

## Aula 21 – Os saltos em altura

### 1. Introdução e exposição à mídia

- Apresente aos alunos vídeos que mostrem o salto em altura e suas variadas técnicas de salto.
- Estimule a representação do entendimento dos alunos quanto às características das técnicas de salto em altura para que demonstrem as técnicas que compreenderam com a exibição dos vídeos.

### 2. Exploração prática – salto em altura

- **Cobrinha:** Em duas colunas os alunos deverão correr em direção a uma corda que está sendo movimentada no chão em forma de ondas por dois alunos, como uma “cobrinha”.
- **Saltando a corda (Tesoura):** peça a dois alunos para que segurem uma corda em uma determinada altura, os outros alunos estão dispostos em 2 colunas a uma distância determinada. Ao sinal do professor o aluno deverá fazer a aproximação e saltar sobre a corda utilizando o estilo “tesoura” (já apresentado no início da aula). Quando o aluno puxar a corda da mão dos colegas, terá mais duas tentativas naquela altura, caso não consiga, será apoio e torcida para os colegas que continuam na atividade. Quando terminar os alunos, faça novamente a atividade aumentando a altura da corda. Repita até que reste apenas 1 aluno realizando o salto.

### 3. Análise crítica, compartilhamento e discussão

- Questione os alunos sobre as dificuldades encontradas ao transpor a corda com o estilo de salto apresentado.
- Quais aspectos técnicos foram trabalhados nas atividades desenvolvidas que se aproximam dos vídeos apresentados.
- Questione como as técnicas praticadas mudaram a percepção que eles tinham sobre salto em altura e o que notaram ao realizar a prática em relação aos vídeos pesquisados.

