



PARADESPORTO ESCOLAR AULAS ON-LINE 18

TURMA: 11 a 13 anos

NOME DA ATIVIDADE: Educativos de Tênis de Mesa

DURAÇÃO: 45 minutos.

OBJETIVO: Desenvolver a coordenação motora, atenção, agilidade, precisão e percepção auditiva.

RECURSOS MATERIAIS: Copos plásticos, bolinha pequena, fita adesiva, raquete.

DESENVOLVIMENTO:

Atividade 01: Posicionar os copos sobre uma mesa virados com a boca para cima, um ao lado do outro, com um pequeno espaço entre si. Você terá que acertar a bolinha dentro do copo, mas para isso ela precisa primeiro quicar na mesa e depois cair dentro do copo. Conforme for acertando, ir virando o copo para baixo. A brincadeira encerra quando você acertar todos, ou quando alguém terminar primeiro;

Atividade 02: Coloque uma caixa de papelão em cima da mesa posicionada em um dos dois lados e algumas bolinhas ou objetos para serem lançados na outra extremidade da mesa, porém, na mesma lateral que a caixa. O participante deve pegar as bolinhas, uma por vez, e fazer o deslocamento lateral para jogar a bola dentro da caixa. (Ele ficará em diagonal com o alvo);

Atividade 03: Faça uma linha no chão distantes 2 a 3 passos da parede, depois troque passe na parede fazendo deslocamentos laterais sem poder pisar na linha. Realize de 3 a 5 vezes esta atividade;

Atividade 04: Agora em dupla e sobre uma mesa, ou você pode desenhá-la no chão e, utilizando a raquete ou algo que a represente (tampa, livro).



Fique posicionado no x para realizar atividade. De pé ou sentado, um em cada lado, comece a atividade realizando passes rasteiros e depois quicando a bolinha. Faça entre 5 a 10 minutos. Atenção: a bola deve quicar uma vez em cada lado, antes que seu oponente alcance.

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: O espaço deve ser acessível e a mesa tem que ser na altura adequada. Nos educativos com deslocamento, o participante pode realizá-los sem deslocamento. Se o participante apresentar alguma dificuldade em segurar a raquete, a mesma pode ser amarrada no punho com uma faixa.

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

DEFICIÊNCIA VISUAL: Desenvolver reconhecimento tático do material e do local para identificar o espaço. O mediador ficará atrás dos copos para dar comandos sonoros ao participante que deve acertar as bolinhas dentro do copo. Vale jogar pingando ou apenas rolando a bola pela mesa. No caso do participante optar por rolar a bola, os copos devem ser colados com fita adesiva nas laterais da mesa. O participante também poderá desenvolver a atividade sentado, realizando os movimentos de passe rasteiros, quicando bolinha e saques com auxílio do mediador.

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