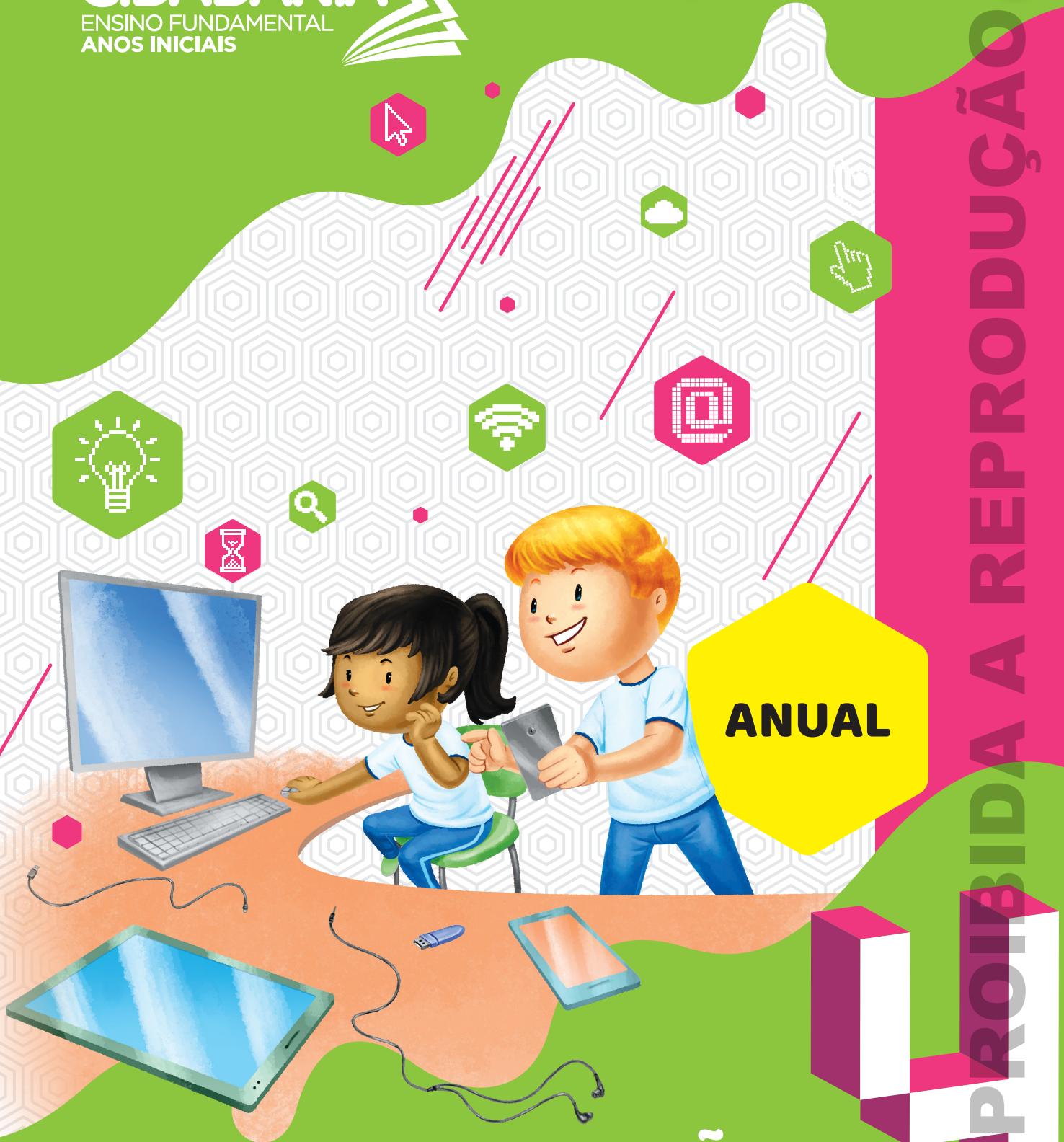




PROIBIDA A REPRODUÇÃO

ANUAL

EDUCAÇÃO FÍSICA



UNIDADE
3

Ato certeiro



PROIBIDA A REPRODUÇÃO



PROIBIDA A REPRODUÇÃO

De olho nas regras



FIQUE SABENDO

ATO CERTEIRO

As regras do jogo



Hoje
na escola teremos
muitos jogos!

É verdade!
É hoje! Eu gosto muito
de participar de todos
os jogos!



Eu
já estou me
preparando... Estou
lendo as regras dos
jogos de que quero
participar.

Puxa...
Boa ideia! Vou
me preparar
também!





VAMOS EXPERIMENTAR

Bete

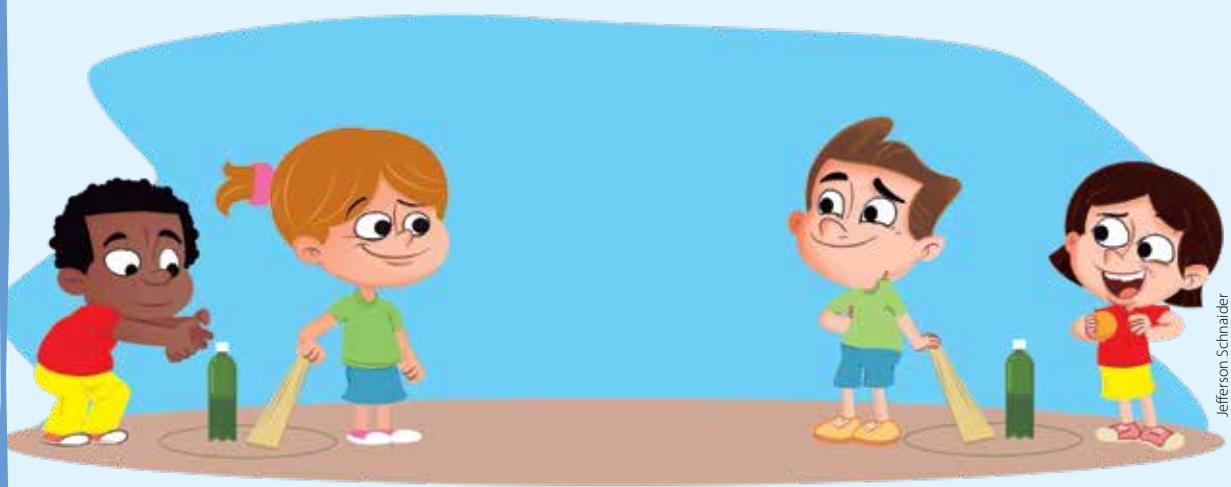
Você já conhece esse jogo? Ele é muito simples e pode ser jogado em qualquer lugar, sendo popularmente jogado na rua.

Materiais necessários

- Dois tacos
- Duas casinhas (que podem ser garrafas PET)
- Uma bolinha

Prática

Reúna-se com mais três colegas e dividam-se em duas duplas. Uma dupla ficará com a posse dos tacos com a função de rebatedores e a outra com a posse das casinhas, sendo os lançadores.



Jefferson Schneider



PROIBIDA A REPRODUÇÃO

As casinhas ficam dentro de pequenas bases (círculos), com uma distância média de oito metros uma da outra. Os lançadores se posicionarão atrás da base para realização dos lançamentos. Já os rebatedores, iniciarão com a ponta do seu taco dentro de cada base.

A dupla de lançadores deve derrubar a casinha da base. Quando derrubar, troca de posição, passando para a função de rebatedor, com a oportunidade de pontuar no jogo.

A dupla de rebatedores deve defender o alvo, ou seja, a casinha, e rebater os arremessos adversários o mais longe possível, pois enquanto o lançador buscar a bolinha, eles têm a chance de marcar pontos.



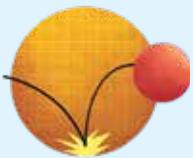
Regras

Enquanto o lançador busca a bolinha rebatida, os rebatedores podem trocar de lugar (base) um com o outro, cruzando os tacos a cada troca, devendo encostar o taco na base contrária quantas vezes for possível, até o retorno do lançador que buscou a bolinha.

Jefferson Schneider

Cada cruzada com o taco marca um ponto. Se o lançador chegar com a bolinha e os rebatedores estiverem com os tacos fora da base, ele pode tentar derrubar a casinha com a bolinha, trocando, assim, as funções das duplas.

O jogo acaba quando uma das equipes marca 10 pontos. Ao realizar o último ponto, devem colocar os tacos cruzados no chão para finalizar o jogo.



GALERIA DE CURIOSIDADES

Vamos refletir sobre as semelhanças e diferenças entre o jogo de bete e o beisebol?

BETE



funkystockphoto

BEISEBOL



leezshowstockphoto

Enquanto no jogo as regras podem ser criadas e modificadas pelos jogadores, de acordo com as necessidades dos participantes, no esporte é preciso seguir regras oficiais.

O bete é praticado em qualquer espaço disponível, enquanto o beisebol possui um campo oficial. O bete é uma prática de lazer e o beisebol é um esporte de campo e taco que pode ser vivenciado na escola de forma adaptada, mas em geral é praticado por atletas profissionais. Entre as similaridades, ambos têm como característica rebater o mais longe possível a bola lançada pelo adversário, de modo a dificultar sua recuperação, sendo este tempo utilizado para deslocar-se e pontuar. No beisebol, quanto mais longe rebater a bola, a equipe que está atacando pode percorrer um maior número de bases.

CAMPO DE BEISEBOL

christopheramit/StockPhoto



QUER SABER MAIS?

Conheça mais sobre o bete acessando o texto “Brincadeiras do passado: taco/bete”, disponível em: <<https://www.propagandahistoricas.com.br/2014/01/brincadeiras-do-passado-taco-bets.html>>.



Registre como foram as partidas de **bete** em relação ao uso correto das regras. Quais foram as dificuldades enfrentadas e como foi a solução? converse com os colegas e com o professor sobre as suas conclusões.

DIFICULDADES

SOLUÇÕES

Acervo Editora Opet

PROIBIDA A REPRODUÇÃO



ORGANIZE AS IDEIAS

Que bom poder participar dos jogos escolares! Os professores de Educação Física se esforçam bastante para organizá-los.

É função dos alunos participar e respeitar as regras dos jogos, sem brigas, com muito respeito e educação.

Marque um **X** no que é importante para um jogo funcionar bem.

ATO CERTEIRO



Acervo Editora Opet





FAÇA VOCÊ MESMO

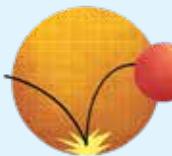
Você costuma jogar *videogame* ou ficar no computador por muito tempo? Repense essa sua prática!

Ficar muito tempo sentado em frente à TV ou ao computador, além de prejudicar a circulação e a coluna, também altera a visão.

Portanto, evite passar muito tempo em jogos digitais. Dê preferência aos jogos em que você movimenta seu corpo e se relaciona com outras pessoas. Você vai se sentir muito bem!



© Jacek Chabraszewski - Fotolia.com



HORA DE PRATICAR

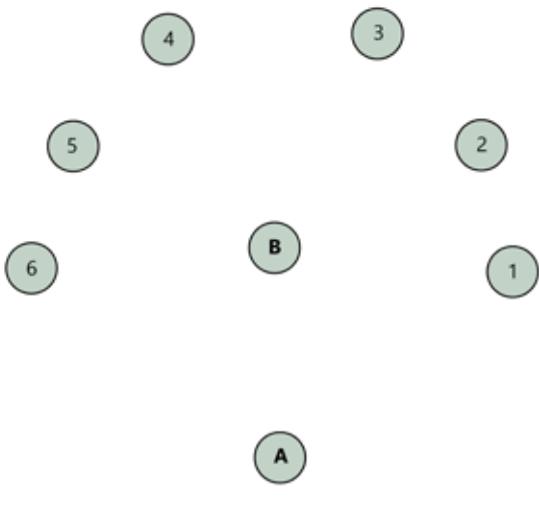
Vamos praticar o beisebol adaptado.

Materiais necessários

- Sete arcos
- Taco (ou cone)
- Bolinha (de borracha)

Prática

As disputas acontecem entre duas equipes: a que rebate e a que lança a bolinha. Cada equipe pode apresentar seis participantes. A equipe que rebate ficará agrupada no banco de reservas, sendo que um de cada vez irá para a posição de batedor. A equipe que lança a bolinha ficará espalhada na quadra, com exceção do lançador que fica em um ponto específico na quadra a cerca de 6 metros do batedor.



Regras

- Use os arcos para marcar as oito bases do jogo. Um dos arcos deve marcar a base **A**, onde ficará o batedor e o outro deve marcar a base **B**, onde ficará o lançador da bolinha. A base do lançador deve ficar cerca de 6 metros da base do batedor. Na forma de um semicírculo, numere no sentido anti-horário as bases 1, 2, 3, 4, 5 e 6. Mantenha essas bases a uma distância de 4 metros, mais ou menos, uma da outra. Observe o esquema que mostra a disposição dos arcos que marcam a posição das bases.

- O batedor fica na base **A** e usa o taco para rebater a bolinha lançada pelo lançador, da equipe adversária, posicionado na base **B**.
- A equipe do batedor permanece em um banco ao lado da quadra, aguardando a vez de jogar. E a equipe do lançador fica espalhada na quadra com o objetivo de resgatar a bolinha rebatida.
- Quando a bolinha for rebatida, o batedor deve correr para a base 1. Se a equipe adversária ainda não conseguiu resgatar a bolinha, o batedor deve prosseguir correndo para a base 2, e assim sucessivamente, com objetivo de alcançar a base 6. O batedor deve permanecer em uma das bases percorridas caso a equipe adversária consiga resgatar com rapidez a bolinha. Ele também não pode sair do arco da base onde está antes da próxima rebatida de bola.
- A equipe do batedor marca ponto quando este consegue chegar à base 6 antes da equipe adversária resgatar a bolinha.
- Se um dos integrantes da equipe do lançador conseguir pegar a bolinha rebatida, este deve tentar acertar (queimar) o batedor em movimento e que ainda não conseguiu ocupar nenhuma base ou arco.
- Neste caso, a equipe do lançador ganha ponto e troca de função com a equipe do batedor. A equipe que estava de posse do taco e rebatia a bolinha sede para a equipe que estava lançando a bolinha e vice-versa.

Invasão de território



FIQUE SABENDO

União de equipe

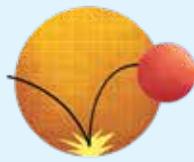


Shutterstock/Latinstock

Durante um jogo precisamos interpretar as regras corretamente, criar estratégias em grupo, respeitar e valorizar os colegas, contribuindo com o grupo todo.

Isso não é tarefa simples, pois, ao jogar em grupo, inevitavelmente os conflitos aparecem, e isso tem a ver com o fato de as pessoas serem diferentes umas das outras.

À medida que nos deparamos com essas situações, temos oportunidade de aprender a reagir de forma tranquila, baseando nossas ações no diálogo e na resolução dos problemas.



Pique-bandeira

Materiais necessários

- Bandeira, que pode ser confeccionada com papel crepom
- Cabo de vassoura

Prática

A turma se divide em duas equipes, as quais ficarão localizadas em lados opostos da quadra, cada uma em seu **território**. O objetivo é buscar a bandeira localizada ao fundo do território adversário, em uma área delimitada.

Regras

Ao passar para o território rival, corre o risco de ser colado. Para ser descolado, deve ser encostado em alguém da sua própria equipe. Quando chegar à área da bandeira estará protegido, pois os oponentes não podem entrar nesse espaço, mesmo estando dentro do seu território. Para completar a prova, uma pessoa da equipe deve cruzar o campo, levando a bandeira para o seu território. Caso seja pego no caminho, fica colado e a bandeira voltará ao seu lugar. Se conseguir cruzar a linha sem ser pego, a equipe vence a partida.

Para vencer esse jogo é necessário que o grupo crie estratégias para defender a bandeira que está no seu território e ao mesmo tempo seja eficiente na captura da bandeira do território contrário. A cada partida o grupo pode conversar e criar novas estratégias.

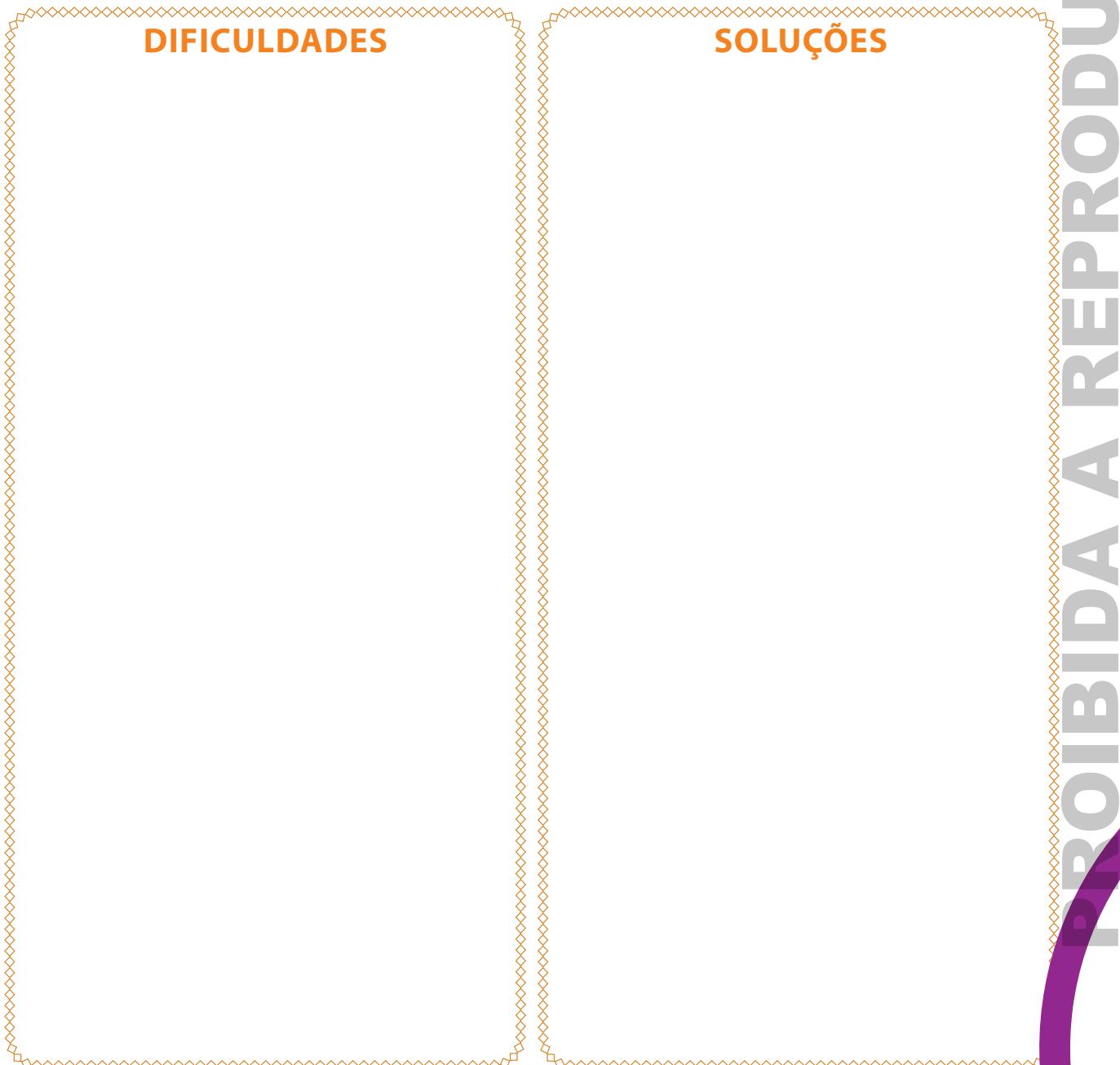


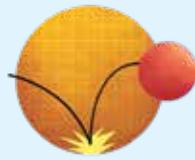
© Rafael Santos



ORGANIZE AS IDEIAS

Registre como foram as partidas de pique-bandeira em relação ao uso correto das regras. Quais foram as dificuldades enfrentadas e como foram as soluções?





VAMOS EXPERIMENTAR



Bola na linha

Vamos conhecer o jogo **bola na linha** e praticar com os colegas!

Material necessário

- Bola de borracha

Prática

Posicionamento: a turma é dividida em duas equipes, inicialmente ocupando lados opostos da quadra.

Objetivos: encostar a bola de borracha na linha de fundo da quadra do lado oposto, ou seja, ao final do campo adversário.



Regras

Todos os jogadores podem se deslocar por todo o espaço da quadra, não importando qual é a sua equipe.

Quem estiver com a bola na mão é o único que não pode andar, deve passá-la para um companheiro de equipe através de um lançamento.

Para marcar o ponto, a bola deve ser encostada na linha de fundo sem que perca o contato das mãos de um jogador, ou seja, neste momento de finalização a bola não pode ser lançada.

Quando o ponto é marcado, a outra equipe coloca a bola em jogo, lançando-a do local onde o ponto foi marcado, ou seja, no fundo da quadra.

Pontuação: o grupo pode combinar quantos pontos dão a vitória. Por exemplo, até 5 ou 10 pontos, dependendo do tempo que tiverem disponível.



BATE-PAPO

- Você sabe com qual esporte o jogo **bola na linha** se assemelha?

FUTEBOL

VOLEIBOL

HANDEBOL

- Quais são as características desse jogo que se aproximam de movimentos presentes em esportes de competição?

Pesquise e apresente suas ideias. Depois, converse com os colegas e com o professor.



QUER SABER MAIS?

O handebol foi criado em 1919 pelo alemão Karl Schelenz, inspirado no *torball* que, por sua vez, surgiu como uma variação do *goalball*.

ATO CERTEIRO



Phil Oldham/Colorsport/Corbis/Latinstock

Torball



Eddie Keogh/Reuters/Latinstock

Goalball

Você já ouviu falar nesses esportes? Para saber mais, vale pesquisar, assistir a vídeos, buscar informações sobre as diferenças e semelhanças entre eles. Depois, complete o quadro a seguir com as informações coletadas.

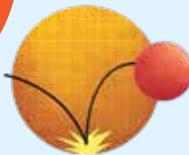


ORGANIZE AS IDEIAS

Para valorizar sua pesquisa, complete o quadro abaixo.

	GOALBALL	TORBALL	HANDEBOL
Características da bola (tamanho, peso)			
Medidas da quadra e do gol			
Número de jogadores			
Outras informações			

PROIBIDA A REPRODUÇÃO



VAMOS EXPERIMENTAR



Basquete balde

Materiais necessários

- Balde
- Bola de basquete
- Dado



© Andrey_Arkusha - Fotolia.com



Shutterstock/Latinstock

Prática

Com a turma dividida em duas equipes, um jogador de cada uma fica posicionado no fundo da quadra adversária, podendo se deslocar ao longo da linha com um balde nas mãos, sem entrar na quadra.

Ao sinal de início da partida, a bola de basquete é lançada para cima no centro da quadra e disputada por dois jogadores de diferentes equipes. Quem pegar a bola deve quicá-la e logo realizar um passe, conforme já praticado no jogo **bola na linha**.

Regras

Os passes devem ser executados até chegar ao fundo da quadra e na melhor oportunidade arremessar a bola no balde. O jogador que está com o balde pode ajudar, tanto se aproximando quanto conduzindo o balde para que a bola entre.

PROIBIDA A REPRODUÇÃO

Quem acertar o arremesso joga o dado; se o número que cair for **par**, a equipe marca dois pontos e, se for **ímpar**, marca um ponto para a outra equipe e não ganha nenhum.

Tire as dúvidas e entre nessa!



QUER SABER MAIS?

Se você gostou de jogar basquete balde e tem interesse em conhecer mais sobre o esporte basquetebol, acesse: <<http://www.cbb.com.br>>.