



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

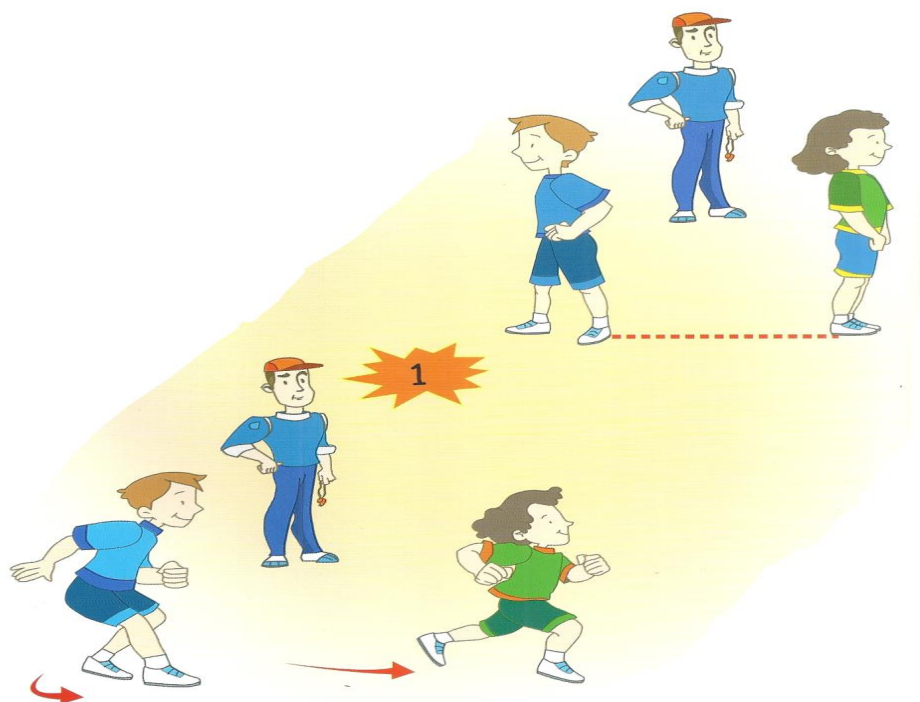
Núcleo de Educação Inclusiva

EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA



5º Roteiro de Atividades

Alunos com TEA - Transtorno do Espectro Autista, Deficiência Intelectual e Síndrome de Down.



Prof. Anderson Luiz Bruno
CREF 004667 – G / SP



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

ATIVIDADE 1 - Velocidade e Reação

✓ **Objetivo:**

Capacidades condicionais, explorar a velocidade de reação.

✓ **Material:**

Nenhum

✓ **Metodologia:**

Os participantes se organizam em duplas e se colocam de costas um para o outro, a 1 metro de distância.

Cada dupla se divide entre os números 1 e 2. Quando o professor disser o número, o participante que o tiver escolhido persegue seu colega. Ao tocá-lo com a mão em qualquer parte do corpo, ambos participantes param e voltam a se posicionar a um metro de distância de costas um para o outro.

Variações: Os participantes se colocam a 2 metros de distância.

Trocar os números 1 e 2 por:

gato e rato, polícia e ladrão, par e ímpar,
cores (vermelho e verde).





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

ATIVIDADE 2 - Velocidade e Reação

✓ **Objetivo:**

Tomar consciência da velocidade de reação.

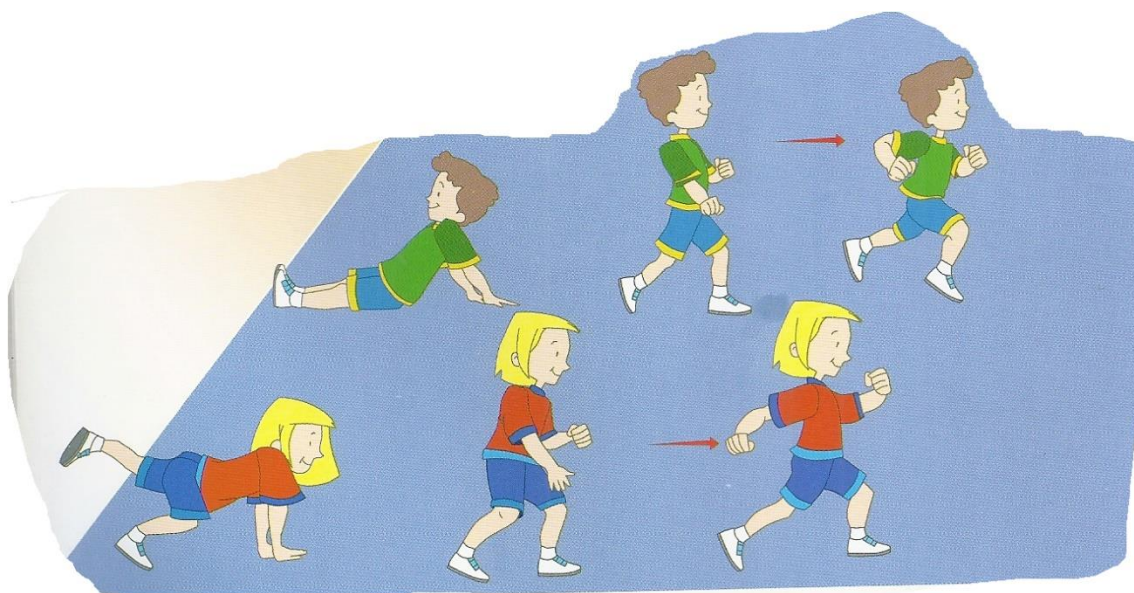
✓ **Material:**

Cones ou garrafas pet.

✓ **Metodologia:**

Os participantes se posicionam atrás de uma linha. Em frente aos participantes, coloca-se um cone a 10 metros de distância. Ao sinal do professor o participante arranca de uma posição determinada de partida, corre até o cone e volta para a linha de partida. A cada rodada os participantes iniciam a corrida com uma posição de partida diferente.

Técnica: Serão praticadas as seguintes posições de partida: em pé, sobre as 3 bases de sustentação (um pé e duas mãos), sobre 4 apoios (largada de atletismo), sentados com as pernas estendidas, ajoelhados, deitados de barriga para baixo (decúbito ventral) e deitado de barriga para cima (decúbito dorsal). Os participantes se posicionam de todas as formas, primeiro em direção ao sentido da corrida e depois de costas.





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

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.