

Faixa etária ou ano: **4º ano – Educação Física**

Data: **30/08 a 03/09/2021**

Atividade: VOLEI ADAPTADO / Volei Sentado

Recursos/Materiais: bexigas ou fazer com sacolas plásticas, corda ou barbante.

Criado na década de 1950, o vôlei sentado se tornou uma das principais modalidades Paralímpicas. Mas esse esporte pode ser ensinado para todos os alunos, com ou sem deficiência, em uma aula divertida sobre inclusão e respeito.

Regras:

- 1- A principal norma é: para bater na bola, os glúteos (bumbum) devem estar encostados no chão. Não pode se levantar para tocar na bola. De forma geral, são seis jogadores por time. Porém, pode ser jogado com um jogador para cada lado;
- 2- Jogar o tempo que quiser, e a pontuação até 15 pontos (é ponto toda vez que a bola cair no chão);
- 3- Altura da rede: sentado, levantar o braço e amarrar na altura da mão. (a rede pode ser de corda ou barbante);
- 4- Tocar com a mão aberta, tanto quando a bola estiver alta ou baixa e não pode segurar a bola com as mãos.

Atividade adaptada à pessoa com deficiência:

A atividade pode ser realizada com o aluno conforme o grau de necessidade especiais e suas limitações, acompanhado de um adulto que irá orientá-lo e estimulá-lo.

Forma de registro:

O registro será feito da forma mais viável para o aluno e sua família (foto, vídeo, materiais confeccionados, registro, escrito ou desenho da atividade proposta), a ser entregue conforme combinado com a Unidade Escolar.

Dúvidas sobre o presente roteiro de estudo, pergunte no link/endereço que segue:

https://docs.google.com/forms/d/1wuKaDjRA3HpfZiisQXOfIcQ_ze4Rwb6t5o-UqjM00/viewform?edit_requested=true