

PARADESPORTO ESCOLAR

AULAS - ON-LINE 13

TURMA: 7 a 10 anos

NOME DA ATIVIDADE: Carrinho de Mão

DURAÇÃO: 25 minutos

Objetivo: Desenvolver coordenação motora ampla, força e noção de espaço temporal.

RECURSOS MATERIAIS: Travesseiro ou edredom que possa ser enrolado

DESENVOLVIMENTO: Para iniciarmos o aprendizado da posição correta do carrinho de mão, iremos fazer vários educativos:

1º educativo: o participante irá fazer a posição de 6 apoios (posição do gato) para que ele aprenda a ter a percepção do abdômen contraído;



2º educativo: colocar os cotovelos no chão e fazer a posição da prancha;



3º educativo: ficar na posição de seis apoios (posição do gato) de costas para a cama ou outro móvel e as mãos no chão, irá colocar os pés ou os joelhos em cima do móvel, dificultando ainda mais o movimento, para que ele ainda perceba a posição do corpo, a contração do abdômen e a força de membros superiores. Poderá agora deslocar uma mão para frente e voltar à posição inicial, movimento de vai e vem com as mãos.



4º educativo: o participante ficará em decúbito ventral (de barriga para baixo) em cima do Rolo de edredom irá fazer o movimento com as mãos para frente e para trás.



5º educativo: Movimento final iremos executar enquanto o participante coloca as mãos no chão, com os braços estendidos, o mediador levanta e segura a coxa do aluno e empurra, como se fosse um carrinho de mão



VARIÁVEIS POR DEFICIÊNCIA

DEFICIÊNCIA AUDITIVA: O mediador deverá demonstrar os exercícios visualmente ou pela Língua Brasileira de Sinais (libras), podendo acompanhar pelo vídeo.

DEFICIÊNCIA FÍSICA: Respeitar funcionalidade de cada deficiência e suas especificidades. Para as pessoas que utilizam cadeiras de rodas, podem sair dela, o mediador deverá colocar um rolo feito de edredon (ou travesseiro) e o participante deverá ficar em decúbito ventral (barriga para baixo) em cima do rolo feito, irá fazer o movimento parado(podendo fazer 3 vezes de 10 segundos), e após fazer deslocando as mãos para frente e para trás. Se o participante conseguir, o mediador poderá assim como descrito acima fazer a posição do carrinho de mão parado, depois de adquirir força, poderá fazer com movimentação de mãos. Procurar desenvolver em um local acessível e que não traga risco ao participante.

DEFICIÊNCIA INTELECTUAL: Demonstrar o desenvolvimento da atividade, através da linguagem corporal, repetir quantas vezes for necessário e utilizar objetos de uso diário para que o participante compreenda os comandos.

DEFICIÊNCIA VISUAL: Os participantes deverão ser conduzidos pela linguagem corporal, por comandos verbais, o mediador pode demonstrar ao participante para que possa através do tato sentir como está o corpo do mediador, para que ele imite. Antes de fazer o movimento completo além dos educativos sugeridos, realizar o movimento também para que o participante saiba como fazer as mãos alternadas do engatinhar no chão. Mediador poderá bater com chinelo no chão na frente da criança e ela tem que mover a mão: por exemplo bater com chinelo na frente da mão esquerda ela tem que mover a mão esquerda, na frente da mão direita ela tem que mover a mão direita, assim ela irá entender como caminhar com as mãos nos movimentos do terceiro educativo, e no carrinho de mão. O participante poderá acompanhar a audiodescrição.

PROFESSORES RESPONSÁVEIS:

- Dini Francis Costa Felismino
- Fabrício Saviolo Moreira
- Katia Fernanda Kammers Naatz
- Tuani Morgana Tottene Cachoeira

DIRETORIA RESPONSÁVEL:

- **DIRETORA GERAL DO PARADESPORTO:** Giselle Margot Chirulli
- **COORDENADORA DO PARADESPORTO ESCOLAR:** Karla Costa de Liz
- **COORDENADORA DA NATAÇÃO INFANTIL:** Samira Valle Sasse