



PARADESPORTO ESCOLAR AULA ON-LINE 19

TURMA: 14 a 19 anos
NOME DA ATIVIDADE: Fundamentos do Voleibol
DURAÇÃO: 15 minutos.
OBJETIVO: Deslocamento, coordenação motora, reflexo e precisão.
RECURSOS MATERIAIS: Sacola plástica e bolas.
DESENVOLVIMENTO: 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">● 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.● 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.● 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. <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>
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. 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