E.M.E.F. “RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES”

NOME: _____ **Nº**_____

EDUCAÇÃO FÍSICA **PROFESSOR: ANTONIO H. GUERATO JUNIOR**

EDUCAÇÃO FÍSICA- SEMANA DE 13 À 17/07 DE 2020

ESPORTE DE PRECISÃO

ESPORTES DE PRECISÃO SÃO AQUELES NOS QUAIS O OBJETIVO É APROXIMAR OU ATINGIR UM OBJETO A UM ALVO.
O MAIS IMPORTANTE NOS ESPORTES DE PRECISÃO É A PONTARIA E NÃO A FORÇA, A VELOCIDADE OU A HABILIDADE.
ALGUNS EXEMPLOS SÃO ARCO E FLECHA, DARDO DE SALÃO, GOLFE, TIRO E BOCHA.

ASSISTAM AO VÍDEO OU SIGAM O PASSO A PASSO E TENTEM REPRODUZIR O JOGO.

VÍDEO DISPONÍVEL EM: https://www.youtube.com/watch?v=Yhy0-3BWxrU

CASO VOCÊ NÃO CONSIGA ACESSAR O VÍDEO SIGA AS INSTRUÇÕES ABAIXO.

Fonte Limerique. Acesso em julho, 2020

VOCÊ VAI PRECISAR DE:

- 1 BALDE, UMA BACIA OU CAIXA.
- 10 BOLINHAS DE BORRACHA, DE PLÁSTICO OU DE PAPEL.

COLOQUE O BALDE A 5 PASSOS DE VOCÊ.

1ª ATIVIDADE

- COM A MÃO DIREITA JOGUE AS BOLINHAS UMA A UMA EM DIREÇÃO AO BALDE. CONTE QUANTOS PONTOS FEZ E MARQUE.

2ª ATIVIDADE

- COM A MÃO ESQUERDA JOGUE AS BOLINHAS UMA A UMA EM DIREÇÃO AO BALDE. CONTE QUANTOS PONTOS FEZ E MARQUE.

3ª ATIVIDADE

- PEGUE UMA BOLINHA E PULE EM UM PÉ SÓ ATÉ CHEGAR PRÓXIMO AO BALDE, JOGUE A BOLINHA E VOLTE. CONTE QUANTOS PONTOS FEZ E MARQUE.

4ª ATIVIDADE

- SEGURE A BOLINHA ENTRE O QUEIXO E O PEITO. VÁ ATÉ O BALDE E TENTE ACERTAR SEM ABAIXAR. CONTE QUANTOS PONTOS FEZ E MARQUE.

SOME A SUA PONTUAÇÃO E SE TIVER ALGUÉM JOGANDO COM VOCÊ VEJA QUEM FEZ MAIS PONTOS.

POSTE NO GRUPO FOTOS DO JOGO, PARA QUE POSSAMOS SOCIALIZAR COM OS COLEGAS.

BOA SEMANA E UM BOM DIVERTIMENTO!!!

LOGO ESTAREMOS TODOS JUNTOS NOVAMENTE.

“Nenhuma violação de direitos autorais pretendidas”