



PREFEITURA DE SANTOS  
Secretaria de Educação



## ROTEIRO DE ESTUDOS

UME: RURAL MONTE CABRÃO

ANO: 5º

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROF: JADIR MONTEIRO

PERÍODO DE 28/09/2020 a 02/10/2020

## FUTEBOL DE TAMPINHAS

Material:

Tampinhas de garrafas

Copos plásticos

As regras são as mesmas do clássico jogo das moedinhas. Você tem três jogadores (tampinhas). Para vencer, é preciso fazer uma tampinha passar por entre as outras duas tampas de seu time até o gol do adversário. Caso não consiga, se locomover movendo a tampinha por entre as outras, a vez passa a ser do oponente (conforme explicação do vídeo).

Link do vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/1soup7yohysn157ORB7jDJgZWs7111FDp/view?usp=drivesdk>



**PREFEITURA DE SANTOS**  
**Secretaria de Educação**



## ROTEIRO DE ESTUDOS

UME: RURAL MONTE CABRÃO

ANO: 5º

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROF: JADIR MONTEIRO

PERÍODO DE 05/10/2020 a 09/10/2020

### HUKA HUKA (LUTA INDÍGENA)

Desconhecida entre o grande público, umas das artes marciais autenticamente brasileira de maior tradição é o huka huka. Esse estilo de combate foi criado pelo povo indígena Bakari e povos de Xingu. No ritual o homem chefe , que é considerado o dono da luta , vai até a parte central de uma arena e escolhe os adversários chamando-os pelo os nomes. Então os lutadores ficam frente a frente , ajoelham-se e giram de forma circular em sentido horário, eles se encaram e começam a luta. O objetivo é levantar o oponente e depois leva-lo ao chão.

Vamos brincar de HUKA HUKA?

Segue o vídeo com a explicação!!! Divirtam-se!!

[https://drive.google.com/file/d/1sv5KIT\\_n3dFgdjPjU6aIxMt8100Kt0p7/view?usp=drivesdk](https://drive.google.com/file/d/1sv5KIT_n3dFgdjPjU6aIxMt8100Kt0p7/view?usp=drivesdk)