PREFEITURA DE SANTOS
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO

ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME Drº Fernando Costa

2ºs Anos A/B/C/D - Educação Física - Tarde

Professoras:Alessandra Brito Santana

Josélia Alves e Souza Silveira

Período de:14/09/2020 à 25/09/2020

Boa tarde queridos alunos , espero que todos estejam bem. Pratique uma atividade física para manter o bem-estar físico e mental.

Objetivo:-Introduzir com a música movimento de forma lúdica;

-Vivenciar momentos que envolvam concentração.

Habilidade da BNCC: EF15AR08

Atividade 1)Aquecimento : Movimentar-se de acordo com o comando dos participantes .

Cada participante na sua vez deve inventar um movimento,durante a música todos deverão repetir e seguir inventando o movimento, até que todos participem.

Segue o Link : https://www.youtube.com/watch?v=FI6Sv4W-at8

Atividade 2)Exercício de coordenação motora, equilíbrio.

Material: corda ou giz para marcar o chão (linha reta e zigue zague).

Esticar a corda no chão em linha reta:

- Passar em cima da corda colocando um pé a frente do outro ;

- Com as pernas unidas pular de um lado para o outro ;

- Andar de costas com um pé atrás do outro;

- Pular com 1 pé (direito depois esquerdo)

Corda no formato da letra "S", repetir os movimentos acima.

Atividade 3) Observe as imagens abaixo:

Responda:

a) Qual o nome dessa brincadeira?

b) Você já brincou com essa brincadeira?

c) Você ficou cansado?

d) Onde você brinca ?

e) O que acontece com o nosso corpo ao brincarmos:

Ficamos com fome( ) Nada acontece ( )

Aumenta as batidas do coração( ).

Aproveite para brincar com irmãos e familiares, registras as atividades em uma folha de caderno ou sulfite , guardar em uma pasta ou envelope .

Até mais , se cuidem! Abraços para todos.