

PRODERAD- PROJETO DE EDUCAÇÃO RURAL DE ÁGUA DOCE

DIRETORA: MARJORIE JEANE SETTI DE OLIVEIRA

DISCIPLINA: Educação Física

ALUNO/SÉRIE: 8 e 9º anos

ÁGUA DOCE, 22 de junho de 2020

Professora: Claudete D. Dall "Acosta

ALUNO(a) _____

Olá queridos alunos, espero encontrar todos bem, vamos dar continuidade as nossas atividades de Handebol.

ATIVIDADE 1 - copiar no caderno.

ATIVIDADE 2 - fazer um vídeo realizando um arremesso de handebol com a execução dos três passes, e me enviar.

HANDEBOL

ALGUMAS SITUAÇÕES DE EXEMPLO - REGRA 7 DO HANDEBOL

Dar no máximo 3 passos com a bola:

Se considera um passo quando:

- a) Um jogador que estiver parado com ambos os pés em contato com o solo, levanta um pé e o apoia novamente ou move um pé de um lugar ao outro.
- b) Um jogador estiver tocando o solo somente com um pé, agarra a bola e então toca o solo com o outro pé.
- c) Um jogador que após um salto toca o solo somente com um pé e então salta novamente sobre o mesmo pé ou toca o solo com o outro pé.
- d) Um jogador que após um salto toca o solo com ambos os pés simultaneamente e então levanta um pé e o apoia novamente ou move.

Assista e observe os vídeos nos links com atenção e depois execute um arremesso:

<https://youtu.be/32KLS31PbJQ>

https://www.youtube.com/redirect?redir_token=4x8ihp0Dy2DP_6usdCoRAXh8dD18MTU5MjYyMDMzM0AxNTkyNTMzOTMz&q=http%3A%2F%2Fwww.portaleducacao.com.br%2Feducacao-fisica%2Fcursos%2F1089%2Fcurso-de-handebol-basico&event=video_description&v=gs4UrEMSx7

Boa semana!