

UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO
ROTEIRO DE ESTUDOS

ANO: 3º A,B,C

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: JOSÉ GÍLSON DA SILVA ARAÚJO

PERÍODO: 20/09/2021 a 30/09/2021

Data	Página	Atividade	Orientação
20/09		JOGOS E BRINCADEIRAS 	PEGUE O BRINQUEDO Essa atividade ajudará a desenvolver a atenção a coordenação motora e viso-manual. MATERIAL NECESSÁRIO: Brinquedos diversos, balde, bacia ou uma caixa de papelão. MODO DE REALIZAR: O aluno deve se posicionar a uns 2 metros de distância de um adulto, segurando o balde ou outro recipiente. A cada objeto lançado pelo adulto o aluno deverá mover o recipiente para que o objeto se encaixe recolhendo o objeto lançado para dentro do recipiente. Preste muita atenção e divirta-se! Assista ao vídeo para compreender melhor de como realizar a atividade.

			https://www.youtube.com/watch?v=tto0lFZuK2I&t=211s
30/09		Brincadeiras infantis	Realizaremos alguns exercícios, que apesar de serem de fácil execução, a participação dos pais ou irmãos mais velhos é de suma importância, para fins de supervisão e integração com as crianças. A 1ª atividade consiste na execução de 3 (três) exercícios, eleitos de forma livre - com 5 (cinco) repetições de cada um. Já a 2ª atividade é o "desafio da garrafa" - onde a criança, em companhia de seus responsáveis e/ou irmão(ã) mais velho(a), deve tentar capturar uma garrafa plástica (ou similar), que ficará entre ela e seu(sua) oponente, ambos sentados um frente ao outro. O momento da captura será comandado por um(a) 3º participante, que antes dizer a palavra-chave "garrafa" dará outros comandos, à exemplo: "cabeça", "ombros", "joelho", "barriga", "nariz", "orelhas" - até a escolha da tão esperada garrafa.

