UME PEDRO II

22/06/2020

Profº. Flavio S. Adegas

Educação Física - Anos Iniciais - 2º Ano

Habilidade (EF02EF13) - Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos inclusivos, valorizando o trabalho em equipe e a participação de todos.

Tema: Brincadeiras e jogos – Atividade de Rebater.

ORIENTAÇÕES PARA A REALIZAÇÃO DAS ATIVIDADES:

Recomendamos que os pais/ responsáveis auxiliem as crianças durante a realização das atividades propostas, as quais deverão ser feitas com autonomia e interação da família no que for preciso.
Você precisará utilizar uma bolinha de tênis, ou tênis de mesa, ou frescobol, ou outra que tiver.
Também deverá criar sua própria bolinha com material alternativo (papel, ou meia, ou outro).

Essa atividade será desenvolvida da seguinte forma:

1- Fique em pé de posse da bolinha (de tênis, tênis de mesa, frescobol ou outra) e rebata para o alto sucessivamente por quantas vezes conseguir sem deixar cair.
- 5 tentativas com a mão direita.
- 5 tentativas com a mão esquerda.

Depois anote no caderno (ou numa folha) **o resultado da melhor tentativa com cada mão** (quantas vezes conseguiu rebater sem deixar cair no chão).

2- Agora repita a atividade **1** com a bolinha alternativa.
- 5 tentativas com a mão direita.
- 5 tentativas com a mão esquerda.

Depois anote no caderno (ou numa folha) **o resultado da melhor tentativa com cada mão** (quantas vezes conseguiu rebater sem deixar cair no chão).

3- Fique em pé de posse da bolinha (de tênis, tênis de mesa, frescobol ou outra) e rebata para o alto sucessivamente, mas trocando de mão a cada rebatida (direita, esquerda, direita...) por quantas vezes conseguir sem deixar cair.
- 5 tentativas

Depois anote no caderno (ou numa folha) **o resultado da melhor tentativa** (quantas vezes conseguiu rebater sem deixar cair no chão).

4- Agora repita a atividade **3** com a bolinha alternativa.
- 5 tentativas
Depois anote no caderno (ou numa folha) o **resultado da melhor tentativa** (quantas vezes conseguiu rebater sem deixar cair no chão).

5- Escreva qual das atividades realizadas achou mais fácil.

6- Escreva quais foram as dificuldades encontradas durante a realização das atividades.

7- Para brincar um pouco, repita as atividades sentado. Não precisa anotar esses resultados ok.

BOA DIVERSÃO.

ATENÇÃO: AS ATIVIDADES ESCRITAS DEVEM SER DIGITADAS, OU FEITAS NO CADERNO DO ALUNO E FOTOGRAFADAS.
ENCAMINHAR PARA O E-MAIL DO PROFESSOR: flavioatividaderemota@gmail.com

NÃO ESQUECER: O NOME COMPLETO, SÉRIE, (E NUMERO DA CHAMADA SE SOUBER).