

“UME VINTE E OITO DE FEVEREIRO”

ANO: 1º e 2º

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADE

1. PAPA BOLINHA

Objetivo da aula: experimentar, desfrutar, apreciar e criar diferentes formas de brincar.

Objetivo de Estudo: jogos e Brincadeiras.

Habilidades desenvolvidas: identificar, experimentar e fruir diferentes brincadeiras e jogos do contexto familiar valorizando a cultura popular presente no contexto comunitário e regional (EF123F01A)

Material necessário: duas bacias ou potes grandes cheias de bolinhas e uma colher.

Desenvolvimento: segure a colher na boca e pegue as bolinhas equilibrando-as, como na foto acima. Depois, você deve coloca-las no pote vazio.

registre em seu caderno a quantidade de bolinhas que conseguiu levar de um pote ao outro, sem deixar cair!



Referência: <https://youtu.be/5JWXq0DdXuc>

Link: <https://youtu.be/5JWXq0DdXuc>

2. BRINCAR DE CIRCO

Objetivo da aula: Ginástica geral

Objetivo de estudo: ginásticas.

Habilidade desenvolvidas: participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais. (EF123EF09).

Material necessário: cabo de vassoura (espada de brinquedo, cano de pvc, galho de árvore) , livro (folha, agenda, caderno, etc..)

Como brincar:

Atividade 1: colocar o livro em cima da cabeça, andar pela casa e não deixar cair! Ah lembrando que é proibido colocar a mão no livro!

Desafio: vamos deixar mais difícil? Que tal colocar obstáculos no chão, e fazer um circuito sem deixar o livro cair!

Atividade 2: tentar equilibrar o cabo de vassoura na palma mão! Ah não pode fechar a mão!

Desafio: vamos deixar mais difícil? Que tal colocar obstáculos no chão, e fazer um circuito sem deixar o cabo cair!

Desafio supremo: vamos combinar os dois exercícios. Será que você consegue andar pela casa com o livro na cabeça e o cabo de vassoura na mão sem deixar nenhum dos dois cair?

Referência:

<https://www.tempojunto.com/2018/08/24/10-formas-divertidas-de-brincar-de-circo/>
<https://www.tempojunto.com/2018/08/24/10-formas-divertidas-de-brincar-de-circo/>

Link: <https://www.tempojunto.com/2018/08/24/10-formas-divertidas-de-brincar-de-circo/>

