



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE PRAIA GRANDE

Estado de São Paulo
SEDUC - Secretaria de Educação

SEMANAS 21 e 22

SALA DE AULA



Disciplina: Educação Física

1º e 2º anos do Ensino Fundamental

ESPORTES



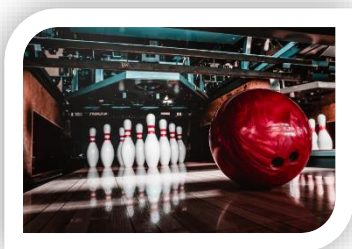
ESPORTES DE PRECISÃO



NA ATIVIDADE ANTERIOR APRENDEMOS UM POUCO SOBRE OS **ESPORTES DE MARCA**. NELES, PODE SER IMPORTANTE TER MAIS VELOCIDADE OU FORÇA PARA VENCER.

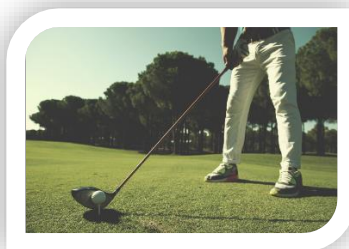
NESSA ATIVIDADE, VAMOS APRENDER SOBRE OS **ESPORTES DE PRECISÃO**. PARA VENCER, O MAIS IMPORTANTE NÃO É TER HABILIDADE COM A BOLA, VELOCIDADE OU ENTROSAMENTO COM O TIME, MAS SIM A PRECISÃO, QUE TAMBÉM PODE SER CHAMADA DE **PONTARIA OU MIRA**.

VEJA ALGUNS EXEMPLOS:



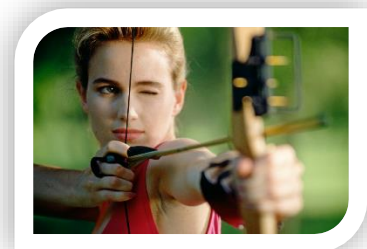
BOLICHE

O OBJETIVO É DERRUBAR O MAIOR NÚMERO POSSÍVEL DE PINOS UTILIZANDO UMA BOLA.



GOLFE

O OBJETIVO É LANÇAR UMA BOLA COM UM TACO E ACERTÁ-LA NUM BURACO.



TIRO COM ARCO

O OBJETIVO É ACERTAR UM ALVO UTILIZANDO UM ARCO E FLECHA.



MEXA-SE!

VOCÊ PODE **TREINAR SUA PONTARIA BRINCANDO** DE DIVERSAS FORMAS. SUGERIMOS UMA MANEIRA FÁCIL, MARCANDO UM **ALVO NA PAREDE OU CHÃO E LANÇANDO UMA BOLA OU OUTRO OBJETO** PARA ACERTÁ-LO. VOCÊ PODE AUMENTAR A DISTÂNCIA DO ALVO CONFORME FOR ACERTANDO PARA DIFICULTAR. NA IMAGEM ABAIXO VOCÊ TEM ALGUMAS OUTRAS IDEIAS PARA TREINAR SUA PONTARIA. **DIVIRTA-SE!**



IMAGEM RETIRADA DE: CADERNO DE APOIO PEDAGÓGICO. REPERTÓRIO DE ATIVIDADES PARA A INICIAÇÃO ESPORTIVA. MEC.



PENSE E RESPONDA!

1. VOCÊ CONSEGUIU BRINCAR DE ALGUMA ATIVIDADE PARA TREINAR SUA PONTARIA?

() SIM () NÃO

2. NOS ESPORTES DE PRECISÃO É MAIS IMPORTANTE:

- A. () TER UMA BOA VELOCIDADE.
- B. () TER UMA BOA PONTARIA.
- C. () TER UM BOM ENTROSAMENTO COM A EQUIPE.

3. ASSINALE A ALTERNATIVA QUE APRESENTA ESPORTES DE PRECISÃO:

- A. () BOLICHE, ARCO E FLECHA E GOLFE.
- B. () ATLETISMO E LEVANTAMENTO DE PESO.
- C. () FUTEBOL E VOLEIBOL.