



**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

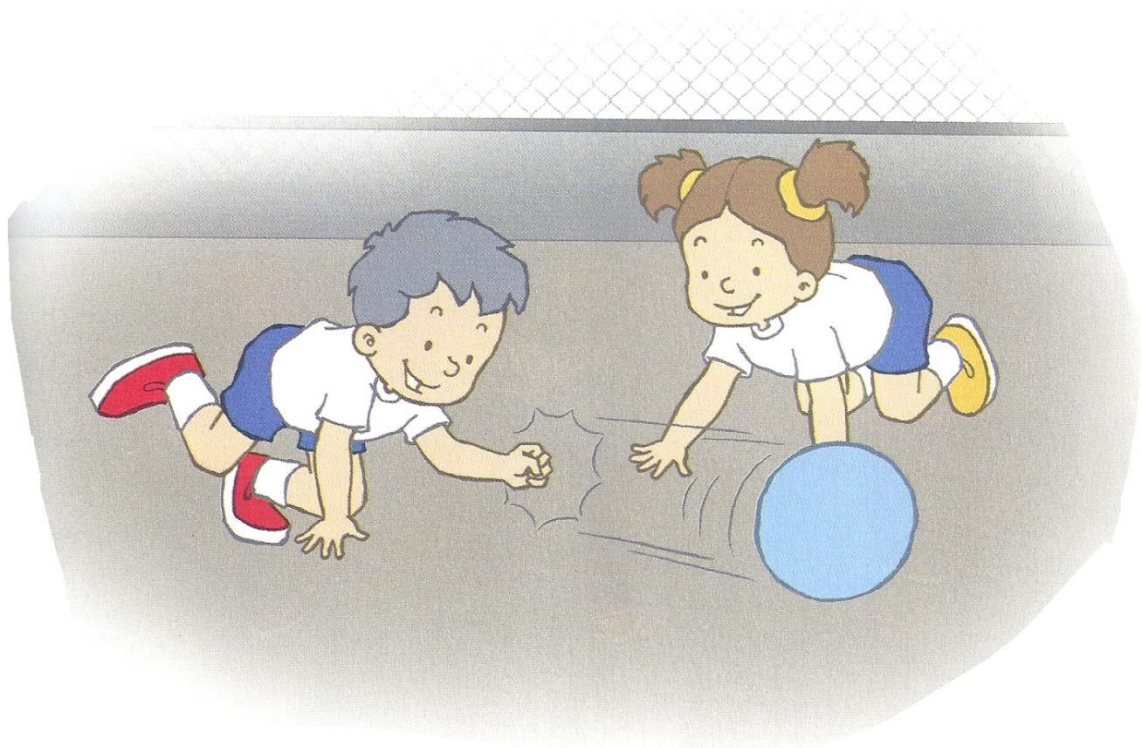
## Núcleo de Educação Inclusiva

### EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA



#### 4º Roteiro de Atividades

#### Alunos com Deficiência Física



Prof. Anderson Luiz Bruno

CREF 004667 – G / SP

## ATIVIDADE 1 - 60 segundos (Sentado)

✓ **Objetivo:**

Desenvolver a noção espacial, velocidade e a agilidade.

✓ **Material:**

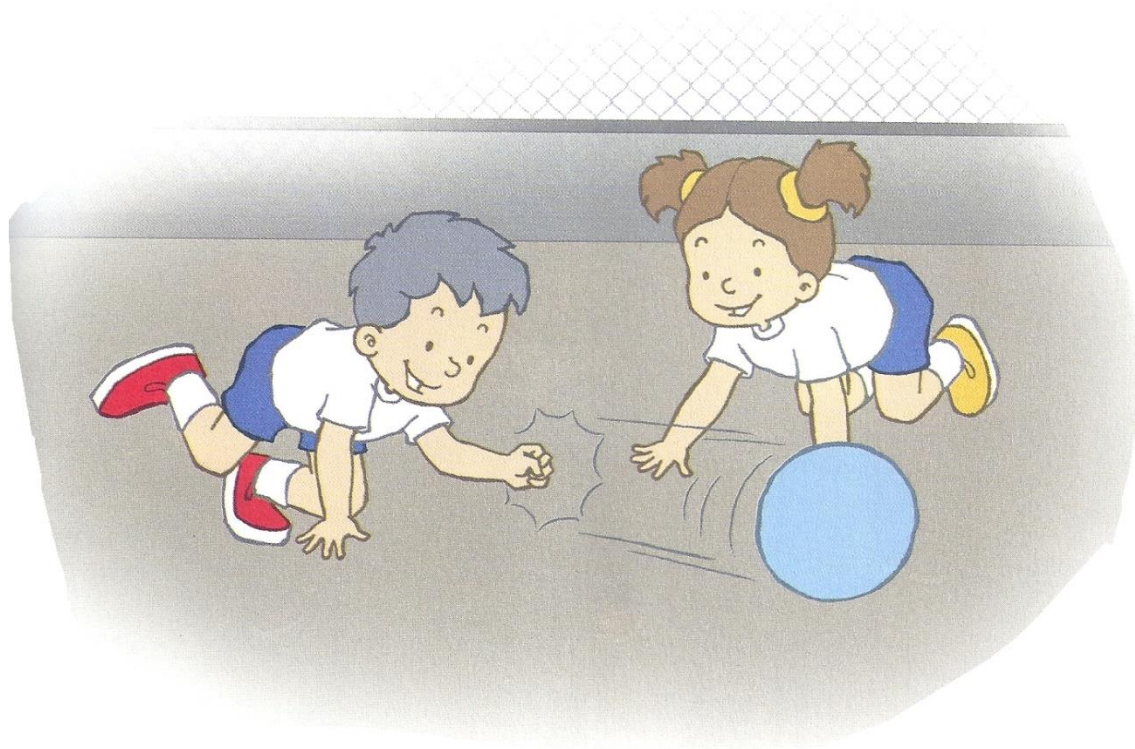
Cronômetro, relógio ou celular, várias bolinhas de papel ou pelúcias/ tampinhas de garrafa, giz ou corda para demarcar o limite de cada campo.

✓ **Metodologia:**

Separar os participantes em dois grupos. Será distribuído um número igual de \*bolinhas de papel para cada equipe. Quando der o sinal, as equipes tentam jogar o máximo de bolinhas para o lado adversário. Quando acabar o tempo (60 segundos), os participantes não poderão mais jogar as bolinhas para o lado adversário. Vence a equipe que tiver menos bolinhas no seu campo. Após a contagem, as bolinhas serão separadas novamente em números iguais para cada equipe e será dado início a mais uma rodada.

Regra Geral: Os participantes não poderão ficar em pé, podem apoiar as mãos no chão para se locomoverem.

\*Caso o participante não tenha os membros superiores a atividade deverá ser executada com os pés.



## ATIVIDADE 2 - 60 segundos II – Variação

✓ **Objetivo:**

Desenvolver a noção espacial, velocidade e a agilidade.

✓ **Material:**

Cronômetro, relógio ou celular, várias bolinhas de papel ou pelúcias/tampinhas de garrafa, balde ou caixa.

✓ **Metodologia:**

Executará a atividade um participante por vez. Será distribuído um número igual de bolinhas de papel para os participantes. Quando der o sinal, o participante tenta acertar o máximo de bolinhas no balde por 60 segundos, as bolinhas que não caírem no balde serão devolvidas ao participante, para que ele possa arremessá-las novamente no tempo estipulado. Quando acabar o tempo, os participantes não poderão mais jogar as bolinhas para o lado adversário. Vence o participante que conseguir acertar mais bolinhas no balde. Após a contagem será dado início a tentativa de outro participante. Após cada rodada o participante deverá arremessar de uma distância maior (um passo).

Regra Geral: Os participantes não poderão ficar em pé, podem apoiar as mãos no chão para se locomoverem.

\*Caso o participante não tenha os membros superiores a atividade deverá ser executada com os pés e o balde deverá ser substituído por um círculo riscado no chão.



## 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.