

UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO

ANO: 4° A, B, C, D e E

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: FRED

PERÍODO: 18/10/2021 a 29/10/2021

ATIVIDADE 1

1-Os alunos devem ler o texto abaixo aula 1 - Regras do Voleibol.

2- Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre Voleibol aula 1- 4ºano que está abaixo.

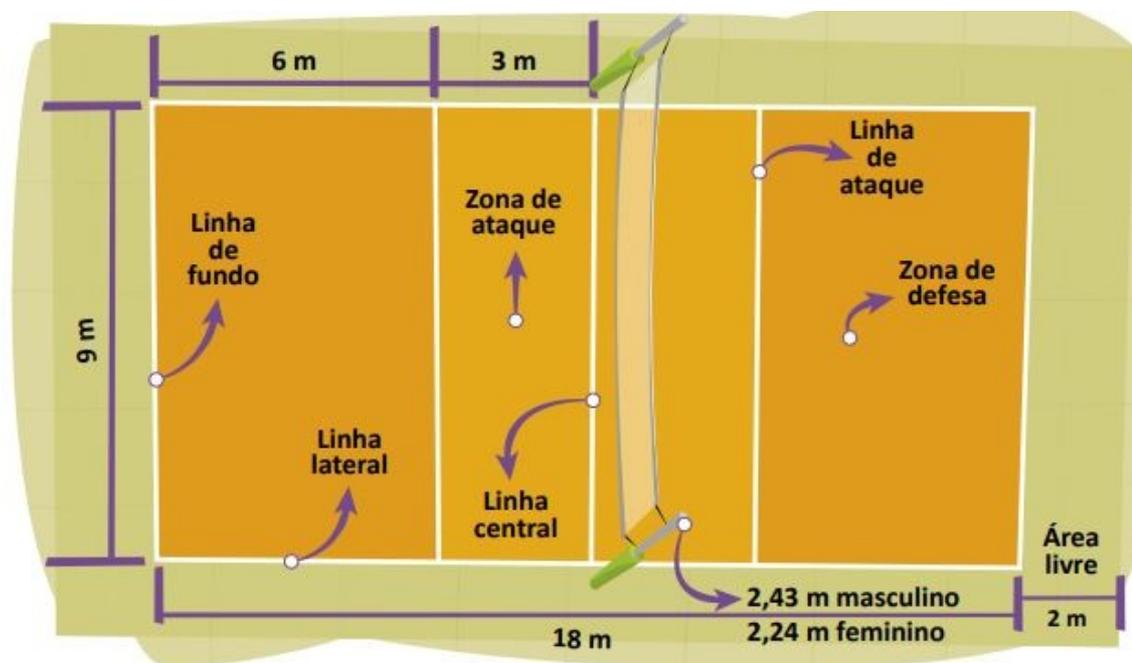
Aula 1 - Regras básicas do Voleibol

Regras do voleibol

O objetivo do jogo é não deixar a bola cair no próprio lado da quadra e, mais do que isso, fazê-la cair na quadra adversária. É um jogo muito dinâmico, pois, ao mesmo tempo que um time realiza a defesa, coordena o contra-ataque.

Medidas

Essa modalidade esportiva é disputada em uma quadra de 9 metros de largura por 18 metros de comprimento. A única diferença nas competições oficiais entre as categorias feminina e masculina é a altura da rede: 2,24 metros para as mulheres e 2,43 metros para os homens.



Tempo de Jogo

Não existe tempo predeterminado para uma partida de vôlei. Os jogos são disputados em melhor de cinco sets, e cada set termina quando uma equipe atinge 25 pontos ou mais (lembrando que é necessária a diferença de dois pontos para se ganhar o set).

Caso ocorra empate nos quatro primeiros sets, disputa-se um quinto set, conhecido como tie-break, até que uma das equipes atinja 15 pontos.

Número de jogadores

Em partidas oficiais, é permitida a participação de 12 atletas no jogo, sendo seis titulares e seis reservas. No vôlei, não há limite de substituições.

Número de toques na bola

Cada equipe pode tocar três vezes consecutivas na bola para tentar marcar o ponto, e vale lembrar que o toque do bloqueio não entra nessa conta. Ou seja, se uma equipe realizar o bloqueio e permanecer com a posse de bola, ela ainda pode realizar três toques para tentar pontuar.

Toque na rede ou na antena

Ao realizar um ataque próximo à rede, o atleta necessita de muita técnica, pois é proibido tocar qualquer parte do corpo na rede ou na antena.

Nome:

Classe:

Questionário sobre Voleibol aula 1- 4º ano

1- Qual o número de toques permitido para cada equipe no Voleibol?

() Cada equipe pode tocar quatro vezes consecutivas na bola para tentar marcar o ponto.

() Cada equipe pode tocar três vezes consecutivas na bola para tentar marcar o ponto.

() Cada equipe pode tocar duas vezes consecutivas na bola para tentar marcar o ponto.

2- Qual a medida da quadra de Voleibol?

() A quadra de Voleibol mede 12 metros de largura por 20 metros de comprimento.

() A quadra de Voleibol mede 9 metros de largura por 18 metros de comprimento.

() A quadra de Voleibol mede 14 metros de largura por 22 metros de comprimento.

3- Quantos jogadores participam de uma partida no Voleibol?

() 10 Jogadores (6 titulares e 4 reservas).

() 12 Jogadores (6 titulares e 6 reservas).

() 16 Jogadores (6 titulares e 10 reservas).

ATIVIDADE 2

1- Os alunos devem ler o texto abaixo aula 2 - Posições táticas no Voleibol.

Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre Voleibol aula 2- 4ºano que está abaixo.

Aula 2 - Posições táticas no Voleibol

Líbero

Posição introduzida no voleibol a partir de 1993, com função, especificamente, de recepção e defesa. Um jogador que atua nessa posição não pode sacar nem concluir uma ação de ataque.



Levantador

Essa posição tem como principal objetivo passar a bola da melhor maneira para quem está atacando, ou seja, quanto melhor for a técnica do levantador, mais fácil será para o atacante marcar o ponto.

Atacante de meio ou central

Além de ter papel fundamental no ataque, o jogador auxilia também na defesa, pois costuma ter altura privilegiada, facilitando o bloqueio do ataque adversário.



Atacante de ponta ou ponteiro passador

Assim como a posição anterior, os atacantes de ponta ou ponteiros passadores também têm função dupla. Além de se preocuparem com as ações ofensivas, têm função defensiva importante. Geralmente, são atletas que apresentam bom passe.



Oposto

Jogador especialista em ações ofensivas da equipe. Recebe esse nome justamente pelo fato de o jogador atuar na posição oposta à do levantador.

Nome :

Classe:

Questionário sobre Voleibol aula 2- 4º ano

1- Qual posição do Voleibol tem a seguinte função: "Jogador especialista em ações ofensivas da equipe, atua na posição oposta à do levantador".

- () Atacante de meio
- () Levantador
- () Oposto

2- Qual a função do Líbero no Voleibol?

- () Além de se preocuparem com as ações ofensivas, têm função defensiva importante.
- () Jogador especialista em ações ofensivas da equipe, atua na posição oposta à do levantador.
- () Posição introduzida no voleibol a partir de 1993, com função, especificamente, de recepção e defesa.

3- Qual posição do Voleibol tem a seguinte função:

"Essa posição tem como principal objetivo passar a bola da melhor maneira para quem está atacando".

- () Oposto
- () Levantador
- () Líbero