

## **ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES**

**UME: OLAVO BILAC**

**ANO: 2020 COMPONENTE CURRICULAR: ED. FÍSICA 4<sup>os</sup> ANOS A, B, C e D**

**PROFESSOR(ES): ROGÉRIO FONSECA**

**PERÍODO DE 22/06/2020 A 26/06/2020**

### **ATIVIDADE – 3**

#### **“VOLEIBOL ADAPTADO NO OLAVO BILAC”**



Olá pessoal tudo bem;

Nessa semana continuaremos a falar um pouco sobre voleibol adaptado, para isso gostaria que vocês respondessem o questionário abaixo baseado na leitura do texto que foi passado para vocês na semana passada.

Por esse motivo se precisarem, podem consultar o mesmo e localizar as informações necessárias.

Lembrem-se que isso não é uma prova, e sim um exercício para fixação do conteúdo.

Esse questionário pode ser feito no vosso caderno ou até mesmo em uma folha de sulfite.

Na semana que vem postarei a correção do mesmo.

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

Desejo a todos uma excelente semana de estudos.

Até a próxima!

e-mail: [rogerioef2ano@gmail.com](mailto:rogerioef2ano@gmail.com)

# Questionário sobre “Voleibol Adaptado”



- 1- Para que foi criado o voleibol adaptado?
- 2- O que acontece quando um jogador do seu time toca na rede?
- 3- Qual jogador é o responsável pelo saque?
- 4- Quantos toques são permitidos dar na bola, por cada equipe antes de arremessá-la para a quadra adversária, exceto na hora do saque?
- 5- De que maneira é feito para que todos os jogadores tenham a oportunidade de realizar um saque?
- 6- Qual é o objetivo do jogo de voleibol?
- 7- De quem será o ponto caso o seu time jogue a bola e ela toque o chão da quadra adversária?
- 8- Quantos jogadores fazem parte de uma partida de voleibol adaptado?
- 9- Quantos pontos e sets duram uma partida de voleibol adaptado?
- 10- No voleibol oficial os jogadores precisam de muita habilidade para dar o toque na bola de maneira correta. O que é permitido no voleibol adaptado para facilitar a recepção e o passe?

# 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;**

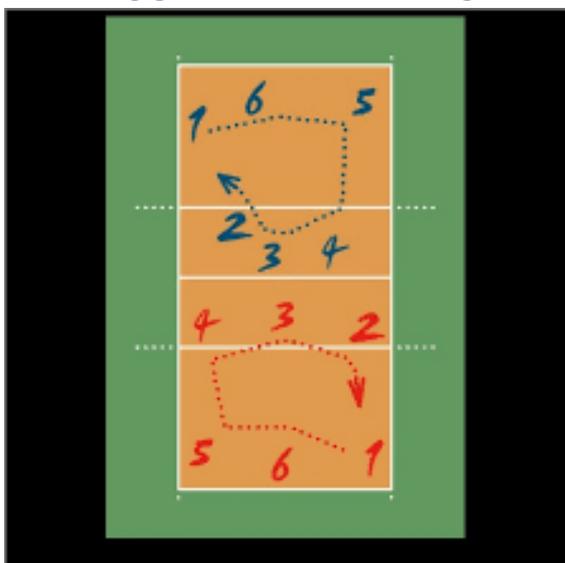
**1ª O NÚMERO DE PRATICANTES É SEIS, PORÉM DIVIDIDOS EM TRÊS MENINOS E TRÊS MENINAS.**

**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).**

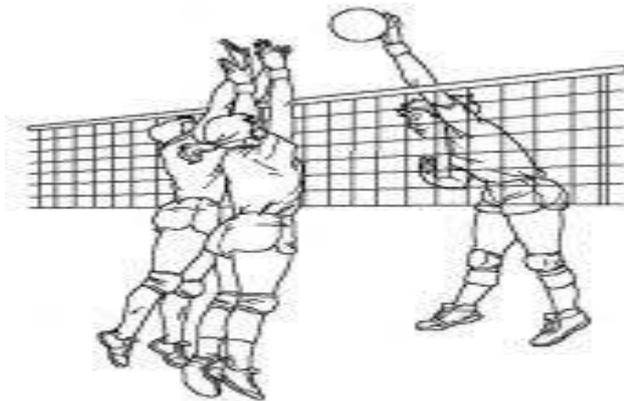
**JÁ NAS PARTES DIANTEIRAS A PRIMEIRA DA ESQUERDA PARA A DIREITA SERÁ DENOMINADA POSIÇÃO (4) E AS DUAS SEQUENTES DE (3) E (2).**

**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.**



**10° 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.**

**11° 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.  
#FIQUEMENCASA...**