

ROTEIRO DE ESTUDO/ ATIVIDADES

UME COLÉGIO SANTISTA

4º ANO

COMPONENTE: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSORA: ADRIANA RIBEIRO PAES

PERÍODO DE 31/08/2020 A 04/09/2020

ESTA SEMANA BRINCAREMOS COM UM JOGO CHAMADO TABULEIRO DA EDUCAÇÃO FÍSICA. ATRAVÉS DELE FAREMOS ALGUMAS ATIVIDADES QUE MEXERÃO COM VOCÊ POR INTEIRO, TENHO CERTEZA QUE VOCÊ VAI GOSTAR....



TABULEIRO DA EDUCAÇÃO FÍSICA



Escolha um objeto pequeno para utilizar como peão.

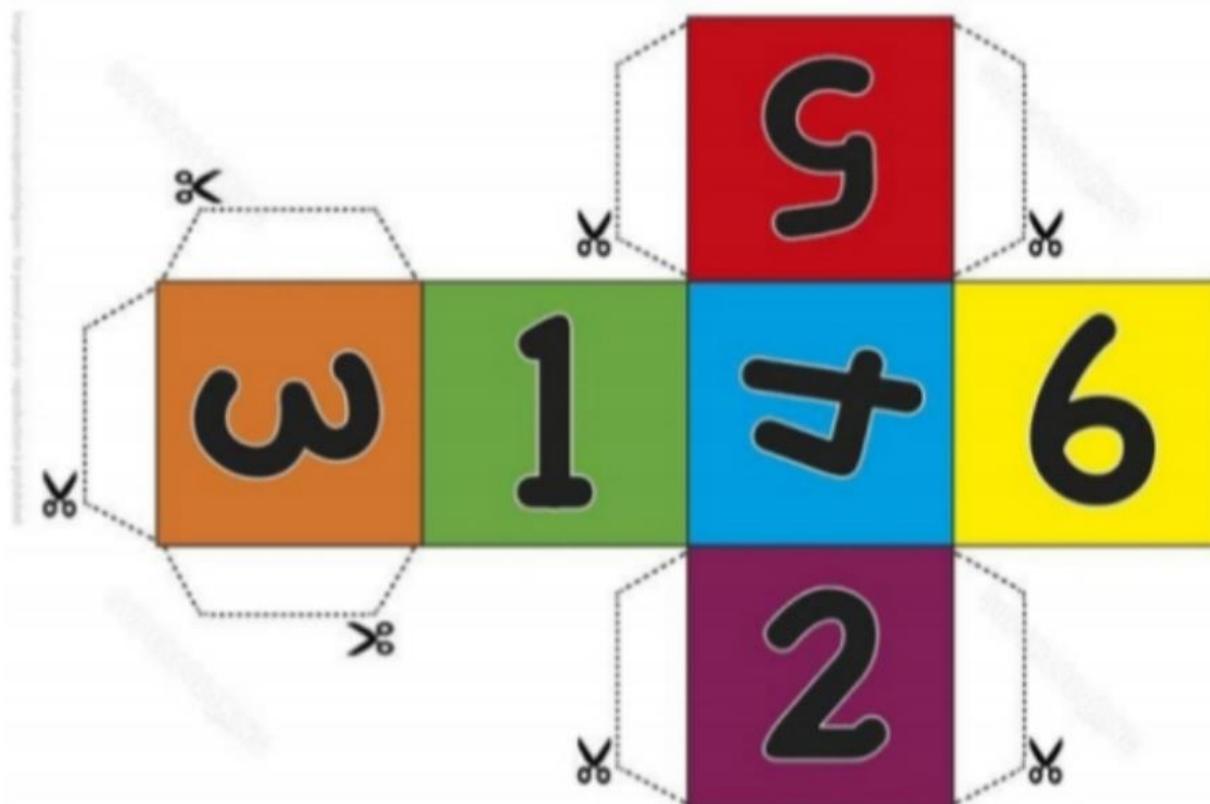


Se não tiver dado para jogar, utilize o molde da folha seguinte.



Numero de participantes : 2 – 4 pessoas.

**Bom
Jogo!!**



Olá! Vamos
jogar?

TABULEIRO DA EDUCAÇÃO FÍSICA



COMEÇAR

Pule 20
Veze com
o pé
esquerdo

Fique com
a mão no
nariz por 2
rodadas

Avance 2
casas



Alongue
seu corpo

Dance um
trecho de
qualquer
música

Faça 10
Flexões

Pule 20
Veze com
o pé direito

Abrace
alguém por
30
segundos



Corra no
lugar por
15
segundos



Volte ao
começo

Faça um
elogio a
alguém

Faça 20
abdominais

Avance 1
casa



Fale seu
nome de
trás para
frente

Beba um
copo de
água



Volte 4
casas

VOCE
GANHO!



Volte 2
casas

Encontre
um objeto
vermelho



Cante uma
música

Faça
guerra de
dedão com
alguém

Brinque de
"morto ou
vivo"

Brinque de
batata
quente

Gire 10
vezes e
ande em
linha reta

Avance 1
casa



Faça 10
embaixa-
dinhas

Caminha
sem parar
por 2
minutos

Volte ao
começo

Conte uma
piada

Fique uma
rodada
sem jogar

Expectativas de aprendizagem:

- Conhecer as manifestações culturais de brincadeiras e jogos das diferentes regiões brasileiras
- Experimentar brincadeiras que exploram a movimentação, a força, a cooperação e propiciam a fruição
- Conhecer e relacionar as capacidades físicas de força muscular, velocidade e equilíbrio durante a prática da ginástica
- Respeitar, valorizar e preservar a diversidade cultural brasileira
- Usufruir as práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em contextos de lazer bem como ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde.
- Experimentar a ludicidade e a percepção, ressignificando espaços da escola e fora dela
- (EF345EF01); (EF345EF02); (EF345EF03) ;(EF345EF04)
; (EF35EF07)
- Registro: Enviar fotos e/ou vídeos

