



**GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**



Aluno: \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Ano de Escolaridade: 9º

Professor (a): \_\_\_\_\_ Disciplina: **Ed. Física**

## **Semana 13: de 03 a 07 de maio de 2021**

**Conteúdo desenvolvido:** Regras

**Motive-se! Aprenda!**

Assistam aos vídeos e façam a leitura dos textos:

**Necessidade e relevância das regras**

<https://www.youtube.com/watch?v=K5rynL8q018>

As regras em todos os jogos são estabelecidas para garantir uma disputa justa entre competidores e promover um ambiente de boa esportividade ajuda na organização da atividade, criando uma disciplina na forma de conduzir as ações da partida ou jogo.

A importância das regras nos jogos se dá por um caráter organizacional dos mesmos. Sabendo que as regras foram criadas e muitas vezes são adaptadas através da evolução e com o tempo, podemos concluir que estas regras são feitas para a melhor prática desses jogos.

**Jogos pré-desportivos:**

<https://www.youtube.com/watch?v=BSI7nLVOA5Y>

Jogos pré-desportivos são adaptações de esportes tradicionais e recreativos com o intuito de desenvolver habilidades físicas e sociais específicas nos participantes.

Normalmente, os jogos pré-desportivos são destinados aos indivíduos que desejam se iniciar numa prática desportiva. No entanto, antes de partir para o esporte, os jogos pré-desportivos servem como um treino dos movimentos básicos necessários para aquela modalidade esportiva.

Os jogos pré-desportivos também são importantes para aprimorar as habilidades sociais dos participantes, incentivando o trabalho em equipe, por exemplo.

Por exemplo, para praticar arremessos de Basquete, os participantes podem jogar o chamado “Basquete Baixo”, onde a cesta fica num nível mais baixo e de fácil acesso, mas que ajuda os jogadores a treinarem o posicionamento e modo de fazer as jogadas.

## **ATIVIDADES**

1 – Qual a importância das regras nos jogos?

---

---

---

2 – O que são jogos pré-desportivos?

---

---

---

3 – Pesquise um exemplo de jogo pré-desportivo (diferente do exemplo do texto) e descreva-o abaixo:

---

---

---

---

---

---