ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICIPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESCOLA MUNICIPAL RURAL MARIA ANA RUSO

Nome: _____ Turma: 9º "U" Turno: Vespertino

Professor (a): Walkyria Assunção Bastos Ensino Fundamental II

Período de 01/07 a 15/07 Quantidade de aulas: 05

Componente Curricular: Educação Física

***Atividades para serem realizadas durante o isolamento social, no combate ao Novo Coronavírus (COVID-19)**

Objeto de conhecimento: Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate

Habilidade: MS.EF89EF00.a.02

Aula 01 a 03 **-** Educação Física

Esporte de Invasão

Esportes de invasão: para a disputa desses esportes existem duas equipes que possuem uma meta a ser defendida e a meta do adversário para ser invadida e atacada, a fim de computar pontos. A transição de ataque para defesa acontece a todo o momento. A manutenção da posse de bola é de suma importância para a eficiência do ataque e, nesse momento, a defesa deve se posicionar da maneira mais adequada para retomar a posse da bola e passar a atacar. As metas a serem defendidas e/ou atacadas estão sempre posicionadas nas linhas de fundo dos campos ou quadras retangulares, características desses esportes. Exemplo: basquetebol, frisbee, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei na grama, polo aquático, rúgbi, etc.

Basquetebol

Origem

O basquetebol foi criado em 1891 pelo professor de Educação Física canadense James Naismith (1861-1940).
Na época, ele trabalhava na Associação Cristã de Moços de Springfield, Massachusetts, nos Estados Unidos.

Regras do Basquetebol

O basquetebol tem como objetivo inserir a bola no cesto correspondente à sua equipe. Portanto, há dois cestos em cada extremidade de quadra a 3,05 metros do chão. O local onde está o cesto é chamado de **tabela**.
Ganha a equipe que fizer o maior número de pontos. Note que os pontos variam segundo o local de arremesso. Ou seja, para lance livre é somado um ponto, do contrário, dois pontos são somados ao placar.
Há ainda, os pontos feitos quando os jogadores estão próximos da linha de três. Como o próprio nome indica, nesse caso, três pontos são contados.
O jogo está dividido em 4 tempos, sendo 10 minutos para cada. Ele está baseado em batidas, passes de bola e posições de defesa e ataque.
Os passes de bola podem ser: passe com a mão, passe de peito, passe picado (ou quicado), passe de ombro e passe por cima da cabeça.
Já os arremessos mais utilizados são a bandeja e o jump. As chamadas "enterradas" ocorrem mediante um salto e a colocação da bola no cesto.

Note que os jogadores não podem dar mais de três passos com a bola nas mãos. Antes disso, ele deve passar para o colega do time.

Faltas

Num jogo de basquete um jogador não pode receber mais que 5 faltas. Se isso acontecer, ele está fora do jogo. As faltam podem ser cometidas quando o jogador dá mais de dois passos sem quicar a bola.
Além disso, o jogador não pode permanecer mais que 5 segundos com a bola nas mãos. Isso faz com que o basquete seja um jogo bem dinâmico.
Já na área denominada "garrafão", os jogadores não podem permanecer mais de 3 segundos.
Por fim, e como é óbvio, agressões entre jogadores são consideradas faltas e ainda, se encostar nos braços ou mãos do adversário que está com a bola.

Jogadores

O basquetebol é disputado entre **duas equipes de 5 jogadores** cada. São classificados em armadores (base), extremos e postes (pivôs).
Isso dependerá de sua posição e objetivos no desenvolvimento do jogo. Os armadores estão localizados no centro da quadra e, portanto, são a "cabeça" do time.
Os extremos, como o nome indica, são aqueles que ficam próximos das linhas laterais. Já os pivôs, são responsáveis por maior parte dos arremessos de bola ao cesto.
Geralmente, os postes são jogadores maiores e mais ágeis da equipe. São eles também que fazem o rebote das bolas, ou seja, recuperam a bola após o arremesso.

Atividade

1- Qual o Objetivo do jogo?
2- Quantos jogadores tem cada equipe de basquete em quadra?
3- Quantos passos os jogadores podem dar com a bola na mão?
4- Quais são os tipos de passes de bola que existem no basquetebol?
5- Quais são os arremessos mais utilizados no basquete?
6- Como é dividido o tempo de jogo do basquetebol?
7- Onde foi criado o basquete? Quem criou o esporte?
8- Cite no mínimo quatro exemplos de esporte de invasão.
9- O que acontece se o jogador fazer mais de 5 faltas no jogo?
10- Como é feita a classificação da posição dos jogadores em quadra?

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICIPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESCOLA MUNICIPAL RURAL MARIA ANA RUSO

Nome: _____ Turma: 9º "U" Turno: Vespertino

Professor (a): Walkyria Assunção Bastos Ensino Fundamental II

Período de 01/07 a 15/07 Quantidade de aulas: 05

Componente Curricular: Educação Física

***Atividades para serem realizadas durante o isolamento social, no combate ao Novo Coronavírus (COVID-19)**

Objeto de conhecimento: Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate

Habilidade: MS.EF89EF00.a.02

Aula 04 a 05- Educação Física

Esporte de precisão

Nas aulas anteriores falamos sobre jogos de rede, jogos de campo e jogos de invasão.

Nesta atividade, proponho um **desafio**! Você fará a escolha de um esporte para praticar. De acordo com o esporte escolhido realize algumas adaptações necessárias para fazer a prática. (Filme ou tire foto da atividade e envie para a professora).

Em uma folha a parte faça as seguintes anotações: qual esporte foi escolhido, quais adaptações precisaram ser realizadas para a prática, e qual integrante da sua família participou do jogo com você. Informe também, se você teve alguma dificuldade para a realização da atividade e se gostou da prática.