

UME Prefeito Paulo Gomes Barbosa

__ ano __ COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: Alessandra Brito Santana

Nome _____

PERÍODO DE 03/08/2020 a 31/08/2020

Atividade: Corre na cor

Objetivos: Agilidade, tomada de decisão e promovendo a atividade física.

Desenvolvimento: Alguém dá os comandos e a outra pessoa deve dar a volta na cor mencionada e voltar ao centro na corrida estacionária. A distância das cores vai de acordo com o espaço disponível; podendo gradativamente aumentar o ritmo e falar duas ou mais cores ao mesmo tempo. Pode substituir as por números ou qualquer outro objeto.

Acesse a atividade:

<https://www.youtube.com/watch?v=U7rXbUzLEGE>

Após fazer a atividade, descreva na própria folha como foi fazer esta atividade na prática.

Tire fotos ou faça um vídeo brincando.

Não esqueça de colocar seu nome completo, o ano e a turma. Entregue junto com as atividades da sala.

Bom divertimento!

UME Prefeito Paulo Gomes Barbosa

____ ANO COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSORA: Alessandra Brito Santana

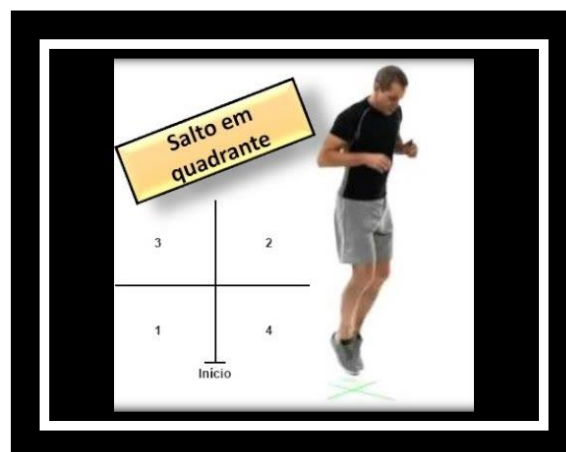
Nome: _____

PERÍODO DE 03/08/2020 a 31/08/2020

Atividade: Teste do quadrante

Objetivos: Medir a agilidade na mudança da posição do corpo através do salto.

Desenvolvimento: Alguém dá os comandos e a outra pessoa deverá saltar na sequência de números riscados no chão. O resultado é dado pelo número de vezes que a pessoa aterriza nas zonas corretas, no tempo de 10 segundos; é computado o melhor resultado de suas tentativas realizadas.



Acesse a atividade:

<https://www.youtube.com/watch?v=kSJfrWaVYAE>

Após fazer a atividade, descreva na própria folha como foi fazer esta atividade na prática.

Tire fotos ou faça um vídeo brincando.

Não esqueça de colocar seu nome completo, o ano e a turma. Entregue junto com as atividades da sala.

Bom divertimento!

UME Prefeito Paulo Gomes Barbosa

____ANO____ COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSORA: Alessandra Brito Santana

PERÍODO DE 03/08/2020 a 31/08/2020

Atividade: Noção de direita/esquerda

Objetivos: Desenvolver a lateralidade e a direcionalidade.

Desenvolvimento: Traçar uma risca no chão(vertical). O aluno escolhe um dos lados que irá se posicionar para começar a atividade. Ao comando de uma outra pessoa o aluno terá que saltar conforme o pedido. Se for esquerda, pular para o lado esquerdo, se for direita para o lado direito e ao dar o comando "giro" terá que dar um salto com giro de 180° ou seja um meio giro, fazendo com que o sentido esquerda/direita mude; o aluno terá que pensar rápido para responder a ação. Pode mudar os comandos ou acrescentar algo mais... Ex: frente e atrás, vivo/ morto mas não esquecendo de trabalhar o lado esquerdo e direito!

Acesse a atividade: <https://www.youtube.com/watch?v=AJHIIYnLDnE>

Agora conte como foi sua experiência nesta atividade:

1. Você já dominava bem o seu lado esquerdo/direito?
2. Teve alguma dificuldade para executar a atividade?
3. Incluiu mais comandos?
4. Quem te auxiliou na atividade?

Tire fotos ou faça um vídeo brincando.

Não esqueça de colocar seu nome completo, o ano e a turma.
Entregue junto com as atividades da sala.

Bom divertimento!

UME Prefeito Paulo Gomes Barbosa

____ANO____ COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSORA: Alessandra Brito Santana

PERÍODO DE 03/08/2020 a 31/08/2020

Atividade: Jogos Olímpicos- caça palavras.

Objetivo: Desenvolver a percepção visual, concentração e o conhecimento das modalidades de esportes olímpicos.



JOGOS OLÍMPICOS

Localize os esportes disputados nas Olimpíadas:

HANDEBOL - ATLETISMO - BEISEBOL - BADMINTON -
BASQUETEBOL - BOXE CANOAGEM - CICLISMO - HIPISMO - VELA - ESGRIMA -
FUTEBOL - GINÁSTICA - HALTEROFILISMO - HÓQUEI EM CAMPO - JUDO -
NATAÇÃO - PENTATLO MODERNO - POLO AQUÁTICO - REMO - SOFTBOL -
TRIATLO - TIRO - TIRO COM ARCO - TAEKWONDO - TÊNIS - TÊNIS DE MESA -
VOLEIBOL - LUTAS GRECOROMANA - LUTAS LIVRE

Localize também algumas cidades que sediaram os jogos:

ATENAS - PARIS - NAGANO - ROMA - MOSCOU - BERLIM - OSLO - MÉXICO -
ESTOCOLMO - LONDRES - TÓQUIO - HELSINQUE - ATLANTA - SEUL - MONTREAL
MUNIQUE - SYDNEY - TURIM - SOCHI - AMSTERDÃ

O	A	O	H	A	N	D	E	B	O	L	P	I	L	C	O	R	A	L	I
L	A	M	I	R	G	S	E	S	I	O	O	O	I	L	A	C	O	S	T
S	O	R	I	N	O	I	A	R	L	I	S	C	L	T	I	B	A	S	L
B	O	B	I	M	S	N	I	O	V	I	L	A	N	T	T	N	O	O	S
O	X	A	E	E	E	T	A	R	O	I	O	A	S	F	A	J	B	X	P
M	A	C	B	T	S	Q	U	I	S	A	L	A	O	T	A	I	U	A	E
S	I	O	A	O	U	T	S	M	I	T	N	S	A	N	E	U	R	D	A
I	L	I	C	A	N	F	O	R	A	I	N	Ç	A	L	S	I	S	T	O
L	I	H	T	M	A	R	I	M	G	N	A	M	O	T	S	I	E	S	P
I	I	I	A	I	L	U	E	S	E	O	O	V	I	X	U	N	Y	A	M
F	C	V	E	L	A	S	U	D	O	R	E	T	I	L	I	L	I	A	A
O	A	E	K	R	O	X	H	M	O	S	E	Y	N	S	I	N	E	T	C
R	M	U	W	E	S	B	E	C	T	M	C	U	D	I	W	H	L	O	M
E	S	Q	O	B	I	X	E	O	L	A	O	E	Q	U	M	E	I	O	E
T	T	I	N	H	I	R	C	T	N	A	M	L	H	N	T	D	S	Y	I
L	E	N	D	C	G	O	O	O	E	E	E	I	T	I	I	C	A	S	E
A	R	U	O	S	L	M	A	I	S	U	P	R	S	A	O	S	Y	B	U
H	D	M	A	M	I	G	I	A	U	I	Q	M	T	U	T	D	L	O	Q
F	A	T	O	D	E	M	A	R	S	Q	O	S	I	N	N	N	T	E	O
H	U	R	I	M	M	E	S	M	U	T	O	S	A	E	O	P	E	A	H
L	O	N	D	R	E	S	O	S	O	T	O	T	Y	B	I	M	A	P	A
N	A	G	A	N	O	S	R	O	C	R	A	M	O	C	O	R	I	T	I

