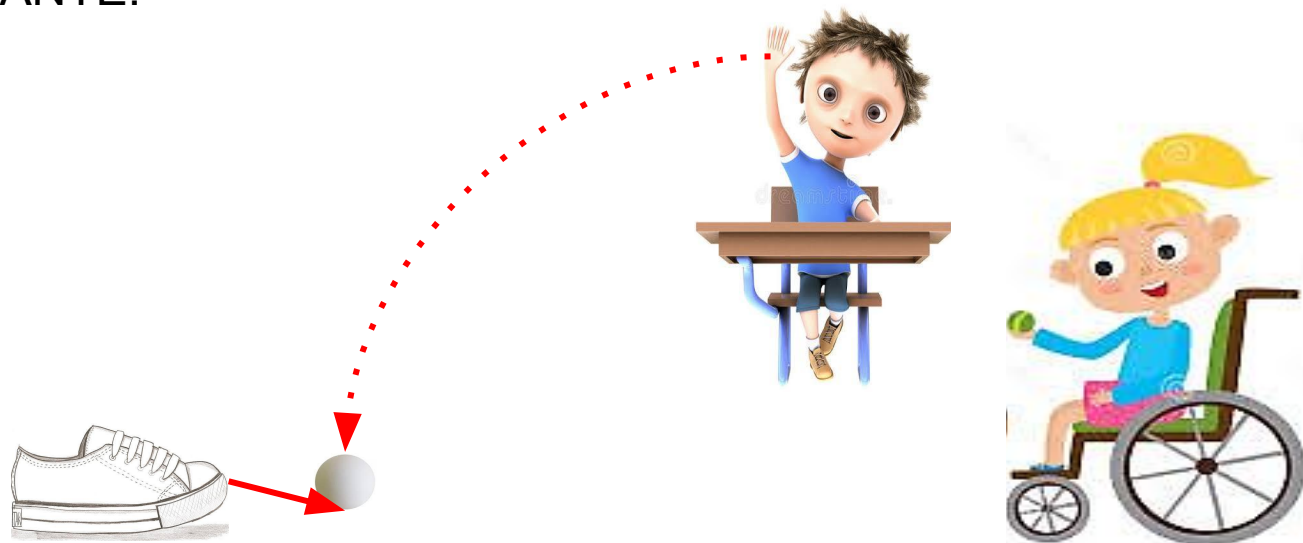




ARREMESSO DE PESO.

ESTRATÉGIA 3

DOIS OU MAIS PARTICIPANTES SENTADOS EM UMA CADEIRA. CADA UM TERÁ TRÊS ARREMESSOS. CADA ARREMESSO DEVE TER A SUA MARCAÇÃO FEITA COM UM CALÇADO NO LUGAR ONDE A BOLA TOCAR O CHÃO. VENCE O ARREMESSO MAIS DISTANTE.





ORIENTAÇÃO AOS PAIS:

- ESSA ATIVIDADE DEVERÁ TER O AUXÍLIO DO RESPONSÁVEL;
- A MARCAÇÃO DEVERÁ SER FEITA ONDE A BOLA TOCOU O CHÃO, E NÃO NO LOCAL ONDE A BOLA PAROU.

GLOSSÁRIO

ARREMESSAR: LANÇAR, JOGAR.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS



BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. 2ª versão. Brasília: MEC, 2016.

FIGURA 1:

<https://www.tempojunto.com/wp-content/uploads/2019/05/jogo-da-velha-com-copos-resultado-jogo-da-velha.jpg> . Acesso em 07/10/2020.

FIGURA 2:

<https://i2.wp.com/regras.net/wp-content/uploads/2013/08/regras-jogo-da-velha-e-com-o-ganhar-sempre-02.jpg> . Acesso em 07/10/2020.

FIGURAS 3, 4 E 5:

<https://encryptedtbn0.gstatic.com/images?q=tbn%3AANd9GcSG3AfokZuZMPHLqpmNXXOPtWm279IUxIK8zA&usqp=CAU> . Acesso em 07/10/2020



ELABORADO POR



SUPERVISORES DE ENSINO

EQUIPE GESTORA E PEDAGÓGICA EMEEEIF MADRE CECÍLIA

PROFESSORES ESPECIALISTAS NAPE



E-MAIL EMEEEIF MADRE CECÍLIA: cemtemadrececilia@educacaotaubate.sp.gov.br

E-MAIL NAPE: nape@educacaotaubate.sp.gov.br

#fiqueemcasa