



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
DIRETORIA DE ENSINO - REGIÃO DE CAPIVARI

Endereço: Rua Regente Feijó, 773 - Centro - Capivari/SP  
Telefone: (19) 3491-9200  
E-mail: decap@educacao.sp.gov.br

## COMUNICADO

Solicitado por: NPE

Autorizado: Dirigente de Ensino

Transmitido: NIT

Comunicado: 169/2020

Data: 24/04/2020

Assunto: **Orientações de Atividades Curriculares Desportivas – COVID-19**

Turmas de Atividades Curriculares  
Desportivas – A.C.D.

Orientações e sugestões de atividades não  
presenciais

Diretoria de Ensino Capivari  
PCNP – Profª Érika P. Drigo

# TURMAS DE ATIVIDADES CURRICULARES DESPORTIVAS - ACD

Orientações e roteiros de atividades não presenciais

## Objetivos

Visando apoiar as escolas e os professores de Educação Física que ministram aulas de Turmas de Atividades Curriculares Desportivas durante a realização das atividades escolares não presenciais em decorrência de medidas temporárias e emergenciais de enfrentamento do surto global da COVID-19, o Núcleo Pedagógico da Diretoria de Ensino de Tupã elaborou sugestões de atividades e de materiais de apoio para esse período.

### As Turmas de Atividades Curriculares Desportivas

As turmas de ACD devem ser tratadas como as demais disciplinas que compõem a matriz curricular da escola e com características específicas como, por exemplo:

- ✚ Plano de Trabalho Anual;
- ✚ Registro de frequência e de Conteúdos no Diário de Classe (seja pela SED ou física);
- ✚ Acompanhamento pelo (a) professor (a) coordenador (a);
- ✚ Participação das reuniões de ATPC, replanejamento, conselho, etc;
- ✚ Organização em 2 ou 3 aulas semanais, tanto em aulas práticas como em aulas teóricas, de acordo com os objetivos traçados no plano da turma.

Diante do exposto, verifica-se que aconteça a continuidade das aulas de forma não presencial e adaptada para dar continuidade e avançar nos objetivos propostos nos planos de ensino anual e conforme o Documento Orientador Atividades escolares não presenciais disponibilizado pela SEDUC/SP disponível no [link](#).

Para a realização das atividades não presenciais é importante que os (as) professores (as), apoiados pela equipe gestora considerem as possibilidades que melhor atendam as características dos (as) estudantes (quais os melhores recursos) e a especificidade da disciplina.

### As atividades não presenciais

Para compor presença aos estudantes nas aulas de Turmas de ACD durante o isolamento social, os (as) professores (as) poderão propor diversas atividades de acordo com a proporcionalidade de aulas semanais de cada turma (2 ou 3 aulas). Algumas sugestões:

- ❖ Aulas online por diversas plataformas (Hangout, Google Meet, Zoom, Instagram, Whatsapp, etc) para diálogo sobre temáticas referentes à modalidade;
- ❖ Estudo dirigido;
- ❖ Pesquisas;
- ❖ Apreciação de vídeos da modalidade;
- ❖ Criação de Podcast de assuntos pertinentes;
- ❖ Experimentação de movimentos baseados em vídeos explicativos.

Professor (a), abaixo segue algumas atividades por modalidade. Você pode melhorá-la, adaptá-la ou adequá-la de acordo com sua turma, a organização da escola e do seu Plano Anual de ensino e com a categoria em que ministra. Não se trata de um roteiro de atividades para serem seguidas, apenas atividades na qual você poderá escolher de acordo com seu objetivo. Aproveite!

\*\*\*

## Atletismo

Atletismo é um conjunto de varias modalidades: corridas, lançamentos e arremessos, marcham atlética e saltos. Modalidades que podem ser realizadas em diferentes espaços disponíveis e com materiais adaptados. A escolha da modalidade dar-se-á pela continuidade da modalidade que já vinha sendo desenvolvida no 1ª bimestre. Não há necessidade de seguir a ordem das atividades. A escolha será, novamente, de acordo com o seu objetivo.

### Sugestão de Atividade 1: Corridas

Solicite que os (as) estudantes vídeos referentes a exercícios preparatórios para as corridas.



Dribling - Treino Técnico de Corrida em:

[https://www.youtube.com/watch?v=E\\_sAuZGyTuo](https://www.youtube.com/watch?v=E_sAuZGyTuo). Acesso em: 23-04-2020.

Kick out - Treinamento Técnico de Corrida (1'04). Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=52MjR1Uwghg>. Acesso em: 23-04-2020.

Hopserlauf - Treinamento Técnico de Corrida (1'58). Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=OjgFCi-Vgvl>. Acesso em: 23-04-2020.

Skipping Alto - Treinamento Técnico de Corrida (1'27). Disponível em:

[https://www.youtube.com/watch?v=ZQ\\_u0wrbUxw](https://www.youtube.com/watch?v=ZQ_u0wrbUxw) . Acesso em: 23-04-

2020.

Hop - Treinamento Técnico de Corrida (55"). Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=4N7Cv9i4VDM> . Acesso em: 23-04-

2020.

Os (as) estudantes poderão:

- A) Realizar os exercícios em casa, conforme demonstrado nos vídeos e áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Perceberam que os movimentos acionam partes do corpo (músculos e articulações) durante as corridas?
- B) Apenas assistirem aos vídeos e enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando a importância dos exercícios preparatórios antes dos treinamentos e das

FIGURA  
 HTTPS://WWW.DIFUSORAUFINO.COM.BR/NOTICIA.PHP?TITULO=PRIMEIRO-JOGOS-ABERTOS-DE-INCONFIDENTES-NA-MODALIDADE-ATLETISMO-13-11-2017

corridas. Quais partes do corpo (músculos e articulações) são acionadas durante as corridas?

C) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).

### *Sugestão de Atividade 2: Pesquisa sobre as corridas*

Solicite que os (as) estudantes façam uma pesquisa sobre as corridas no atletismo.

\* Sobre as corridas e suas características (Velocidade, meio fundo, fundo, revezamento, com obstáculos, com barreiras), ou;

\* Sobre as regras de cada prova.

Os (as) estudantes podem socializar suas pesquisas por escritos salvo em Word ou PDF, oralmente através de áudio via whatsapp ou vídeos. Para facilitar a entrega, um Google formulário poderá ser criado, como o exemplo disponível em: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdFh6sRbtAnZI5YwPDuqR7vgeen4uAZienbNKuc4DXB-CwyUKQ/viewform>

Sites para pesquisa:

Tipos de corrida: modalidades diferentes para cada perfil. Disponível em: <https://www.jasminealimentos.com/estilo-de-vida/tipos-de-corrída-modalidades-para-cada-perfil/>  
Acesso em: 23-4-2020.

Atletismo: regras, modalidades, corrida, arremessos e regras. Disponível em: <https://regrasdoesporte.com.br/atletismo-regras-modalidades-corrída-arremessos-e-regras.html> .  
Acesso em: 23-4-2020.

Conceito de corrida de velocidade. Disponível em: <https://conceito.de/corrída-de-velocidade>.  
Acesso em: 23-4-2020.

Corridas de Velocidade. Disponível em: [https://www.cfaematosinhos.eu/Ozar\\_23\\_CV.pdf](https://www.cfaematosinhos.eu/Ozar_23_CV.pdf) Acesso em: 23-04-2020.

### *Sugestão de Atividade 3: Pesquisa sobre os tipos de saídas nas corridas*

Peça aos estudantes que pesquisem vídeos sobre os tipos de saída nas provas de corrida no atletismo. Ao assistirem os vídeos realize uma discussão em diferentes plataformas digitais ou que escrevam como eles observaram os movimentos corretos nos tipos de saída, baixa, intermediária e alta.

\* Posição das mãos;

\* Posição dos membros inferiores;

\* Posição do tronco;

\* Movimento a ser realizado durante os comandos. Em suas marcas, preparar e “tiro”.

#### Sugestão de Atividade 4: Saltos

Para aprofundamento sobre os tipos de saltos, disponibilize aos estudantes os vídeos abaixo e peça para que analisem as diferenças e semelhanças entre eles.

Salto em Distância Feminino (Janaina/ São Paulo) Brasileiro Inter seleções Juvenil/2014. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=LO4XBatZEsl>. Acesso em: 23-04-2020.

Christian Taylor Salto triplo 18,21 world championship 2015 (1'13). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=h6v8cSp3mrQ>. Acesso em: 23-04-2020.

Francês faz história no salto com vara (1'05). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=PszD-GJY3j8>. Acesso em: 23-04-2020.

BHATI Bronze Men's High Jump T42 | Final | London 2017 World Para Athletics Championships (1'12). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=XmcWrsHHvY0>. Acesso em: 23-04-2020.

Além das semelhanças e diferenças entre os tipos de saltos, como se dá as fases de cada uma delas. Fase da corrida, da impulsão, projeção do corpo, queda ou aterrissagem.

#### Sugestão de Atividade 5: Experimentando alguns exercícios de saltos

Professor (a), antes de sugerir essa atividade aos estudantes, assista aos vídeos para melhor orientá-los. Verifique quais materiais poderão ser adaptados e a possibilidade de realização. Fique atento no local disponível para sua execução. Oriente-os que para tanto, é preciso um local com areia ou gramado. Caso não tenham em casa, podem tomar cuidado para que não tomem muita impulsão e que realizem o salto de fato.

Os estudantes deverão realizar os exercícios conforme demonstrados nos vídeos abaixo:

Dicas de Salto em Distância – TAF (5'18). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=AMZQuZDqhYY>. Acesso em: 23-04-2020.

Salto em distância - Esportes individuais (assistir a partir no minuto 3'10). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=twQV2gTPNm0>. Acesso em 23-04-2020.

Após a realização os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Perceberam que os movimentos acionam partes do corpo (músculos e articulações) para os saltos no atletismo?
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).

### Sugestão de Atividade 6: Arremessos e Lançamentos

Disponibilize aos estudantes os vídeos abaixo e peça para que analisem os seguintes itens:

Observar	Arremesso de Peso	Lançamento de Martelo	Lançamento de Dardo	Lançamento de Disco
Material utilizado				
Manipulação (como é a pegada)				
Movimentos realizados.				

CBAT - Troféu Brasil CAIXA de Atletismo 2015 - Lançamento de Dardo (1'07). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=WgvaJKW3yh0>. Acesso em: 23-04-2020.

LANÇAMENTO DE DISCO (18"). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=G6akjg2rzSM>. Acesso em: 23-04-2020.

Lançamento do Martelo (2'16). Disponível: <https://www.youtube.com/watch?v=iKhbFOCeYLA>. Acesso em: 23-04-2020.

NELSON HENRIQUE GONÇALVES FERNANDES RECORDE ARREMESSO DE PESO SUL-AMERICANO ARGENTINA (1'53). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=h38E5V3\\_Dzw](https://www.youtube.com/watch?v=h38E5V3_Dzw). Acesso em 23-04-2020.

### Sugestão de Atividade 7: Realizando o giro do lançamento de disco

Mais uma atividade onde é oferecido aos estudantes um momento de experimentação de exercícios simples que fazem parte da preparação para os movimentos de determinada prova, aqui, no caso, do lançamento de disco.

Para tanto, é necessário que o (a) estudante assista ao vídeo abaixo e realize os exercícios em casa, conforme o mostrado. Exercícios estes que podem ser feitos sozinhos ou com os irmãos e/ou outras pessoas.

TREINAMENTO DO GIRO NO LANÇAMENTO DO DISCO 1 (6'16). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=kunBx1ooHgY>. Acesso em 23-04-2020.

Para finalizar, os (as) estudantes podem utilizar uma tampa de plástico ou objeto seguro no lugar do disco.

Após a realização os (as) estudantes poderão:

A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Perceberam que os movimentos são preparatórios para o lançamento do disco?

B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).

\*\*\*

## Basquetebol



Diferente do Atletismo, além do espaço para a realização de práticas, os (as) estudantes precisam de bola de basquete ou outra que quique. Sendo assim, é muito importante conhecer as possibilidades dos mesmos em suas residências.

Sabemos das especificidades das Turmas, quando nos voltamos à prioridade de atividades práticas e prevalência da técnica (habilidades motoras e capacidades físicas). Porém, para o treinamento faz-se também importante conteúdos atitudinais e conceituais para o desenvolvimento integral do (a) estudante/atleta. Neste momento, prevalecemos essas dimensões para que assim retomarmos

as aulas presenciais, amplie o conhecimento na dimensão procedimental.

Sugerimos assim, atividades de análise de vídeos, discussões sobre temas pertinentes a modalidade e pesquisas.

### *Sugestão de Atividade 1: Pesquisas sobre temas referentes ao Basquetebol*

Professor (a), de acordo com seus objetivos e as aulas ministradas antes de entrarmos no período de isolamento social, escolha um ou mais temas para ser pesquisado pelos (as) estudantes. Sugerimos:

\* *Regras básicas do basquetebol*

\* *Fundamentos do basquetebol*

\* *As posições do basquetebol*

\* *Sistemas de Ataque e defesa do basquetebol*

Ofereça uma lista de plataformas para que os (as) estudantes realizem suas pesquisas.

Regras básicas do basquete | Basquete (2'24). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=DRMBX4sA-3Q>. Acesso em: 23-04-2020.

Fundamentos do Basquetebol: Como se Joga Basquete (18'27). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=U\\_pOs4dAJE](https://www.youtube.com/watch?v=U_pOs4dAJE). Acesso em: 23-04-2020.

Basquetebol: história e regras. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/basquetebol.htm>. Acesso em: 23-04-2020.

<http://www.cbb.com.br/>

Para a socialização da pesquisa, escolha a melhor forma de acordo com a organização da escola ou de possibilidades dos (as) estudantes. Entrega por escrito via e-mail, whatsapp, Blog, áudio, PodCast, etc.

### *Sugestão de Atividade 2: Análise de vídeos*

Solicite aos estudantes que assistam aos jogos de basquetebol disponibilizados pelos vídeos.

Brasil 59 x 52 EUA - semifinal basquete - Jogos Mundiais Militares Rio 2011 (1h35). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=jMQrxCeBrs4>. Acesso em: 23-04-2020.

Jogo Condensado | Franca x Flamengo | 07.12.2019 (9'36). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=lQtrHg-o\\_iQ](https://www.youtube.com/watch?v=lQtrHg-o_iQ). Acesso em: 23-04-2020.

Os (as) estudantes ao assistirem aos jogos ou a um trecho dos jogos deverão fazer um relatório das suas observações: as regras, posições dos jogadores da seleção brasileira, sistema de jogo (ataque e defesa).

Você pode organizar um grupo em alguma plataforma (zoom, hangout, Google meet) para juntos discutirem as observações dos (as) estudantes.

### *Sugestão de Atividade 3: Realizando exercícios de aquecimento e alongamento para o basquetebol*

Os exercícios de aquecimento com ou sem bola são fundamentais para preparar o corpo para os movimentos exigidos pela modalidade e acionar e desenvolver as capacidades físicas fundamentais para a prática do esporte.

Compartilhe com seus estudantes da turma de basquetebol os vídeos com exercícios sem bola e peça para realizarem os mesmos exercícios em qualquer espaço adaptado. Essa orientação deverá ficar clara: adequação de espaço e de materiais.

Aquecimento sem bola | Basquete (2'24). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=vmJDYp3ckxk>. Acesso em: 23-04-2020.

Alongamento final | Basquete (2'27). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=3PPBG9mk-JQ>. Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação dos vídeos e a realização das atividades os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Qual a importância dos exercícios de aquecimento e alongamento para a prática da modalidade?

B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).

#### Sugestão de Atividade 4: Realizando exercícios de defesa sem bola

Da mesma forma da atividade acima, a proposta é que os (as) estudantes realizem em casa, em espaço adaptado, os exercícios apresentados no vídeo.

Exercícios: defesa | Basquete (2'16) Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=YmfwINy8-xY>. Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação do vídeo e a realização dos exercícios os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Qual a posição correta do corpo?
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Pesquisar outros exercícios de defesa.

#### Sugestão de Atividade 5: Treinamento dos Fundamentos do basquetebol

Se os (as) estudantes apresentarem possibilidades de realizar exercícios com bola, apresente aos (às) mesmos (as) os vídeos explicando alguns fundamentos. Peça para que realizem os movimentos conforme explicação no vídeo.

Você pode, juntamente com os (as) estudantes, escolher um fundamento para ser realizado por semana.

FUNDAMENTOS BÁSICOS DO BASQUETE #2: Arremesso (4'14). Disponível em:  
[https://www.youtube.com/watch?v=ql-Z\\_txtPAg&list=PLWilxKB7uKX\\_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=ql-Z_txtPAg&list=PLWilxKB7uKX_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=2) . Acesso em: 23-04-2020.

FUNDAMENTOS BÁSICOS DO BASQUETE #3: Drible (2'53). Disponível em:  
[https://www.youtube.com/watch?v=RX5L\\_7bsO9s&list=PLWilxKB7uKX\\_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=3](https://www.youtube.com/watch?v=RX5L_7bsO9s&list=PLWilxKB7uKX_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=3). Acesso em: 23-04-2020.

FUNDAMENTOS BÁSICOS DO BASQUETE #4: Passe (3'04) Disponível em:  
[https://www.youtube.com/watch?v=QGCG9Tqqs6o&list=PLWilxKB7uKX\\_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=4](https://www.youtube.com/watch?v=QGCG9Tqqs6o&list=PLWilxKB7uKX_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=4). Acesso em: 23-04-2020.

FUNDAMENTOS BÁSICOS DO BASQUETE #5: Bandeja (6'24). Disponível em:  
[https://www.youtube.com/watch?v=XDHRamxxpRU&list=PLWilxKB7uKX\\_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=5](https://www.youtube.com/watch?v=XDHRamxxpRU&list=PLWilxKB7uKX_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=5). Acesso em: 23-04-2020.

TREINO EM CASA: 5 exercícios que você não precisa de uma quadra para treinar (10'). Disponível em:  
[https://www.youtube.com/watch?v=xfp3r4mMWfl&list=PLWilxKB7uKX\\_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=8](https://www.youtube.com/watch?v=xfp3r4mMWfl&list=PLWilxKB7uKX_lvPDp3v7q91IPZsK9GKbp&index=8). Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação do vídeo e a realização dos exercícios os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Suas dificuldades. Suas facilidades.
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Descrever como acontecem os movimentos dos fundamentos de maneira correta.

\*\*\*

## Damas

Para a modalidade de damas, além de pesquisa, sugerimos a confecção de tabuleiro de forma simples e adaptada. Desta forma, os (as) estudantes poderão colocar em prática o jogo.

### Sugestão de Atividade 1: Regras das Damas

Solicite aos estudantes que façam uma pesquisa sobre as regras do jogo de damas. Disponibilize plataformas para subsidiá-los. Segue sugestões:

Como jogar dama (9'43). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=0Akp\\_XusvPI](https://www.youtube.com/watch?v=0Akp_XusvPI). Acesso em: 23-04-2020.

Regras do Jogo Damas. Disponível em: <https://www.megajogos.com.br/damas-online/regras>. Acesso em: 23-04-2020.

Regras Oficiais: Jogo de Damas. Disponível em: <http://www.damasciencias.com.br/regras-jogo-de-damas/>. Acesso em: 23-04-2020.

Os (as) estudantes deverão sistematizar suas pesquisas e encaminhar ao (à) professor (a) conforme melhor atender as especificidades da escola.

Sugerimos que realizem um PodCast de poucos minutos explicando as regras. Os áudios poderão ser socializados por grupo whatsapp.

### Sugestão de Atividade 2: Confecção de tabuleiro de damas para prática em casa.

Solicite que os (as) estudantes confeccionem um tabuleiro com material adaptado que será utilizado para a prática no ambiente familiar.

É interessante que procurem a melhor forma de confeccionar, porém você pode sugerir.

Como fazer um jogo de dama de forma facil e rápido (10'57). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=e\\_l2WKGhWuc](https://www.youtube.com/watch?v=e_l2WKGhWuc). Acesso em: 23-04-2020.

como fazer um jogo de dama rapido e facio (3'58). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GgVGhupQQog>. Acesso em: 23-04-2020.

Para o registro dessa atividade, os (as) estudantes podem enviar fotos dos tabuleiros confeccionados.

### Sugestão de Atividade 3: Jogo de damas online

Professor (a) há plataformas digitais que possibilitam o jogo de damas online. Divulgue aos estudantes para que vivenciem essa experiência. Visite as plataformas antes de compartilhar.

Algumas plataformas:

<https://www.flyordie.com/jogo/damas.html>

<https://rachacuca.com.br/jogos/damas/>

<https://www.geniol.com.br/jogos/damas/>

<https://www.playok.com/pt/damas/>

Se preferir, também é possível baixar um aplicativo no celular. O Damas Brasil está disponível para baixar no GOOGLE PLAY.

Como registro, peça para que façam um relato de um jogo realizado durante o dia. Qual estratégia utilizou? Venceu? O que faltou para vencer? Qual a diferença de jogar online e presencialmente?

\*\*\*

### Futsal

A modalidade mais solicitada e praticada nas turmas de ACD possui como objetivos nos Planos de Ensino Anual o desenvolvimento técnico e tático a partir de aulas práticas, fundamentos e mini jogos. As atividades propostas a seguir foram pensadas em como os (as) estudantes podem verificar no concreto como a prática acontece através de análise de vídeos e experimentação de forma adaptada em suas casas.



Vamos às atividades!

### Sugestão de Atividade 1: Pesquisas sobre temas referentes ao Futsal

Professor (a), a escolha um ou mais temas para ser pesquisado pelos (as) estudantes. Sua escolha dependerá do número de aulas semanal, da categoria/nível (se for pré-mirim, ou seja, iniciação inicie pelas regras básicas).

Sugerimos:

- \* *Regras básicas do futsal*
- \* *Fundamentos do futsal*
- \* *As posições do futsal*
- \* *Sistemas de Ataque e defesa do futsal*

Ofereça uma lista de plataformas para que os (as) estudantes realizem suas pesquisas.

FUNDAMENTOS BÁSICOS DO FUTSAL (1'52). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=gAQ1xfQvKL8>. Acesso em: 23-04-2020.

Futsal. Disponível em: <https://www.todamateria.com.br/futsal>. Acesso em: 23-04-2020.

Tudo sobre Futsal – História, regras e fundamentos. Disponível em: <https://escolaeducacao.com.br/futsal>. Acesso em: 23-04-2020.

SISTEMAS TÁTICOS DO FUTSAL COMPLETO (18'58). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=NjfmeuLPJTs>. Acesso em: 23-04-2020.

POSIÇÕES DO FUTSAL: TÁTICA BÁSICA DE FUTSAL (11'34). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=lfTKHvdu8YM>. Acesso em: 23-04-2020.

Tudo sobre futsal. Disponível em: <https://desportolandia.com/artigos/tudo-sobre-futsal>. Acesso em: 23-04-2020.

Portal do futsal brasileiro. <https://www.cbfs.com.br/>

Para a socialização da pesquisa, escolha a melhor forma de acordo com a organização da escola ou de possibilidades dos (as) estudantes. Entrega por escrito via e-mail, whatsapp, Blog, áudio, PodCast, etc.

### *Sugestão de Atividade 2: Análise de vídeos*

Solicite aos estudantes que assistam aos jogos de futsal disponibilizados pelos vídeos.

Jogo Completo Brasil 6 x 3 Paraguai - Amistoso Internacional de Futsal 2016 (30/10/2016) (1h17'). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_cpkJMzYJY](https://www.youtube.com/watch?v=_cpkJMzYJY). Acesso em: 23-04-2020.

Jogo Completo Brasil 9 x 4 República Tcheca - 4ª Rodada Grand Prix de Futsal 2018 (03/02/2018) (1h43'). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=eZire5gYBnl>. Acesso em: 23-04-2020.

Os (as) estudantes ao assistirem ao jogo ou a um trecho do jogo deverão fazer um relatório das suas observações: as regras, posições dos jogadores da seleção brasileira, sistema de jogo (ataque e defesa).

Você pode organizar um grupo em alguma plataforma (zoom, hangout, Google meet) para juntos discutirem as observações dos (as) estudantes.

### *Sugestão de Atividade 3: Realizando exercícios de aquecimento e alongamento para o futsal*

Os exercícios de aquecimento com ou sem bola são fundamentais para preparar o corpo para os movimentos exigidos pela modalidade e acionar e desenvolver as capacidades físicas fundamentais para a prática do esporte.

Compartilhe com seus estudantes da turma de basquetebol o vídeo com exercícios sem bola e peça para realizarem os mesmos em qualquer espaço adaptado. Essa orientação deverá ficar clara: adequação de espaço e de materiais.

AQUECIMENTO E ALONGAMENTO PARA FUTEBOL E FUTSAL (SEM BOLA) (9'11). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=48gKFkB\\_afM](https://www.youtube.com/watch?v=48gKFkB_afM). Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação do vídeo e a realização das atividades os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Qual a importância dos exercícios de aquecimento e alongamento para a prática da modalidade?
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).

#### *Sugestão de Atividade 4: Treinamento em casa*

Se os (as) estudantes apresentarem possibilidades de realizar exercícios com bola, apresente aos (às) mesmos (as) os vídeos explicando como realizar um treinamento em casa. Peça para que realizem as atividades conforme explicação no vídeo.

Treino para fazer em casa - Vídeo 1 - Eu Treino Fundamento em casa (4'55). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=1EM06-AuuBk>. Acesso em: 23-04-2020.

Treino para fazer em casa - Vídeo 2 - Eu Treino Fundamento em casa (6'11). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=xST4ceTdEbg>. Acesso em: 23-04-2020.

Treino para fazer em casa - Vídeo 3 - Eu Treino Fundamento em casa (5'31) Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=DRbpsodIYBo>. Acesso em: 23-04-2020.

Treino para fazer em casa - Vídeo 4 - Eu Treino Fundamento em casa (6'06). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=uRDjZMddVUo>. Acesso em: 23-04-2020.

Treino para fazer em casa - Vídeo 5 - Eu Treino Fundamento em casa (6'16). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=d8GHpaqCmy4>. Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação dos vídeos e a realização dos exercícios os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Suas dificuldades. Suas facilidades.
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Descrever como acontecem os movimentos dos fundamentos de maneira correta.

\*\*\*

## Handebol

Esporte coletivo de invasão, o treinamento de Handebol deve proporcionar momentos que atendam aspectos técnico, tático e físico. Sendo assim, as atividades aqui propostas vêm de encontro com a análise de vídeos de jogos e exercícios, conforme pensados nas modalidades de basquetebol e futsal.

### Sugestão de Atividade 1: Pesquisas sobre temas referentes ao Handebol

Professor (a), de acordo com seus objetivos e as aulas ministradas antes de entrarmos no período de isolamento social, escolha um ou mais temas para ser pesquisado pelos (as) estudantes. Sugerimos:

- \* *Regras básicas do handebol*
- \* *Fundamentos do handebol*
- \* *As posições do handebol*
- \* *Sistemas de Ataque e defesa do handebol*

Ofereça recursos de pesquisa para que os (as) estudantes, conforme os exemplos abaixo:

Tudo sobre Handebol: Regras, Fundamentos, História e Origem. Disponível em: <https://escolaeducacao.com.br/handebol/>. Acesso em: 24-04-2020.

Handebol. Disponível em: <https://www.todoestudo.com.br/educacao-fisica/handebol>. Acesso em: 24-04-2020.

REGRAS DO HANDEBOL: RESUMO DAS REGRAS OFICIAIS (31'59). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=P435GR8XIf4>. Acesso em: 24-04-2020.

O básico do Handebol (10'20). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ekL6RI98TXA&t=62s>. Acesso em: 24-04-2020.

Os Fundamentos do Handebol - Como se Joga Handebol? (9'44). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Y8iBeHg6Eng>. Acesso em: 24-04-2020.

Confederação brasileira de handebol. <https://cbhb.org.br/>

Para a socialização da pesquisa, escolha a melhor forma de acordo com a organização da escola ou de possibilidades dos (as) estudantes. Entrega por escrito via e-mail, whatsapp, Blog, áudio, PodCast, etc.

### Sugestão de Atividade 2: Análise de vídeos

Solicite aos estudantes que assistam aos jogos de handebol disponibilizados através dos vídeos.

Handebol Brasil x Croácia - Mundial de Handebol masculino 2019 (1h22). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=CV3rCmEy\\_OQ](https://www.youtube.com/watch?v=CV3rCmEy_OQ). Acesso em: 24-04-2020.

HANDEBOL - BRASIL X ARGENTINA FEMININO FINAL DO PAN DE LIMA 2019 (1h02). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=SypA-Sllof0>. Acesso em: 24-04-2020.

Os (as) estudantes ao assistirem aos jogos ou a um trecho dos jogos deverão fazer um relatório das suas observações: as regras, posições dos jogadores da seleção brasileira, sistema de jogo (ataque e defesa).

Você pode organizar um grupo em alguma plataforma (zoom, hangout, Google meet) para juntos discutirem as observações dos (as) estudantes.

### *Sugestão de Atividade 3: Preparação física no Handebol*

Os exercícios de aquecimento com ou sem bola são fundamentais para preparar o corpo para os movimentos exigidos pela modalidade e acionar e desenvolver as capacidades físicas fundamentais para a prática do esporte.

Compartilhe com seus estudantes da turma de basquetebol o vídeo com exercícios sem bola e peça para realizarem os mesmos em qualquer espaço adaptado. Essa orientação deverá ficar clara: adequação de espaço e de materiais.

Treinamentos de Handebol - Circuito (força, velocidade, salto) (2'11). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=-bRBzZXpCXs>. Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação do vídeo e/ou a realização das atividades os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Qual a importância dos exercícios de aquecimento e alongamento para a prática da modalidade?
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Pesquisar outros exercícios de preparação física para o Handebol.

### *Sugestão de Atividade 5: Treinamento dos Fundamentos do handebol - Passes*

Se os (as) estudantes apresentarem possibilidades de realizar exercícios com bola, apresente aos (às) mesmos (as) o vídeo com fundamentos de passe. Peça para que realizem os movimentos conforme explicação no vídeo.

Aula de Handebol - Fundamentos e passe (3'03). Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=fLW2ZTL\\_dWA](https://www.youtube.com/watch?v=fLW2ZTL_dWA). Acesso em: 23-04-2020. – Os (as) estudantes podem adaptar o uso dos arcos com marcações na parede ou prender em outros lugares.

Após a apreciação do vídeo e a realização dos exercícios os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Suas dificuldades. Suas facilidades.

- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Pesquisarem e realizar outros exercícios de passes.
- D) Descrever como acontecem os movimentos do passe de maneira correta como, empunhadura e movimentação do braço.

\*\*\*

### Tênis de mesa

Em relação a essa modalidade esportiva, consideramos mais difícil de realização prática fora do ambiente escolar para a maioria dos (as) estudantes, visto a necessidade de materiais como raquete, bolinhas. Porém, é possível a confecção de materiais e adaptação da mesa. Partindo disso, pensamos nas seguintes atividades



#### Sugestão de Atividade 1: Pesquisas sobre as regras do Tênis de mesa

Professor (a) solicite uma pesquisa sobre as regras do Tênis de mesa aos estudantes.

Ofereça uma lista de plataformas para que os (as) estudantes realizem pesquisas.

Tênis de Mesa Regras. Disponível em:  
<https://clicktenisdemesa.com.br/2018/06/28/tenis-de-mesa-regras/>.  
 23-04-2020.

Regras do Jogo: Tênis de mesa (2'51). Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=LXPOsdkAkqQ>. Acesso em: 23-04-2020.

Por dentro da regra do Tenis de Mesa (4'20). Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=jKpQ0-PoQyg>. Acesso em: 23-04-2020.

Confederação brasileira de tênis de mesa. <https://www.cbtm.org.br/>

FIGURA  
 HTTPS://WWW.COLADAWEB.COM/EDUCACAO-FISICA/TENIS-DE-MESAMODALIDADE-ATLETISMO-13-11-2017

(às)  
 suas  
 Acesso em:

Para a socialização da pesquisa, escolha a melhor forma de acordo com a organização da escola ou de possibilidades dos (as) estudantes. Entrega por escrito via e-mail, whatsapp, Blog, áudio, PodCast, etc.

### *Sugestão de Atividade 2: Preparação física para o tênis de mesa*

A preparação física de atletas é muito importante para desenvolver não apenas habilidades técnicas, mas também as capacidades físicas para melhor qualidade e performance no jogo. Na modalidade de tênis de mesa não é diferente.

Nesta atividade apresente aos (às) estudantes os links dos vídeos abaixo para que assistam. Explique que verifiquem nos exercícios dos vídeos aqueles que são possíveis de realizar em casa com o espaço e os materiais que possuem.

Trabalhos Físicos no Tênis de Mesa (Mix)(Rio 2016, Hopes e Outros)/Physical Work in Table Tennis (6'41). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=qwXv-C7vYHo&t=86s>. Acesso em: 23-04-2020.

Treinos Cotidianos de Tênis de Mesa. (Técnico e Físico) UCEG Guarulhos, Grupo dos Federados! (7'21). Disponível: <https://www.youtube.com/watch?v=OoOTybO7u0>. Acesso em: 23-04-2020.

Após a apreciação dos vídeos e a realização de algumas atividades os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização dos exercícios? Qual a importância dos exercícios de preparação física para a prática da modalidade?
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Pesquisar outros exercícios de preparação física para a prática do tênis de mesa.

### *Sugestão de Atividade 3: O que sabemos sobre o tênis de mesa*

Uma forma interativa de os (as) estudantes apresentarem o que aprenderam sobre o Tênis de mesa e instigar a pesquisa sobre o que não sabem ainda é um jogo de perguntas e respostas. Abaixo disponibilizamos alguns Quizzes sobre o tema. Disponibilize para que acessem e respondam. O interessante é que podem fazer quantas vezes quiserem.

Tênis de Mesa – I Disponível em: <https://rachacuca.com.br/quiz/24661/tenis-de-mesa-i/>

Tênis de Mesa – I Disponível em: <https://rachacuca.com.br/quiz/163497/tenis-de-mesa-i/>

Solicite que os (as) estudantes relatem como foram nos quizzes. Se possível que tirem foto da tela com os resultados.

### *Sugestão de Atividade 4: Adaptando o tênis de mesa em casa*

Esta atividade depende da realidade de seus (uas) estudantes. Ao propor, verifique se possuem os materiais apresentados nos vídeos. A intenção é que a partir de espaço e materiais adaptados continue a prática da modalidade em casa, independente do nível dos exercícios. A mesa de casa pode ser utilizada. A bolinha de tênis de mesa que é mais difícil de aquisição pelos (as) estudantes, também pode ser adaptada.

Os vídeos abaixo ensinam a essa adaptação.

Como fazer bolinha tenis de mesa / ping-pong com desodorante roll on (1'24). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=v8PXJmokf-c>. Acesso em 24-04-2020.

Como fazer raquete de ping-pong (tênis de mesa) - raquete caseira - material reciclável (6'46). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=2NnMa9h1R5k>. Acesso em 24-04-2020.

Raquete de Ping Pong com papelão (DIY) (5'40). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=5vXiPaN3w9A>. Acesso em 24-04-2020.

Treine sozinho suas habilidades (2'44). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GW8vyfXYhcg>. Acesso em 24-04-2020.

Fotos e vídeos podem ser registros dessa atividade.

## Voleibol

Pensando nas especificidades desta modalidade esportiva de rede, foi elaborado as seguintes atividades:

### Sugestão de Atividade 1: Pesquisas sobre temas referentes ao Voleibol

Professor (a), de acordo com seus objetivos e as aulas ministradas antes de entrarmos no período de isolamento social e o número de aulas semanais, escolha um ou mais temas para ser pesquisado pelos (as) estudantes. Sugerimos:

\* *Regras básicas do voleibol*

\* *Fundamentos do voleibol*

\* *Rodízio no voleibol*

\* *Sistemas no Voleibol*

Segue sugestões de recursos de pesquisa para os (as) estudantes:

VOLEIBOL HISTÓRIA REGRAS E FUNDAMENTOS (2'47). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=eZla2YWH2O8&t=23s/>. Acesso em: 24-04-2020.

Regras do VOLEIBOL: Resumo das Regras Oficiais (35'03) Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=CQXEUPoA2\\_Y&t=425s](https://www.youtube.com/watch?v=CQXEUPoA2_Y&t=425s). Acesso em: 24-04-2020.

Fundamentos do Voleibol: Como se Joga Voleibol (12'06). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=6uLksQ3tY2M&t=1s>. Acesso em: 24-04-2020.

RODÍZIO NO VOLEIBOL: ROTAÇÃO NO VÔLEI PASSO A PASSO (10'24). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=CHpfDBqISDk>. Acesso em: 24-04-2020.

Sistemas Táticos do VOLEIBOL: Os Sistemas de Jogo do Vôlei (15'04). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=-V1q6SylndY>. Acesso em: 24-04-2020.

POSIÇÕES DO VOLEIBOL: TÁTICA BÁSICA DE VOLEIBOL (17'52). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=cngU-dgOhHM>. Acesso em: 24-04-2020.

Confederação brasileira de voleibol. <https://www.cbv.com.br/>

Para a socialização da pesquisa, escolha a melhor forma de acordo com a organização da escola ou de possibilidades dos (as) estudantes. Entrega por escrito via e-mail, whatsapp, Blog, áudio, PodCast, etc.

### *Sugestão de Atividade 2: Análise de vídeos*

Solicite aos estudantes que assistam aos jogos de voleibol disponibilizados através vídeos.

Brasil x Argentina | Amistoso de Volei Masculino 2019 | SPORTV 31.08.2019 [1080p Full HD] (2h01). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=h5kSFv7O2co>. Acesso em: 24-04-2020.

Amistoso Internacional de Vôlei Feminino 2019 - Brasil x Argentina ( Jogo 2 ) (1h11). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=dSs2QnscREE>. Acesso em: 24-04-2020.

Os (as) estudantes ao assistirem aos jogos ou a um trecho dos jogos deverão fazer um relatório das suas observações: as regras, posições dos jogadores da seleção brasileira, sistema de jogo (ataque e defesa).

Você pode organizar um grupo em alguma plataforma (zoom, hangout, Google meet) para juntos discutirem as observações dos (as) estudantes.

### *Sugestão de Atividade 3: Preparação física no Handebol*

Os exercícios de aquecimento com ou sem bola são fundamentais para preparar o corpo para os movimentos exigidos pela modalidade tonificação muscular e fortalecimento da musculatura e das articulações para a execução dos fundamentos com mais segurança e performance.

Compartilhe com seus estudantes da turma de voleibol o vídeo com exercícios sem bola e peça para realizarem os mesmos em qualquer espaço adaptado. Essa orientação deverá ficar clara: adequação de espaço e de materiais.

VOLEIBOL EXERCÍCIOS PARA ATLETAS DE VÔLEI (6'42). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=m7aRtM2cBII>. Acesso em: 24-04-2020.

Após a apreciação do vídeo e/ou a realização das atividades os (as) estudantes poderão:

- D) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Quais dificuldades na realização? Como perceberam seu corpo na realização

dos exercícios? Qual a importância dos exercícios de aquecimento e alongamento para a prática da modalidade?

- E) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- F) Pesquisar outros exercícios de preparação física para o Voleibol.

### Sugestão de Atividade 5: Treinando Voleibol em casa

Antes de propor essa atividade verifique se os estudantes têm a possibilidade de realizar exercícios com bola, apresente aos (às) mesmos (as) o vídeo. Peça para que realizem os movimentos conforme explicação no vídeo.

EXERCÍCIOS (e desafios) para você fazer EM CASA! | VOLEIBOL (3'38). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=lyKM478MdKA>. Acesso em: 24-04-2020.

Após a apreciação do vídeo e a realização dos exercícios os (as) estudantes poderão:

- A) Enviar um áudio – ou por escrito - ao (à) professor (a) explicando como foi realizar os movimentos. Suas dificuldades. Suas facilidades.
- B) Fazerem um vídeo realizando os exercícios e enviar ao (à) professor (a).
- C) Pesquisarem e realizar outros exercícios possíveis de serem realizados em casa.

\*\*\*

### Xadrez

Seguindo o mesmo caminho da modalidade de damas, segue sugestões atividades:

### Sugestão de Atividade 1: Regras do Xadrez

Solicite aos estudantes que façam uma pesquisa sobre as regras do xadrez.

Disponibilize plataformas para subsidiá-los, conforme as descritas abaixo:

Como Jogar Xadrez: Um Guia Completo para Iniciantes (13'24). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ePwjfbKpuPA>. Acesso em: 23-04-2020.

Regras do Xadrez (2'51). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=8gfWYQb6fIU>. Acesso em: 23-04-2020.

História e regras do XADREZ (7'35). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=J95yEVoTI3g>. Acesso em: 23-04-2020.

Regras do Jogo Xadrez. Disponível em: <https://www.megajogos.com.br/xadrez-online/regas>. Acesso em: 23-04-2020.



de

Regras do Xadrez. Disponível em: <https://www.tabuleirodexadrez.com.br/regras-do-xadrez.html>. Acesso em: 23-04-2020.

Os (as) estudantes deverão sistematizar suas pesquisas e encaminhar ao (à) professor (a) conforme melhor atender as especificidades da escola.

Sugerimos um quis para que os (as) estudantes coloquem em jogo o que eles aprenderam. Solicite que após conferirem as respostas tirem foto e enviem para você.

### *Sugestão de Atividade 2: Colocando o que sabemos sobre o xadrez em jogo*

Uma forma interativa de os (as) estudantes apresentarem o que aprenderam sobre o Xadrez e instigar a pesquisa sobre o que não sabem ainda é um jogo de perguntas e respostas. Abaixo disponibilizamos alguns Quizzes sobre o tema. Disponibilize para que acessem e respondam. O interessante é que podem fazer quantas vezes quiserem.

Xadrez – I Disponível em: <https://rachacuca.com.br/quiz/3749/xadrez-i/>

Xadrez – II Disponível em: <https://rachacuca.com.br/quiz/64864/xadrez-ii/>

Xadrez – III Disponível em: <https://rachacuca.com.br/quiz/154880/xadrez-iii/>

Xadrez - Técnicas e Táticas Disponível em: <https://rachacuca.com.br/quiz/43287/xadrez-tecnicas-e-taticas/>

Xadrez - Curiosidades e Jogadas – I Disponível: <https://rachacuca.com.br/quiz/3798/xadrez-curiosidades-e-jogadas-i/>

### *Sugestão de Atividade 3: Jogo de xadrez online*

Professor (a) como a damas para o xadrez também há plataformas digitais que possibilitam o jogo online. Divulgue aos estudantes para que vivenciem essa experiência. Visite as plataformas antes de compartilhar.

Algumas plataformas:

<https://www.chess.com/pt-BR/play/computer>

<https://www.flyordie.com/jogo/xadrez.html>

<https://www.jogar-xadrez.com/>

Há a possibilidade de organizar um evento online. Saiba como:

Como Organizar Eventos de Xadrez Online. Disponível em: <https://www.chess.com/pt/article/view/como-organizar-eventos-de-xadrez-online>. Acesso em: 23-04-2020.

Se preferir, também é possível baixar um aplicativo no celular. Há alguns disponíveis no GOOGLE PLAY.

Como registro, peça para que façam um relato de um jogo realizado durante o dia. Quais estratégias utilizadas? Qual a diferença de jogar online e presencialmente?