

Ficha de escores – Avaliação Produto



PONTUAÇÃO PRODUTO

Pontue de acordo com o critério de cada habilidade

Cite este app:

Copetti, F., Valentini, N.C. (2023). Fundamental Motor Skills Animation. [Mobile app].

Play Store. <https://play.google.com/store/apps/>

Apple Store. <https://apple.com/br/app-store/apps>

Nome

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15.

| Habilidades de Equilíbrio | | Criteria | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. | 13. | 14. | 15. |
|-----------------------------|--|----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. Equilibrar em um pé | Equilibra em um pé por 30 segundos com a perna preferida | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Caminhar sobre a linha | Anda ao longo da linha de 5 metros sem sair da linha com qualquer parte do pé | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Habilidades de Locomoção | | Criteria | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Correr | Tempo para correr 10 metros | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Deslocar de lado | Desloca de lado 10 metros, mantendo o corpo de lado, sem parar | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. Galopar | Galopa 10 metros sem parar | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. Mudar de direção | Muda de direção 5 vezes sem parar ou caminhar | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. Saltitar | Saltita 10 metros sem parar | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6. Saltar alongado | Salta alongado 5 vezes consecutivas ou com uma pequena parada entre cada salto para se preparar para o próximo salto | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. Saltar em um pé | Salta em um pé 5 vezes consecutivas | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8. Saltar horizontal | Distância do salto horizontal | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9. Saltar vertical | Altura do salto vertical | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Habilidades com Bola | | Criteria | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Agarrar com as duas mãos | Agarra com as duas mãos 3 vezes, sem que a bola caia ou toque o corpo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Passar com as duas mãos | Passa com as duas mãos 3 vezes, para a frente e diretamente para a parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. Quicar com uma mão | Quica com uma mão 5 vezes, sem parar ou perder o controle da bola | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. Rebater com uma mão | Rebate com uma mão 3 vezes (uma rebatida de cada vez), batendo a bola para a frente e diretamente na parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. Rebater com as duas mãos | Rebate com as duas mãos 3 vezes, batendo a bola para a frente e diretamente na parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6. Arremessar por cima | Arremessa por cima 3 vezes, para a frente e diretamente na parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. Arremessar por baixo | Arremessa por baixo 3 vezes, para a frente e diretamente na parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8. Chutar | Chuta 3 vezes, para a frente e diretamente na parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9. Volear com um pé | Voleia com um pé 3 vezes, para a frente e diretamente na parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10. Conduzir com um pé | Conduz com um pé 5 vezes, para a frente e continuamente, controlando a bola, na direção do cone-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 9. Saltar vertical | 1. Agachamento com joelhos flexionados e braços atrás do corpo, ambos os pés paralelos em uma posição próxima entre eles | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. Na decolagem, braços se movimentam vigorosamente para cima em conjunto com a ação das pernas | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Durante o voo, as pernas permanecem estendidas e pelo menos um braço atinge o ponto mais alto com máxima extensão | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4. Aterrissa perto do ponto de partida joelhos e tornozelos flexionados para absorver a força | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Total | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Total habilidades de locomoção | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| Habilidades com Bola | | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. | 13. | 14. | 15. | | | |
|-----------------------------|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--|--|--|
| 1. Agarrar com as duas mãos | 1. Braços relaxados ao lado ou a frente do corpo em antecipação para agarrar | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. Corpo alinhado à trajetória da bola, pode dar uma passada se necessário | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Os braços se movem para alcançar a bola, a bola é pega com os dedos | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Total | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Passar com as duas mãos | 1. Segura a bola perto do peito, mantém os cotovelos para baixo | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. Os braços se estendem simultaneamente com um passo para a frente para passar a bola | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Palmas viradas para fora no final da ação da mão | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Total | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. Quicar com uma mão | 1. Pés afastados, pé oposto da mão de drible ligeiramente à frente do corpo | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. Toca a bola com os dedos e com flexão do punho | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Quica a bola, perto ou abaixo da altura do quadril, mantendo-a sob controle | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Total | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. Rebater com uma mão | 1. Fica de lado em relação a parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. A mão preferida segura a raquete, o braço faz o movimento para trás ao mesmo tempo que a bola é quicada | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Dá um passo para a frente com o pé oposto da mão que segura a raquete | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4. Rotação de tronco e quadril, durante o movimento de braço, com transferência de peso para o pé da frente | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Total | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. Two-hand strike | 1. Fica de lado em relação a parede-alvo | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. A mão preferencial segura o taco acima da mão não preferencial | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Taco é levado para atrás do ombro em preparação para o rebater | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4. Rotação de tronco e quadril, durante o movimento de braço, com transferência de peso para o pé da frente | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Total | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

