



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME: CIDADE DE SANTOS ANO: 1º E 2º

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR(ES): NIVALDO DIAS

PERÍODO DE 03/11/2020 a 13/11/2020

PROPOSTA: AULA 01 - ATIVIDADE DE SALTOS EM CASA (EF12 EF04)

MATERIAL: CAIXAS VAZIAS DE LEITE OU SIMILAR, FITA CREPE OU GIZ, RÉGUA E COPINHOS DESCARTÁVEIS E CAIXINHAS DESCARTÁVEIS DE SUCO OU SIMILARES.

OBJETIVO: COORDENAÇÃO MOTORA, LATERALIDADE, EQUILÍBRIO, USO ESPACIAL, CONCENTRAÇÃO. NÚMERO DE REPETIÇÕES OPCIONAL, DA MESMA FORMA QUE O DESCANSO AO FINAL DE CADA SÉRIE.

SEMPRE ESTAR ACOMPANHADO POR UM RESPONSÁVEL.

SUGESTÃO DE VÍDEO: <https://youtu.be/MWMa6Gf-re4>

MANDAR VÍDEOS OU FOTOS PARA O PROFESSOR. VÍDEOS CURTOS E 3/4 FOTOS.

ATIVIDADES DEVEM SER DESENVOLVIDAS SEMPRE QUE QUISEREM, COM MUITO CUIDADO E ATENÇÃO.

PROPOSTA: AULA 02 - TREINANDO COORDENAÇÃO MOTORA COM PRENDEDORES (EF12 EF04)

MATERIAL: POTE/BACIA E PRENDEDORES.

OBJETIVO: COORDENAÇÃO MOTORA FINA, MOVIMENTO DE "PINÇA", PRINCIPALMENTE PARA OS DEDOS INDICADORES E POLEGARES.

TRABALHO LÚDICO, NO QUAL A IMAGINAÇÃO É O PONTO PRINCIPAL.

TEMPO LIVRE E SEMPRE COM UM RESPONSÁVEL ACOMPANHANDO.

SUGESTÃO DE VÍDEO: <http://youtu.be/FF0kpTbj4zA>

MANDAR VÍDEOS CURTOS OU FOTOS PARA O PROFESSOR.