



PREFEITURA MUNICIPAL DE MAIRINQUE
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA
Rua Joaquim de Oliveira, 410 - Jd. Cruzeiro – Mairinque/SP
CNPJ (MF) 45.944.428/0001-20 – CEP: 18.120.000 / Fone (11) 4718-9090

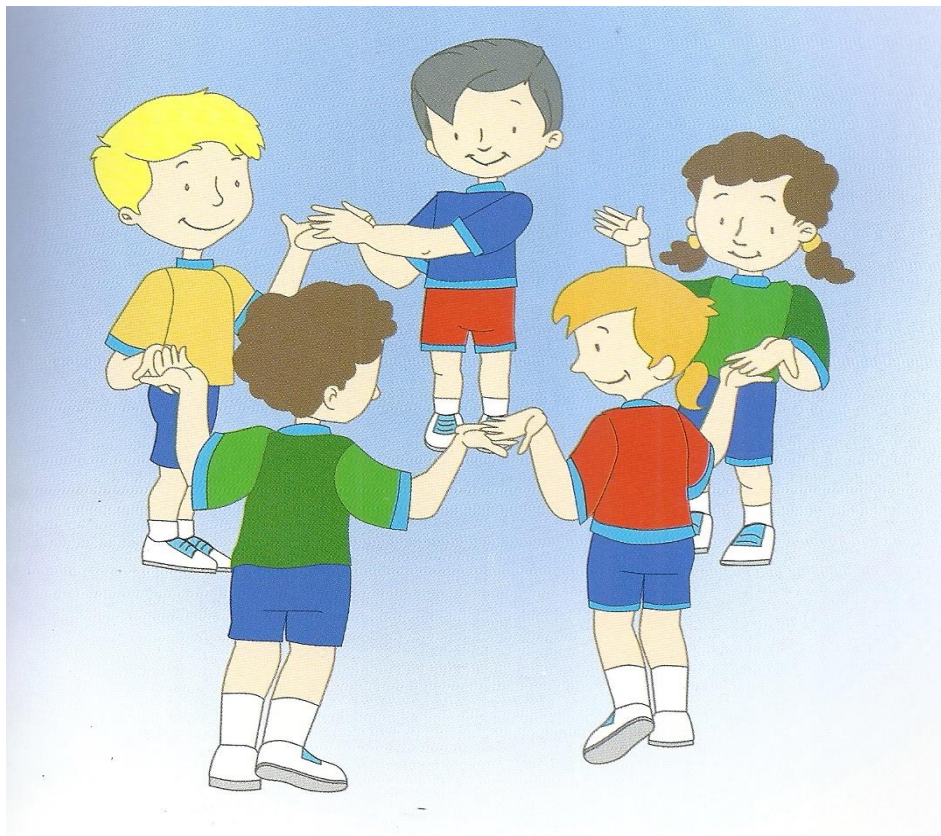
Núcleo de Educação Inclusiva

EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA



6º Roteiro de Atividades

Alunos com Deficiência Física



Prof. Anderson Luiz Bruno
CREF 004667 – G / SP

ATIVIDADE 1 - Arremesso

✓ **Objetivo:**

Melhorar a precisão dos arremessos.

✓ **Material:**

Arcos, cordas ou barbantes e bolas.

✓ **Metodologia:**

Os participantes se organizam em fileiras e será distribuída uma bola para cada participante (bolas de tênis, de meia, de papel ou borracha). Os mesmos ficam mais ou menos à 5 metros dos arcos que serão pendurados no varal com utilização das cordinhas ou barbantes à 1 metro do chão. Os participantes arremessam as bolas tentando fazer com que passem dentro dos arcos. Quando os participantes arremessarem todas as bolas, eles a recolhem e tornam a posicionar-se em frente aos arcos. Realizar série de 5 arremessos com cada mão e distância.

Variações: Aumentar a distância dos arremessos após cada série. Cada arco pode ter uma determinada pontuação.

* Caso o participante tenha deficiência nos membros superiores, os arremessos deverão ser realizados com os pés, e os arcos devem estar próximos ao chão.



ATIVIDADE 2 - Ritmo e Coordenação

✓ **Objetivo:**

Expressão corporal, melhorar a coordenação através de ritmo.

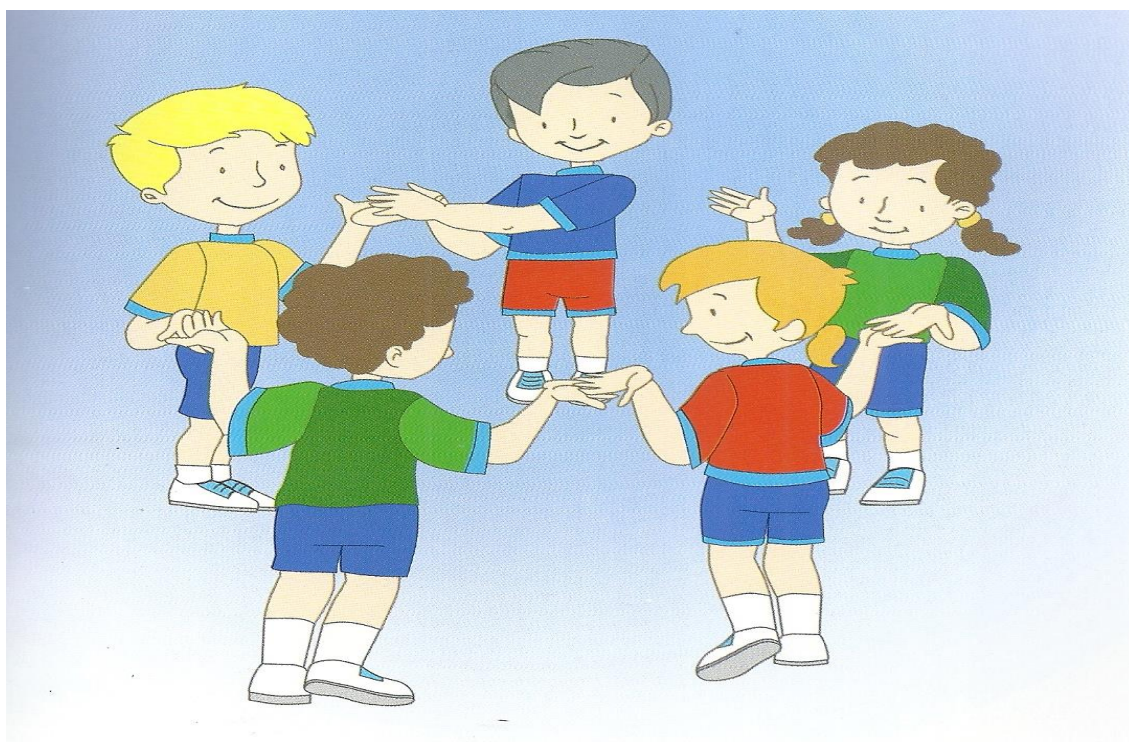
✓ **Material:**

Nenhum.

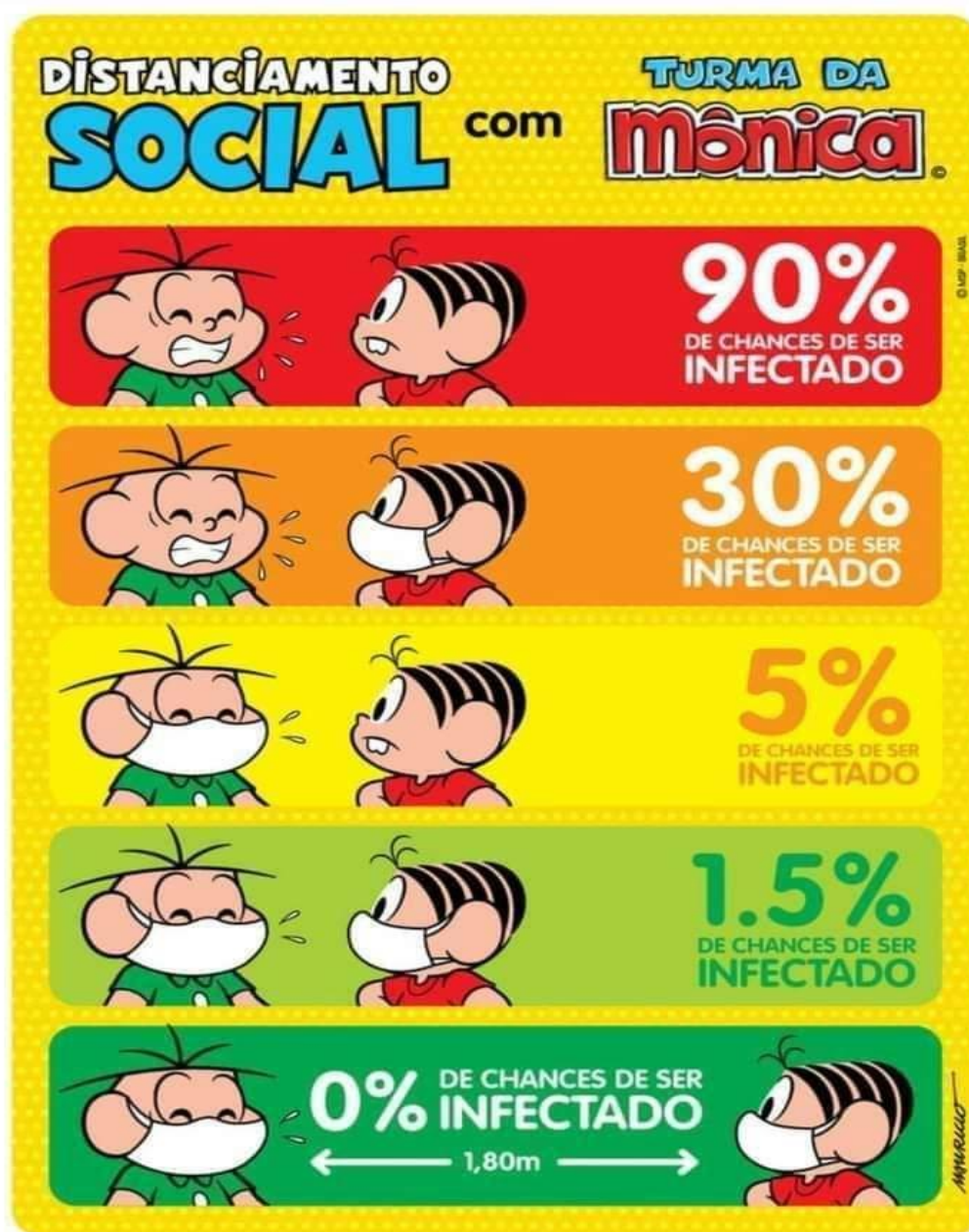
✓ **Metodologia:**

Os participantes lado a lado formam um círculo, com os braços semi flexionados e tocando as mãos de seus colegas. Colocam a mão esquerda com a palma virada para cima sobre a palma da mão direita de seu colega. Os participantes cantam uma música e seguem o ritmo batendo, um a um, nas palmas dos colegas à direita. Dessa forma, um participante bate com a mão esquerda na palma da mão do seu colega da direita, assim sucessivamente até a música acabar.

* Caso o participante tenha deficiência nos membros superiores a atividade poderá ser realizada com a utilização dos pés.



O COMBATE À COVID 19 DEPENDE DE TODOS NÓS



Referências:

- BATLLORI, J.; FONTÁN, S.; LOZANO, E. *Os 250 melhores jogos para todos*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2008.
- BERMAN, T. F.; REPPAPORT. *Brincar para Crescer!* Tubarão: Copiart, 2010.
- BLANCO, L.; CARBONELL, S. *Jogos em família*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2008.
- DIEHL, R.M. *Jogando com as diferenças*. São Paulo: Phorte Editora, 2008.
- GARDNER, H. *Estruturas da Mente – a teoria das inteligências múltiplas*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1994.
- HONORA, M.; FRIZANCO, M. L. E. *Coleção Ciranda da Inclusão*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2008.
- KOCH, K. *Pequenos jogos esportivos*. Barueri: Manole, 2005.
- MONTES, E. E. *Exercícios de Educação Física*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2008.
- RIPOLLO; CURTO R. M. *Jogos de todo o mundo*. São Paulo: Ciranda Cultural, 2008.
- SASSAKI, R. K. *Inclusão – construindo uma sociedade para todos*. Rio de Janeiro: WVA, 1997.