PREFEITURA DE SANTOS
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO

**ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES**

UME DR. FERNANDO COSTA

3°S,4°S E 5°S anos - EDUCAÇÃO FÍSICA - MANHÃ/TARDE

PROFESSORA JOSÉLIA ALVES DE SOUZA SILVEIRA

PERÍODO DE 20/07/2020 À 31/07/2020

Olá queridos alunos, espero que todos estejam bem. Se cuidem! Ao sair de casa, usem máscara, evitem aglomerações e cuidem da higiene do corpo.Faça atividade físico para manter o bem-estar físico e mental.

Atividades remotas para o período de 20/07/2020 à 31/07/2020:

Atividade 1) Alongamento e aquecimento

Aquecimento

-Corrida estacionária

-Corrida com elevação dos calcanhares para trás

- Polichinelo

OBS:Faça com calma e por 20segundos cada movimento

Atividade 2) Conhecer os jogos e brincadeiras da Região Sudeste . Essa região é composta pelos seguintes estados:Rio de Janeiro,São Paulo , Minas Gerais e Espírito Santos

Nessa sequência didática iremos estudar as brincadeiras e jogos característicos da região.

Briga de galo

Cabo de Guerra

Barra Manteiga

Jogo Amarelinha

O que devo fazer?

a)Gostaram das atividades acima, desenhe em uma folha de caderno ou sulfite a atividade que você mais gosta de brincar ou jogar. Guarda todas as atividades em uma pasta ou envelope para entregar no retorno das aulas.

b)Você conhece outras brincadeiras ou jogos dessa região?cite os nomes.

Aproveite para brincar ,jogar e se exercitar. Convide seus irmãos , familiares para participar com vocês das atividades.

Até mais, beijos e abraços para todos.