

ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME: GOTA DE LEITE

ANO: 4º ANO

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: Thalita e Carolina

PERÍODO DE 18/10 a 29/10

DATA	ATIVIDADE/ORIENTAÇÃO
18/10 a 22/10	1- Escolha uma atividade das séries de alongamentos já realizadas em outras aulas. 2- Escolha uma atividade das séries de aquecimentos já realizados em outras aulas. 3- Brincadeiras Antigas Converse com o seu responsável e pergunte a ele quais brincadeiras ele gostava quando era criança . Peça para ele escolher uma e ensinar você. Depois ensine a ele uma de suas brincadeiras favoritas. Para ficar registrado sua participação faça um desenho bem bonito e colorido da brincadeira que você a prendeu!

DATA	ATIVIDADE/ORIENTAÇÃO
25/10 a	1- Escolha uma atividade das séries de alongamentos já realizadas em outras aulas.
29/10	2- Escolha uma atividade das séries de aquecimentos já realizados em outras aulas. 3- Saltos cruzados Saltos com os 2 pés com mudança de direção. A partir do centro da cruz de salto, o aluno deverá saltar para frente, para trás e para os lados. Especificamente o ponto de partida é o centro da cruz para frente, então salta para trás do centro, para trás novamente e regressa para o centro, logo após para a direita e novamente para o centro, em seguida para a esquerda e finalizando volta para o centro. Link - https://youtu.be/QUEHfyiRjcI Boa aula e uma ótima semana!