

ANO: 1° ao 5° ANO

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: FLÁVIO ALVES MARVEJOL

PERÍODO DE 17 A 21 de agosto.

ROTEIRO DE ESTUDOS

DATA	ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
17 A 21 DE AGOSTO	1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS AQUECIMENTOS DA PRIMEIRA AULA.	
	2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.	
	3º DIFERENÇA ENTRE JOGO E ESPORTE	A principal diferença entre jogo e esporte está em seus objetivos e suas regras. O jogo é uma atividade recreativa de caráter lúdico e suas regras podem ser criadas ou modificadas pelos próprios participantes. O esporte, por sua vez, tem regras preestabelecidas pelas diferentes instituições que regem cada modalidade esportiva, sejam ligas, federações, confederações ou comitês olímpicos, mas a busca pela vitória e competitividade também estão presentes. Assista ao vídeo para compreender melhor essa diferença. https://www.youtube.com/watch?v=he3keasMMH4
	 ESPORTE: Salto em altura, Handebol, Voleibol, Ciclismo, Basquete, Maratona, Natação, Judô.	



JOGO: Queimada, etc.

4º AMARELINHA AFRICANA (JOGO DE MATRIZ AFRICANA)



Amarelhinha Africana

Material – fita crepe ou giz.

As orientações encontram-se nos vídeos do link abaixo, executem no mínimo a parte mais simples e de acordo com suas possibilidades, avancem para as mais elaboradas. Assistam os vídeos nos links abaixo, pratiquem e divirtam-se

https://www.youtube.com/watch?v=umr_bU1R3JI

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

Dúvidas e presença:

Watsapp da Educação Física do professor Flávio – (13)982280998

LINK: Facebook da UME Gota de leite

Grupos ADM das salas de aula.



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



ANO: 1° ao 5° ANO

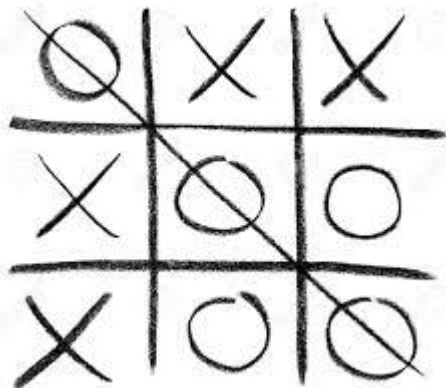
COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: FLÁVIO ALVES MARVEJOL

PERÍODO DE 24 A 28 de agosto.

ROTEIRO DE ESTUDOS

DATA	ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
24 A 28 DE AGOSTO	1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS AQUECIMENTOS DA PRIMEIRA AULA.	
	2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.	
	3º GINÁSTICA: A ginástica é um conceito que engloba modalidades competitivas e não competitivas e envolve a prática de uma série de movimentos exigentes de força, flexibilidade, equilíbrio e coordenação motora para fins únicos de aperfeiçoamento físico e mental. 	Material: Corda ou giz, bola pequena, base de baixa altura para subir e exercitar Executar a ginástica tal qual orientada no vídeo do link abaixo: https://www.youtube.com/watch?v=PklIT_JxTD4 Material: Papel e lápis Executar a ginástica tal qual orientada no vídeo do link abaixo: https://www.youtube.com/watch?v=gfRgQGqXBOc Watsapp da Educação Física do professor Flávio – (13) 982280998
	4º- JOGO DA VELHA (Brincadeira da cultura popular)	Material: Papel e lápis. Efetuar quatro riscos cruzando 2 sobre 2, formando 6 espaços (#), ou construir um campo de jogo para a



prática com tampinhas de refrigerante. A prática desse jogo deve ser em duplas.

Um dos jogadores inicia fazendo a marcação de X (dentro de um espaço vazio) e o outro jogador alterna fazendo marcação O (dentro de um espaço vazio), e assim sucessivamente, até que um dos jogadores consiga ter suas 3 marcas em uma linha horizontal ou vertical ou diagonal, ganhando assim o jogo.

Ver vídeo abaixo.

<https://www.youtube.com/watch?v=LFOJ-N7hazQ>

Dúvidas e presença:

Wastsap da Educação Física do professor Flávio –
(13)982280998

[LINK: Facebook da UME Gota de leite](#)

[Grupos ADM das salas de aula.](#)