



## PARADESPORTO ESCOLAR AULA ON-LINE 19

<b>TURMA:</b> 14 a 19 anos
<b>NOME DA ATIVIDADE:</b> Fundamentos do Voleibol
<b>DURAÇÃO:</b> 15 minutos.
<b>OBJETIVO:</b> Deslocamento, coordenação motora, reflexo e precisão.
<b>RECURSOS MATERIAIS:</b> Sacola plástica e bolas.
<b>DESENVOLVIMENTO:</b> determinar um espaço onde a atividade melhor possa ser desenvolvida. Participante sairá do ponto de partida, passando pelo trajeto determinado trabalhando os movimentos dos membros superiores do fundamentos do voleibol: <ul style="list-style-type: none"><li>● Saque: É o ato de enviar a bola da área de saque para a quadra contrária pelo atleta, que deverá golpeá-la com parte do braço. Para o golpe, a bola deverá estar solta. Será direcionada para a quadra do adversário e passar por sobre a rede e entre as antenas.</li><li>● Toque: Cotovelos flexionados e abertos. Mãos no formato da bola e acima da cabeça na direção da testa. Sempre alinhe o corpo para onde for fazer o levantamento ou passar a bola.</li><li>● Manchete: é o fundamento mais básico e essencial do voleibol. Ela é usada para acertar as bolas mais baixas e, geralmente é o recurso de recepção de saque e de defesa mais comum. Bata na bola à frente do corpo, com o último terço do antebraço, no momento do contato com a bola, permaneça imóvel no momento da recepção para fazer uma boa manchete.</li></ul> <p>O deslocando deverá ser desenvolvido para frente, trás e lateral. Cada percurso ida e vinda se trabalha um fundamento com 3 repetições de cada um.</p>
<b>VARIÁVEIS POR DEFICIÊNCIA</b>
<b>DEFICIÊNCIA AUDITIVA:</b> 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. Para as pessoas que utilizam cadeiras de rodas. Desenvolver em um local seguro, em que o participante consiga se deslocar sem auxílio, podendo ser desenvolvida sentado no chão.

**DEFICIÊNCIA INTELECTUAL:** Demonstrar o desenvolvimento da atividade, através da linguagem corporal e ou pelo Sistema de Comunicação por Troca de Imagens - PECS para que o participante compreenda os comandos. Utilizar uma tarefa de cada vez e repetir quantas vezes forem necessárias para que o participante compreenda os comandos.

**DEFICIÊNCIA VISUAL:** Desenvolver reconhecimento tátil do material e do local para identificar o espaço. Deve-se utilizar, sacola ou cordas, sinalizando início e final do percurso. O participante deverá acompanhar a audiodescrição e o comando de voz do seu mediador caso necessário.

**PROFESSORES RESPONSÁVEL:**

- Ana Cristina Morbs
- Jeison Rafael Sasse
- Luís Carlos Benitez
- Nivaldo Junior
- Marina de Gang

**DIRETORIA RESPONSÁVEL:**

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