

ATIVIDADES DO JUDÔ – SEMANA DE 06 A 09/04/2020

Elaboramos atividades, breves leituras, e pesquisas para os judocas e suas famílias.

Seguiremos uma linha em que a parte histórica vai se encaixando com as próximas atividades, cada dia um pouco, para fixar o conhecimento.

Essas atividades são versáteis e dão a liberdade dos alunos fazerem rapidamente ou se abranger e buscar a fundo mais sobre o mundo do nosso esporte.

Os pais devem ajudá-los, conversando, explicando, mostrando imagens, e assim, conhecendo também um pouco desta arte marcial.

Espero que gostem e atribua mais uma atividade para fazerem juntos dentro de casa.

Atenção família, quem quiser fazer fotos e vídeos realizando as atividades e forem postar nas redes sociais, não se esqueçam de marcar [#Liceuemcasa](#) e [@liceucontemporaneo](#)

Agradeço a atenção e paciência de todos.

Sensei Dudu.



ATIVIDADES

1 - Marque com um X quais as DUAS maneiras corretas de cumprimentar no judô:



COM A MÃO



AJOELHADO



JÓINHA



EM PÉ

2 - Marque com o X e escreva qual é o nome da técnica de ukemi (queda) abaixo:



ESTE É O USHIRO UKEMI, A QUEDA DE _____.

LADO

FRENTE

ROLAMENTO

COSTAS

3 - Aponte e marque com um X qual é o nome correto do uniforme de judô?

QUIMONO

JUDOGUI

ROUPA DE JUDÔ

ARMADURA SAMURAI



4 - Faça um desenho bem bonito e pinte a brincadeira que você mais gosta do judô: