

Andebol e Voleibol — Ficha

8.º Ano

Educação Física

3 páginas

Competências que desenvolve: Aperfeiçoar técnicas de andebol e voleibol; dominar táticas avançadas; comunicar eficazmente em jogo.

1. Verdadeiro ou Falso

a) No andebol, o corte é uma ação ofensiva. → ____

b) No voleibol, o saque é uma ação defensiva. → ____

c) A organização do ataque no voleibol depende do levantador. → ____

d) No andebol, o pivô atua junto à área de baliza. → ____

e) O bloqueio no voleibol é uma ação ofensiva. → ____

2. Completa

a) As posições no andebol são ____, ____, ____ e ____.

b) No voleibol, as posições são ____, ____, ____ e ____.

c) A defesa no andebol pode ser _____ ou _____.

3. Técnicas avançadas

a) Descreve o "corte" no andebol.

b) Descreve o "ataque rápido" no voleibol.

c) Qual é a importância do levantador no voleibol?

4. Situações de jogo

a) Como se organiza o 6 vs 0 no andebol?

b) Como se organiza o ataque no voleibol (3 toques)?

c) Qual é a importância da comunicação entre jogadores?

5. Responde por escrito

a) Compara as táticas de ataque do andebol e do voleibol.

b) Analisa a evolução do jogador entre o 7.º e o 8.º ano nestes desportos.

Soluções

1. a) T b) F (é ofensiva — serviço) c) T d) T e) F (é defensiva)
2. a) extremos, pivots, armadores, guarda-redes b) levantador, ponta, oposto, libero c) individual, zona
3. a) Corte: deslocamento rápido para a área adversária — cria oportunidade de remate. b) Ataque rápido: organização em 3 toques — receção, levantamento, remate. c) Levantador: coloca a bola para os atacantes — decide o tipo de ataque.
4. a) 6 vs 0: 6 jogadores em linha — cada um corta para a baliza. b) 1º toque: receção. 2º toque: levantamento. 3º toque: remate. c) Comunicação: coordenar ações, avisar colegas, organizar defesa.
5. a) Andebol: cortes, passes rápidos, remates em suspensão. Voleibol: ataques na rede, saques, bloqueios. b) 7.º ano: introdução. 8.º ano: aperfeiçoamento — mais técnica, tática, comunicação.