

**ROTEIRO DE ESTUDO/ ATIVIDADES**

**UME COLÉGIO SANTISTA**

**3º ANO**

**COMPONENTE: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PROFESSORA: ADRIANA RIBEIRO PAES**

**PERÍODO DE 14/09/2020 A 18/09/2020**

**ESTA SEMANA FAREMOS UMA ATIVIDADE ESCRITA SOBRE LAZER E SAÚDE,  
BASTA RESPONDER AS QUESTÕES, COLOCAR SEU NOME E TURMA.**





## CUIDANDO DO CORPO



PARA CUIDAR DO NOSSO CORPO, É PRECISO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, HIGIENE PESSOAL, LAZER, DORMIR BEM E FAZER ATIVIDADE FÍSICA.

1. QUANTAS HORAS VOCÊ DORME POR DIA? \_\_\_\_\_

2. CITE UMA ATIVIDADE DE LAZER QUE VOCÊ PRÁTICA.

\_\_\_\_\_

3. VOCÊ PRÁTICA ALGUMA ATIVIDADE FÍSICA? ONDE?

\_\_\_\_\_

4. VOCÊ PRÁTICA ALGUM DESTES ESPORTES? QUAL?

NATAÇÃO

FUTEBOL

VÔLEI

CAPOEIRA

BASQUETE

JUDÔ

CICLISMO OUTRO. QUAL? \_\_\_\_\_

5. CITE UMA BRINCADEIRA QUE PRECISAMOS MOVIMENTAR O CORPO PARA PRATICÁ-LA.

\_\_\_\_\_





**Expectativas de aprendizagem:**

- Experimentar brincadeiras que exploram a movimentação, a força, a cooperação e propiciam a fruição
- Experimentar e fruir brincadeiras e jogos do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural
- Respeitar, valorizar e preservar a diversidade cultural brasileira
- Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, escrita, oral, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo os de matriz indígena, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas
- 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.
- (EF345EF01); (EF345EF02); (EF345EF03) ; (EF345EF04)
- Registro: Passar para o caderno e enviar fotos