



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
8ª COORDENADORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO
SANTA MARIA – RS
COLÉGIO ESTADUAL MANOEL RIBAS



Disciplina: **Educação Física**

Professor (a): MARIA HELENA LEAL DOS SANTOS
MIRIAM BECKER CORONEL
ADRIANA NEUTZLIG

Série: **1º anos**

Turma(s): A,B,C,D,E,F,G,H,I,J,K,L,M – TODOS

1. PLANO DE AÇÃO:

1.1) Objetivos:

Pesquisar conceitos gerais de educação física e as regras oficiais de voleibol.

1.2) Justificativa:

Ao pesquisar os conceitos gerais utilizados na educação física o aluno saiba identificar e reconhecer e aplicá-las nas atividades bem como as regras oficiais de voleibol durante a sua prática de jogo ou em visualização midiáticas.

1.3) Atividades a serem trabalhadas:

Reconhecer os termos de educação física .

Responder as atividades de acordo com as regras oficiais de voleibol;

Identificar e familiarizar-se com os termos usados durante o jogo de voleibol.

1.4) Data para execução:

19 a 26/3/20 - Pesquisar os conceitos gerais de Educação Física com atividades de fixação sobre os conceitos.

02 a 9/4/20 - Pesquisar de regras oficiais de voleibol Atividade I e Atividade II.

16 a 23/4/20 - Pesquisar de regras oficiais de voleibol Atividade III e Atividade IV.

30/04/ a 7/5/20 –Revisão sobre as regras oficiais de voleibol Atividade V.

1.5) Estratégias para o controle de frequência do aluno:

Realização das atividades propostas>

Anexar às atividades utilizadas, tal qual foram enviadas aos alunos

1* séries - TODAS

EDUCAÇÃO FÍSICA/20

Professoras : MARIA HELENA LEAL DOS SANTOS

MIRIAM BECKER CORONEL

ADRIANA NEUTZLIG

NOME:.....SÉRIE/TURMA:.....DATA:.....

Livro de Regras Oficiais de Voleibol(2017–2020).
Atividade V

1-Complete o texto sobre voleibol com as palavras abaixo relacionadas.

O é um jogado por em uma divida por uma rede Há uma série de versões do jogo disponíveis, cada uma delas adaptadas a uma circunstância diferente de forma que o possa se adaptar aos diferentes praticantes.

O seu objetivo é enviar a, por, de forma a fazê-la tocar **parte do solo** que esteja compreendido dentro da quadra adversária, ao tempo que sua equipe deve impedir o adversário ao mesmo intento. Cada equipe poderá usufruir de na bola (além do contato com o) na tentativa de enviar a bola ao

Cada se inicia com um: um toque inicial realizado por um jogador, denominado naquele momento sacador, enviando a bola por cima da rede em direção O prossegue até que a bola toque o solo em uma área que esteja compreendida dentro da quadra de jogo, seja ou quaisquer das equipes execute uma tentativa frustrada de retornar a bola ao adversário.

A equipe que o rally em jogo marca (Sistema de Pontos por Rally – SPR). Caso a equipe que recepcionou o saque naquele rally – equipe receptora – seja a vencedora, esta recebe um ponto e o no rally seguinte e, conseqüentemente, cada passa a em quadra seguinte, em sentido horário.

- | | | |
|--------------------|----------------------|--------------------|
| 1. à quadra | 6. cima da rede | 14. posição |
| adversária | 7. direito de sacar | 15. quadra de jogo |
| 2. adversário. | 8. duas equipes | 16. rally |
| 3. até três toques | 9. enviada para fora | 17. saque. |
| 4. bloqueio | 10. esporte | 18. um ponto |
| 5. bola | 11. Jogada | 19. vencer |
| | 12. jogador | 20. voleibol. |
| | 13. jogo | |