



ATIVIDADES COMPLEMENTARES
Professor (a): Diego Jose Pereira Ayala
Projeto: Handebol
Escola: FUNCESPP
Período: 03/08 a 28/08

Atividade 01-

Peteca feita com material reciclado (jornal) – a peteca esta contemplada dentro dos jogos e brincadeiras populares, porem, ela também se tornou um esporte alternativo munido de regras e com competições pelo Brasil, muito popular no estado de Minas gerais.

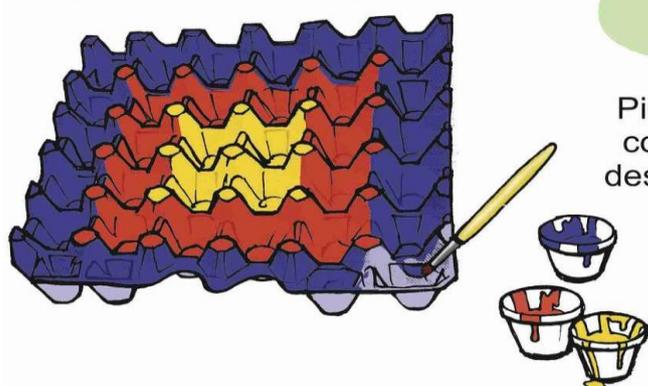
A atividade poderá ser realizada com a pessoa só ou em companhia de algum familiar, se estiver sozinho jogo consiste em golpear a peteca sem deixar que ela caia ao solo, contando quantas vezes consegue golpear sem derrubar. Agora quando realizada junto a algum familiar, desenhe um quadrado grande no chão dividindo esse quadrado ao meio, essa linha do meio serve como a rede e para dividir a “quadra”, cada jogador fica de um lado, o jogo consiste em rebater a peteca para o lado adversário com o intuito de que ela caia no campo adversário marcando assim 1 ponto, ao mesmo tempo, precisara defender sua quadra sem deixar que a peteca caia, assim perdendo 1 ponto. O jogo termina quando chegar ao placar de 21 pontos.



Atividade 02-

Tiro ao alvo com caixa de ovos – A atividade pode ser feita sozinho ou com algum familiar, o jogo consiste em atirar tampinhas de garrafa ou pedrinhas no alvo (bandeja de ovos pintada), cada jogador terá 5 tampinhas, ficara a 3 metros de distancia do alvo, cada cor corresponde ao uma pontuação parte azul vale 1 ponto, vermelha 2 pontos e a amarela vale 3 pontos, se cair fora da caixa 0 pontos, joga-se as tampinhas cada jogador por vez, ao fim da roda soma quantos pontos o jogador conseguiu fazer, os pontos são contados onde a tampinha ficou parada, ganha quem fizer mais pontos.

Tiro ao Alvo de Caixa de Ovos



Materiais:

- uma bandeja de ovos
- tintas
- pincel
- diversas tampinhas

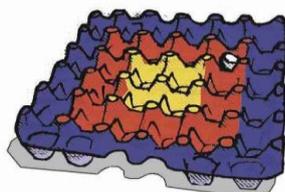
Pinte a bandeja como mostra o desenho ao lado.

Cada cor vale um ponto. Vale mais quem está perto do centro..

Use as tampinhas para acertar os buracos. Cada equipe pode ter as tampinhas de uma cor.



Para brincar, fique à uma boa distância da bandeja e tente acertar o centro, para ganhar mais pontos.



TAMANDUA.ORG.BR

Atividade 03-

Bolicho com garrafa pet – a atividade pode ser realizada sozinho ou com a companhia de um familiar, vai precisar de 10 garrafas pet, todas do mesmo tamanho de preferência, e precisará também de uma bola pode ser a que tem em casa, ou construir uma com papel, ou uma bola de meia.

Você precisa colocar as garrafas em pé com um pouco de água dentro, formando um triângulo dispondo as garrafas da seguinte forma 1 na frente, logo atrás dessa primeira coloca 2, atrás dessas coloca 3, atrás dessas 3 coloca-se as ultimas 4 garrafas. Os jogadores deverão estar a uma distancia de pelo menos 5 metros e deverão lançar a bola (essa deve ser rolada pelo chão, não vale de outra forma) para derrubar as garrafas. Cada jogador jogara uma única vez a bola, ganha quem derrubar a maior quantidade de garrafa.



Atividade 04-

Construção bola de meia

Amasse varias folhas de jornal, formando uma bola que caiba dentro da meia que será usada e a insira dentro da meia.



Torça a meia bem apertado, de maneira a ir dando o formato de bola.

Repita a torção do passo anterior, quantas vezes forem necessárias para chegar ao limite da meia.



Atenção!!! Nesse momento peça ajuda a um adulto.

Com uma agulha e um fio de linha forte e duplo costure as bordas da meia com um ponto alinhavo, repuxando bem para ficar firme.



Se desejar uma bola maior, coloque mais uma meia por cima, repetindo o processo, ou coloque já no início uma bola de papel jornal maior. Também o comprimento da meia e sua textura podem ajudar a fazer bolas maiores.

