

“UME VINTE E OITO DE FEVEREIRO”

ANO: 1º e 2º

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADE

1. ATIVIDADE: PULA SAPINHO

Objetivo da aula: ginástica geral.

Objetivo de estudo: ginástica

Habilidade desenvolvida: (EF123EF10) identificar a presença dos elementos básicos da ginástica geral em distintas práticas corporais vivenciadas.

Material necessário: 1 folha.

Como fazer: Com uma folha no chão, faça os movimentos de acordo com a música!

Vai pulando o sapinho Pula, pula sem parar Vai pulando o sapinho Pula, pula sem parar Pula, pula, Pula o sapinho Pula, pula, Pula o sapinho Pula para dentro, Entrou! Pula para fora, Fora! Pula para frente, Frente! Pula para trás, Trás! Vai pulando o sapinho Pula, pula sem parar Vai pulando o sapinho Pula, pula sem parar Pula, pula, Pula o sapinho Pula, pula, Pula o sapinho.



Link: <https://www.facebook.com/professorajessicahistorias/videos/562139764664799/>

2. ATIVIDADE: BOLA AO ALVO

Objetivo da aula: brincadeira e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional. Objetivo de estudo: jogos e brincadeiras.

Habilidade desenvolvida: (EF123EF04) colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, das brincadeiras, jogos e demais práticas corporais tematizados.

Material necessário: 10 objetos (brinquedos, bolas, garrafas, potes) e um balde (caixa, bacia, assadeira). Como jogar: colocar o balde no chão, deitar com a cabeça perto do balde e colocar os objetos perto do pé. O objetivo do jogo é pegar os objetos com os pés e colocar no balde em menos tempo possível! Faça a atividade novamente e veja se consegue baixar o tempo para realizar a atividade.



Link: <https://youtu.be/8LuV4ZGeL40>