

ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

U.M.E. PROFESSORA MARIA LUIZA ALONSO SILVA

ANO: 1º à 5º

Componente Curricular: Educação Física

PROFESSORES: Antonio Falco Rodrigues, Francisco José de Castro e Nivaldo Dias;

PERÍODO: 01 à 15/08/2020

AULA: ESPORTES.

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



As atividades em apreço têm por objetivo: **(i)** lembrar sobre a importância da prática de exercícios físicos, **(ii)** oportunizar aos alunos que façam algum exercício e **(iii)** pesquisem sobre o tema em casa, nesse momento onde estamos enfrentando essa situação de pandemia.

A atividade física durante esse período colabora com o bem-estar não só de crianças, mas de todos que podem dispensar um pequeno tempo para sua prática. Por isso, a colaboração dos familiares e amigos - incentivando tanto à prática quanto a pesquisa -, é essencial nesse período.

1ª SEMANA: de 03 a 07/08/20

Ginástica, sua prática e importância!

08 e 09/08/20 – Sábado e Domingo

Os alunos deverão fazer alguma atividade física, com duração de, no máximo, 50 segundos.

A atividade deverá ser gravada e encaminhada para o seu professor de Educação Física, através do canal de comunicação, já combinado.

Deixaremos abaixo um pequeno vídeo para incentivar essa tarefa:

Atividade física na quarentena: Disponível em < <https://www.youtube.com/watch?v=UpA9eQnPPLYM&feature=youtu.be> > Último acesso em 28/07/2020

2ª SEMANA: de 10 a 14.08.20

Conhecer a ginástica, prática e importância!

15/08/20 - Sábado



Os alunos farão uma pequena pesquisa sobre a importância da atividade física para crianças, durante esse período, de no máximo 10 linhas.

Tal pesquisa pode ser ilustrada com imagens ou desenhos *etc.*

Após sua realização, irão tirar uma foto e mandar para seus professores, através dos canais combinados. Sempre lembrando que é de fundamental importância a identificação do aluno (nome, número e classe).

A pesquisa será entregue “também” aos professores, no retorno das aulas presenciais.

Educação Física/Atividade Física.