



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES

UME: OLAVO BILAC

ANO: 2020 COMPONENTE CURRICULAR: ED. FÍSICA 4^{os} ANOS A, B, C, D

PROFESSOR(ES): ROGÉRIO FONSECA

PERÍODO DE 15/06/2020 A 19/06/2020

ATIVIDADE – 2

“VOLEIBOL ADAPTADO NO OLAVO BILAC”

Olá pessoal tudo bem?

Nessa semana iremos falar um pouco sobre voleibol adaptado, para isso gostaria que vocês fizessem a leitura do texto anexo quantas vezes for necessário até que o conteúdo fique bem claro para todos.

Se mesmo assim surgirem dúvidas lembrem-se que eu estarei à disposição de vocês para maiores esclarecimentos sobre o assunto.

Espero que vocês gostem

Desejo a todos uma excelente semana de estudos.

Até a próxima!

VOLEIBOL ADAPTADO



O VOLEIBOL ADAPTADO FOI CRIADO PARA ATENDER O MAIOR NÚMERO DE PRATICANTES. SENDO ASSIM, MISTURAMOS AS REGRAS DO VOLEIBOL COMUM COM AS DO CÂMBIO.



VEJA AS PRINCIPAIS REGRAS;

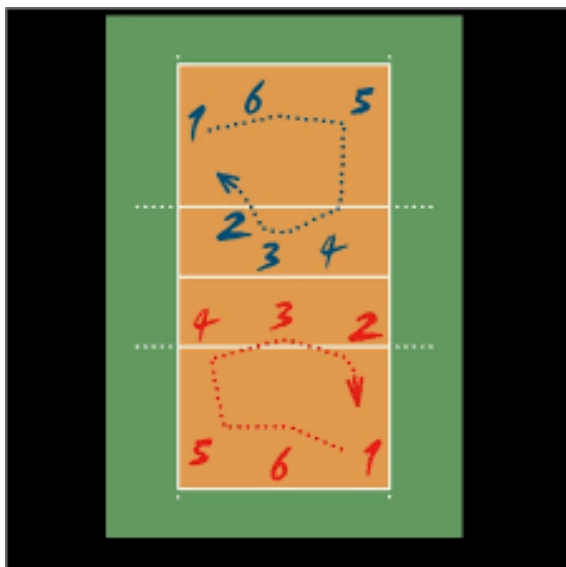
1ª O NÚMERO DE PRATICANTES É SEIS, PORÉM DIVIDIDOS EM TRÊS MENINOS E TRÊS MENINAS.

2º É PROIBIDO TOCAR A REDE COM QUALQUER PARTE DO CORPO QUANDO A BOLA ESTIVER EM JOGO.

3º PARA FACILITAR A RECEPÇÃO E O PASSE, É POSSÍVEL SEGURAR A BOLA COM AMBAS AS MÃOS, PORÉM NÃO É PERMITIDO SOLTÁ-LA E SEGURÁ-LA NOVAMENTE, POIS ASSIM, SERÁ CONSIDERADO DOIS TOQUES.

4º SERÁ FEITO UM RODÍZIO ENTRE OS JOGADORES, PARA QUE TODOS SAQUEM, DEFENDAM E ATAQUEM DENTRO DA PARTIDA.

5º CADA CAMPO DE JOGO (LADO DA QUADRA) SERÁ DIVIDIDO EM SEIS PARTES IGUAIS, SENDO TRÊS “TRASEIRAS” QUE SÃO PRÓXIMAS A LINHA DE FUNDO E TRÊS PRÓXIMAS A REDE, ÀS QUAIS CHAMAREMOS DE “DIANTEIRAS”.



A PRIMEIRA PARTE TRASEIRA DA DIREITA PARA A ESQUERDA SERÁ DENOMINADA POSIÇÃO NÚMERO (1) E AS DUAS SEQUENTES DE NÚMERO (6) E NÚMERO (5).

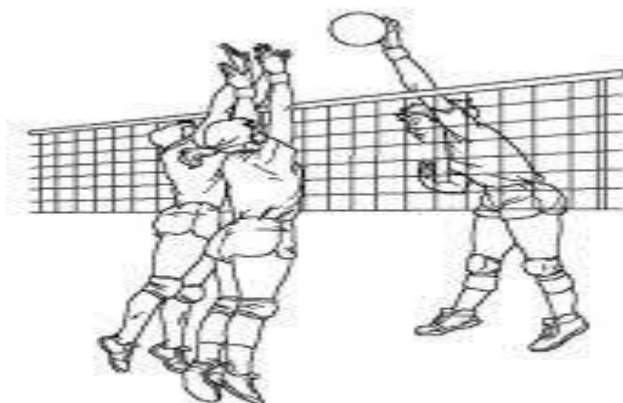
JÁ NAS PARTES DIANTEIRAS A PRIMEIRA DA ESQUERDA PARA A DIREITA SERÁ DENOMINADA POSIÇÃO (4) E AS DUAS SEQUENTES DE (3) E (2).

6º O JOGADOR QUE ESTIVER OCUPANDO A POSIÇÃO (1), SERÁ O RESPONSÁVEL PELO SAQUE, E CASO SEJA CONVERTIDO EM PONTO O MESMO, CONTINUARÁ SACANDO A BOLA ATÉ QUE A SEQUÊNCIA SEJA QUEBRADA.

SEQUÊNCIA QUEBRADA SIGNIFICA QUE A JOGADA EM QUE O SAQUE FOI REALIZADO RESULTOU EM PONTO PARA O TIME ADVERSÁRIO.

7º ASSIM COMO MOSTRA A FIGURA ACIMA, QUANDO UMA SEQUÊNCIA DE SAQUES OU UM SERVIÇO FOREM QUEBRADOS, O TIME “ADVERSÁRIO” FARÁ UM RODÍZIO DE ORDEM DECRESCENTE ENTRE AS POSIÇÕES ONDE O JOGADOR QUE ESTIVER NA POSIÇÃO (6), RETORNARÁ A POSIÇÃO (5), O DA POSIÇÃO (5) PARA A POSIÇÃO (4) E ASSIM POR DIANTE ATÉ QUE O JOGADOR DA POSIÇÃO (1) OCUPE A POSIÇÃO (6).

QUANDO TODOS ESTIVEREM OCUPANDO AS SUAS NOVAS POSIÇÕES, O JOGADOR DA POSIÇÃO (1) REALIZARÁ UM NOVO SAQUE EM FAVOR DE SUA EQUIPE.



8º ASSIM COMO NO VOLEIBOL OFICIAL, SÓ SERÁ PERMITIDO NO MÁXIMO TRÊS TOQUES NA BOLA ANTES DE PASSÁ-LA PARA A OUTRA QUADRA, SEM QUE A MESMA PESSOA FAÇA DOIS TOQUES SUBSEQUENTES.

9º O OBJETIVO DO JOGO É QUE SE CONSIGA FAZER A BOLA TOCAR O CHÃO DO TIME ADVERSÁRIO OU AS LINHAS DELIMITROFES.



10º CASO A BOLA VÁ PARA FORA DA QUADRA, O PONTO SERÁ DO ADVERSÁRIO, A MENOS QUE O MESMO A TENHA TOCADO ANTES DE CAIR NO CHÃO.

11º AS PARTIDAS SERÃO COMPOSTAS POR TRES “SETS” DE 15 PONTOS CADA, ONDE O GANHADOR DE DOIS DELES SERÁ DADO COMO VENCEDOR.



**ESPERO QUE TENHAM GOSTADO...
SE CUIDEM.
#FIQUEMEMCASA...**