



## **REGULAMENTO**

# **OLIMPÍADA ESCOLAR VIRTUAL VICENTINA**

### **DESAFIO EDUCAÇÃO FÍSICA**

#### **DESAFIO AULA 01**

**PRANCHA** – Neste desafio a turma deverá escolher 10 estudantes, sendo 5 que estão no ensino online e 05 que estão presenciais. O desafio, os estudantes deverão ficar na posição da prancha o maior tempo possível, sendo que no final, o professor somará o tempo de todos os estudantes, visto que para cada minuto na posição de prancha, será atribuído 50 pontos a equipe.

**EQUILÍBRIO** – Nesta atividade, a turma deverá escolher 5 estudantes que estão no ensino online para realizar a atividade. O desafio consiste no estudante conseguir realizar todos os movimentos propostos para o desafio (vídeo da professora Yohana), sem deixar o papel higiênico cair no chão. O estudante terá três tentativas para superar o desafio, caso consiga, o mesmo consegue computar 100 pontos para sua equipe.

**EMBAIXADINHA COM MEIA (DESAFIO BONUS)** – Caso a turma não consiga atingir a pontuação máxima nos desafios anteriores, os estudantes terão a oportunidade de recuperar esses pontos perdidos através de um novo desafio. Neste desafio, a turma escolherá 5 estudantes para realizar a atividade que se consiste em tentar bater o máximo de embaixadinhas com um par de meias em um minuto, sendo que a cada 10 embaixadinhas feitas o estudante consegue computar 50 pontos a sua equipe

#### **DESAFIO AULA 02**

**BASQUETEBOL COM MEIA** – Nesta atividade o estudante deverá ter em mãos um par de meias e um balde, onde o mesmo deverá marcar uma distância de três passos grandes do balde até a área de arremesso. Após essas marcações o estudante terá três tentativas para acertar a meia na balde, a cada cesta realizada o estudante



consegue atribuir 25 pontos a pontuação da sua turma. Para a realização da atividade a turma deverá escolher 07 estudantes, que podem estar em sala de aula ou em casa.

**DESAFIO DO TÊNIS** - Nesta atividade, a turma deverá escolher 10 estudantes que estão no ensino online para realizar a atividade. O desafio consiste no estudante conseguir realizar todos os movimentos propostos para o desafio (vídeo da professora Yohana), sem deixar o tênis cair no chão. O estudante terá três tentativas para superar o desafio, caso consiga, o mesmo consegue computar 50 pontos para sua equipe.

**TOQUE COM O PAPEL (DESAFIO BONUS)** – Caso a turma não consiga atingir a pontuação máxima nos desafios anteriores, os estudantes terão a oportunidade de recuperar esses pontos perdidos através de um novo desafio. Neste desafio, a turma escolherá 5 estudantes para realizar a atividade que se consiste em tentar o máximo de toques e manchetes do voleibol com um rolo de papel higiênico em um minuto, sendo que a cada 10 toques feitos o estudante consegue computar 50 pontos a sua equipe

<b>DESAFIO 01 - PRANCHA</b>		
<b>N</b>	<b>ESTUDANTE</b>	<b>TEMPO</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
<b>TOTAL DE PONTOS</b>		



<b>DESAFIO 02 - EQUILÍBRIO</b>		
<b>N</b>	<b>ESTUDANTE</b>	<b>PONTOS</b>
1		
2		
3		
4		
5		
<b>TOTAL DE PONTOS</b>		

<b>DESAFIO 03 - EMBAIXADINHA COM MEIA (DESAFIO BONUS)</b>		
<b>N</b>	<b>ESTUDANTE</b>	<b>PONTOS</b>
1		
2		
3		
4		
5		
<b>TOTAL DE PONTOS</b>		

<b>DESAFIO 01 - BASQUETEBOL COM MEIA</b>		
<b>N</b>	<b>ESTUDANTE</b>	<b>PONTOS</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
<b>TOTAL DE PONTOS</b>		



<b>DESAFIO 02 - DESAFIO DO TÊNIS</b>		
<b>N</b>	<b>ESTUDANTE</b>	<b>PONTOS</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
<b>TOTAL DE PONTOS</b>		

<b>DESAFIO 03 TOQUE COM O PAPEL (DESAFIO BONUS)</b>		
<b>N</b>	<b>ESTUDANTE</b>	<b>PONTOS</b>
1		
2		
3		
4		
5		
<b>TOTAL DE PONTOS</b>		