



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



UME DR FERNANDO COSTA
Educação Física

1º A,B,C, e 2º A, B,C Professor: Andre Luiz Seixas Romualdo

2º D Professora: Josélia Alves de Souza Silveira

Período: 01/10/21 à 15/10/21

Nome do Aluno: _____ Classe/Nº __

13 ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES (EF12301B)

ATIVIDADE: Bola ao cesto

MATERIAL: Um cesto e uma bola de papel.

DESENVOLVIMENTO: A criança deve acertar a bola dentro do cesto.

O Grau de dificuldade pode aumentar de acordo com idade das crianças, ampliando a distancia entre ela e o cesto.

A Bola pode ser feita de papel amassado enrolado de fita adesiva, ou de meia etc.

O Cesto pode ser substituído por bacias, baldes, caixas, ou qualquer recipiente de boca larga.

LINK: <https://www.youtube.com/watch?v=xsJlCHE7vB4>



13.1 ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES (EF123F01A)

Vamos Brincar !

Essa brincadeira tão tradicional entre as crianças brasileiras recebe muitos nomes, dependendo da região do País, sendo também chamada de maré, sapata, avião, academia, macaca etc. A amarelinha tradicional é desenhada no chão com giz e tem o formato de uma cruz, com um semicírculo em uma das pontas, onde está a palavra céu, lua ou cabeça. São feitos dez quadrados e cada um leva um número (de 1 a 10).

Atividade Amarelinha

Material : Giz para desenhar a amarelinha no chão e uma pedrinha para lançar nos quadrados.

Objetivos : Coordenação motora ampla, cálculo, previsão de movimentos e força ao atirar a pedra.

Desenvolvimento : Com uma pedrinha, por exemplo, cada jogador deve acertar na casa dos números em sequência e ir pulando (com um e dois pés) cada quadra, até chegar no final. O jogador não pode pisar no número onde está a pedra, nem nas linhas dos quadrados. Assim, ganha quem conseguir atingir todos os números e pular sem pisar fora ou na quadra em que está lançada a pedra.

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=AwHL0RsBv58>

