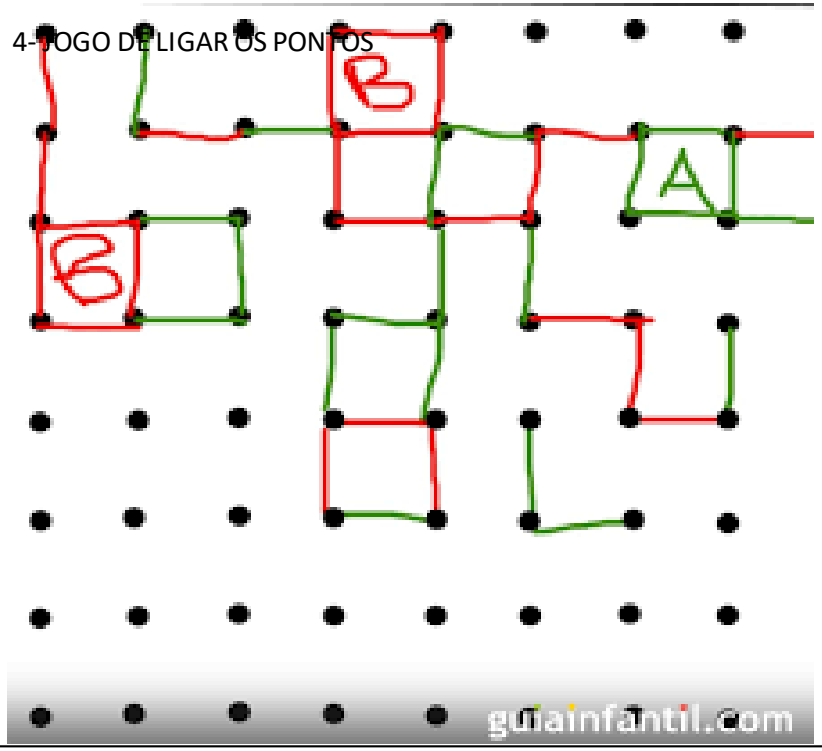
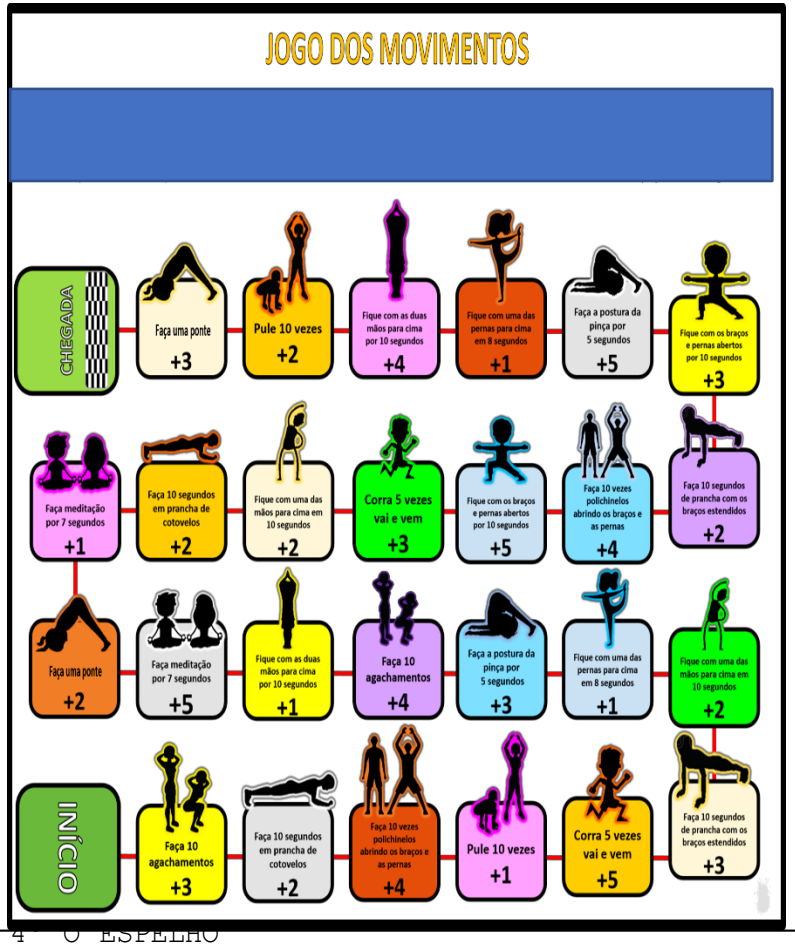
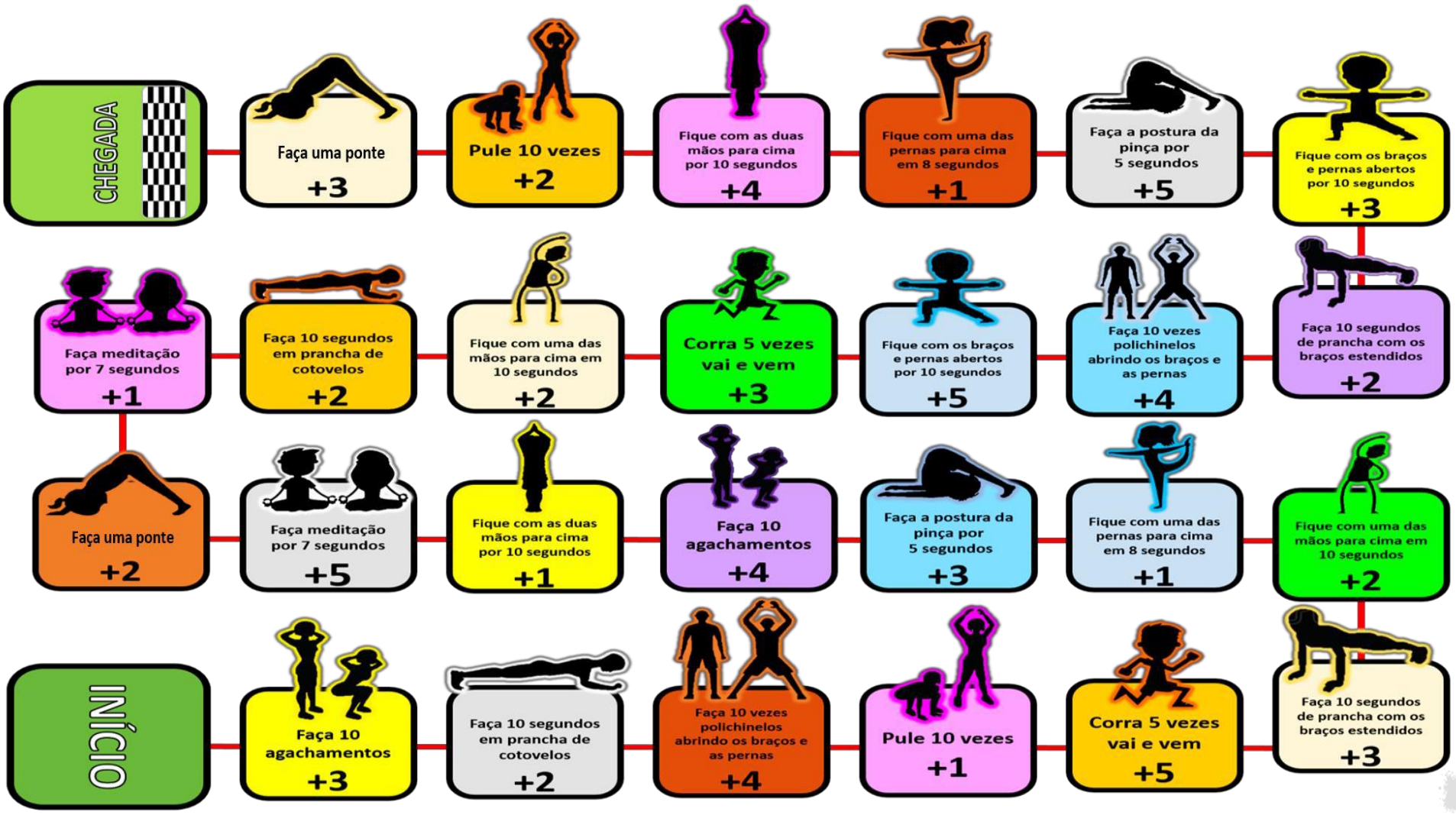
PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação

ANO: 1º a 5º ANO
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA
PROFESSOR: FLÁVIO A. MARVEJOL
PERÍODO DE: 20 E 27/07

ROTEIRO DE ESTUDOS

DATA		
	ATIVIDADE	**ORIENTAÇÃO**
20	1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS ALONGAMENTOS DA PRIMEIRA AULA. 2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO. 3º "NÃO DEIXE O BALÃO CAIR". 	MATERIAL: 2 BEXIGAS, 20 TAMPINHAS DE GARRAFAS OU OUTRO MATERIAL SEMELHANTE, UM RECIPIENTE PARA ACOMODAR O MATERIAL RECOLHIDO QUE ESTARÁ ESPALHADO PELO CHÃO. COMECE O DESAFIO COM UM BALÃO,SE ESTIVER MUITO FÁCIL, ADICIONE OUTRO BALÃO. O DESAFIO É JOGAR O(S) BALÃO(ÕES) PARA CIMA E NÃO DEIXÁ-LO(S) QUE TOQUE O CHÃO, ENQUANTO ISSO VOCÊ DEVERÁ RECOLHER OS OBJETOS QUE ESTARÃO ESPALHADOS PELO CHÃO E COLOCÁ-LOS DENTRO DA VASILHA. https://www.facebook.com/watch/?v=264114057999492 Wastsap da Educação Física do professor Flávio – (13)982280998

	4-JOGO DE LIGAR OS PONTOS  	JOGADORES: DOIS OU MAIS. COMO SE JOGA: SOBRE UMA FOLHA DE PAPEL DESENHAM-SE SETE FILAS DE PONTOS VERTICAIS E TANTAS HORIZONTAIS. OS JOGADORES, CADA UMA NA SUA VEZ, IRÃO DESENHANDO RISCOS VERTICAIS OU HORIZONTAIS PARA UNIR DOIS PONTOS ADJACENTES QUE AINDA NÃO TENHA SIDO UNIDOS. QUANDO UM DOS JOGADORES FAZ UM TRAÇO QUE FECHA UM GRUPO DE QUATRO PONTOS (FORMANDO UM QUADRADO OU "CAIXA") COLOCA SUA INICIAL NO INTERIOR DO QUADRADO, SE NO ÚLTIMO RISCO FECHAR 2 QUADRADOS SIMULTANEAMENTE, OS DOIS QUADRADOS PERTENCE A AO JOGADO QUE FECHOU. QUANDO TODOS OS PONTOS ESTÃO UNIDOS E TODOS OS QUADRADOS FECHADOS, CONTAM-SE QUANTOS QUADRADOS CADA PARTICIPANTE TEVE, COM A SUA INICIAL DENTRO DOS QUADRADOS. GANHA QUE FECHAR MAIS QUADRAD
DATA	**ATIVIDADE** 1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS ALONGAMENTOS DA PRIMEIRA AULA. 2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.	**ORIENTAÇÃO**

27	3º JOGO DE MOVIMENTOS  	JOGO DE MOVIMENTOS 1 ESTE JOGO PODE SER REALIZADO INDIVIDUALMENTE OU POR MAIS PARTICIPANTES. MATERIAL: ESTE CIRCUITO (QUE PODE SER DESENHADO OU IMPRESSO), 1 DADO, MARCADOR DA CASA, PAPEL E LÁPIS. **1º** JOGUE O DADO, VEJA QUANTAS CASAS VOCÊ DEVE AVANÇAR. **2º** EXECUTE O EXERCÍCIO DA CASA QUE VOCÊ AVANÇOU. **3º** APÓS FAZER O EXERCÍCIO, MARQUE EM UM PAPEL O PONTO QUE VOCÊ CONQUISTOU E SE TIVER OUTRO JOGADOR, PASSE A VEZ. **4º** VENCERÁ A PARTIDA QUEM CHEGAR NO FINAL DO JOGO COM MAIOR NÚMEROS DE PONTO. **ABAIXO O CIRCÚITO AMPLIADO**
	4 - O ESPELHO 	EM DUPLA/FRENTE A FRENTE, UM COMANDA OS MOVIMENTOS EM ESPAÇOS (LIVRE) USANDO OS TRÊS NÍVEIS: ALTO, MÉDIO E BAIXO, ENQUANTO O OUTRO PARTICIPANTE, QUE RECEBE O COMANDO, COPIA OS MOVIMENTOS (IMITA SEUS GESTOS). NO DECORRER DA AÇÃO, MUDA-SE DE COMANDO E/OU DE DUPLAS. https://youtu.be/SQI4Cuqx9Lc Wastsap da Educação Física do professor Flávio – (13)982280998

JOGO DOS MOVIMENTOS