

UME EMÍLIA MARIA REIS

ANO: 1º ANO

PROFESSORES: RITA CONTE LEITE

PERÍODO DE 08/06 A 19/06

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

ROTEIRO DE ESTUDO

1º ano

DATA	ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
08 a 12 de junho	Amarelinha adaptada	<p>A atividade deverá ser realizada em dupla. Cada participante desenha seus quadrados no chão (amarelinha) com giz ou fita crepe.</p> <p>A dupla irá se movimentar um de frente para o outro como se fosse um espelho, ou imita os movimentos do outro.</p>
	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
	Movimentado as partes do corpo	<p>Desenhar traços no chão com a fita crepe. Você deverá tocar nos traços com as mãos e os pés, de acordo com o número de traços. Por exemplo: Se houver 3 traços, você pode colocar uma mão em cada traço e um dos pés. O outro pé não deve tocar o chão.</p>
	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	

**1º ano**

<b>DATA</b>	<b>ATIVIDADE</b>	<b>ORIENTAÇÃO</b>
15 a 19 de junho	<ul style="list-style-type: none"><li>• Corrida de frente</li><li>• Corrida Tigre</li><li>• Corrida de costas</li><li>• Corrida Caranguejo</li><li>• Deslocamento lateral</li><li>• Corrida Patinho</li></ul>	<p>Você deve realizar 5 vezes (ida e volta) em uma distância marcada no chão.</p> <p>As corridas devem seguir a ordem abaixo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Corrida de frente</li><li>• Corrida Tigre (com as mãos no chão)</li><li>• Corrida de costas</li><li>• Corrida Caranguejo (sentado, de costas com as mãos no chão)</li><li>• Deslocamento lateral</li><li>• Corrida Patinho (agachado com as mãos nos joelhos)</li></ul> <p>Tire uma foto de sua atividade e envie para o email: <a href="mailto:ritaconteleitel19@gmail.com">ritaconteleitel19@gmail.com</a> Não esqueça de incluir nome completo, ano e sala na mesma postagem para a correta avaliação das atividades.</p>

Aula ao vivo e plantão de dúvidas com o professor pelo grupo do Facebook:

**"Educação Física Arte e Inglês UME Emilia Maria Reis"**

**Prof. Rita:** quarta-feira às 11h e 17h

**Prof. EdCarlos:** terça-feira às 17h e sexta-feira às 11h