



PARA DESPORTO ESCOLAR AULAS ON-LINE 15

TURMA: 11 a 13 anos

NOME DA ATIVIDADE: Circuito Divertido

DURAÇÃO: 45 minutos

OBJETIVO: Desenvolver a coordenação motora, agilidade, força muscular, raciocínio lógico, noção espaço temporal.

RECURSOS MATERIAIS: garrafas pet, bola, cadeira, cabo de vassoura, corda, 12 objetos sendo que a cada 3 devem ser semelhantes (ex: 3 copos plásticos, 3 almofadas, 3 potes, 3 ursos), bambolê ou duas caixas de papelão, pedaços de tecido.

DESENVOLVIMENTO: Nosso circuito será dividido por estações. Segue abaixo o desenvolvimento de cada uma delas:

1ª estação: Coloque as garrafas em fila, com uma distância de quatro passos entre elas e a cadeira um pouco mais a frente. O participante deverá passar entre elas fazendo zig e zag e conduzindo a bola com o cabo de vassoura, assim que terminar o zig e zag deve acertar a bola no gol, que nesse caso é entre as pernas da cadeira.

2ª estação: Coloque os panos no chão e peça para que o participante pegue-os de um em um, com o cabo de vassoura e os conduza até o local determinado pelo mediador.

3ª estação: Com a corda ou fita adesiva forme alguns quadrados (4x3) e distribua entre eles os objetos que você selecionou, a intenção é que o participante os organize sequencialmente, formando três pares.

4ª estação: Para o próximo passo, vamos utilizar a caixa e alguns objetos que você selecionou. Peça que o participante deite no chão em decúbito dorsal (com a barriga virada pra cima). Posicionar os objetos perto do pés e a caixa acima da cabeça, o objetivo é pegar os objetos com os pés e colocar dentro da caixa.

5ª estação: Agora utilizar as duas caixas de papelão ou bambolê, explique para o participante que ele deve atravessar uma distância, mas só pode fazer isso pisando dentro das caixas de papelão ou bambolê.

6ª estação: Para a última estação você deve amarrar a corda no bambolê e posicionar a bola dentro do mesmo, agora o participante deve puxar até o ponto determinado, sem deixar a bola escapar.

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 a funcionalidade de cada deficiência. Para as pessoas com comprometimento severo e que utilizam cadeiras de rodas o circuito pode ser realizado da mesma maneira, caso seja necessário algumas modificações realizar de acordo com as especificidades do participante. O espaço físico deve ser acessível, procurando dar autonomia ao participante.

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 comprehenda os comandos, sendo que o mediador explicará as tarefas uma de cada vez e repetir quantas vezes for necessário, estimulando sua autonomia.

DEFICIÊNCIA VISUAL: Desenvolver reconhecimento tátil dos objetos a serem utilizados e no espaço físico utilizar um cordão para compreender o circuito. O mediador será o guia ou chamador que dará os comandos verbais, orientando as ações motoras a serem seguidas.

PROFESSORES RESPONSÁVEIS:

- Emanuella Grah de Souza
- Liliane do Rosário Rodrigues Nunes
- Sesuana Inaye Aparecida Magalhães da Rosa
- Wilson Bortoli Júnior

DIRETORIA RESPONSÁVEL:

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