

**PREFEITURA DE SANTOS**  
Secretaria de Educação

**ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADES**

**Ano:** 1° ao 3° ano

**Componente Curricular:** Atletismo/ Arremesso de peso

**Professora:** Tatiana Adelina dos Santos

**Período:** //2020 À //2020

**Aluno:** \_\_\_\_\_

**Escola Total, Núcleo São Judas Tadeu**

Você sabia que dentro do atletismo existe uma modalidade chamada arremesso de peso, e que nessa modalidade os atletas precisam arremessar uma bola de metal o mais longe possível?

Assista o vídeo abaixo:

<https://www.youtube.com/watch?v=wNUT2rWtvOY>

**Atividade:** Confeccione uma bola de papel ou meia. Marque um ponto em que fique parado e com a mão direita arremesse essa bola com saída do ombro conforme os atletas no vídeo, marque quão longe você conseguiu. Arremessar. Logo depois tente também com a mão esquerda.

Depois me conte se conseguiu fazer e quais foram as suas dificuldades através do nosso email

[etsaojudas@gmail.com](mailto:etsaojudas@gmail.com)

Fiquem bem,

Tia Tati.