

UME: ILHA DIANA

ANO: FUNDAMENTAL

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROF.: Marco Antônio Couto e Silva

PLANEJAMENTO AULAS REMOTAS PERÍODO DE 01 a 16/10

1ª ATIVIDADE - ROLETA DO EXERCÍCIO

Essa atividade consistira em utilizarmos um aplicativo de sorteio (roleta) para a escolha aleatória de exercícios que já foram praticados em nossas aulas, uma maneira lúdica de se exercitar e incentivar a participação de todos famílias.

Segue o link com o tutorial com o professor explicando o desenvolvimento da atividade =

<https://youtu.be/mVovIDu8nBQ>

Segue o link para acesso ao aplicativo para o desenvolvimento da atividade =

<https://wheelofnames.com/pt/wxd-zf2>

2ª ATIVIDADE - TAPETE DAS CORES

Essa atividade é bem completa, vamos trabalhar lateralidade, visão periférica, noção espaço temporal, sistema cardiovascular e aeróbico.

MATERIAL NECESSÁRIO PARA O DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE=

Objetos, papel, elementos com que possamos fazer a marcação com as 4 cores - Amarelo , azul , verde e vermelho,

DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE =

Vamos demarcar em 4 quadrados as cores com os materiais sugeridos acima, depois e só seguir os comandos do vídeo abaixo, que comandara as mudanças de direção e grau de dificuldade.

Vamos testar a coordenação motora e suar um pouco.

<https://www.youtube.com/watch?v=gbNgUCwyHpk&feature=youtu.beAP>

Segue abaixo vídeo demonstrativo feito pelo professor.=

<https://studio.youtube.com/video/7fTLFcqwbG4/edit/basic>