

## ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

**U.M.E. PROFESSORA MARIA LUISA ALONSO SILVA**

**ANO: 2020**

**Componente Curricular: 1º à 5º Anos – Ed. Física.**

**PROFESSORES: Alzira Simone Turchetti e Francisco José de Castro.**

**PERÍODO: 16 à 28/02/2021.**

### **1ª ATIVIDADE: Brincando, criando e trabalhando!**

**Data:** 15/02/2021

Aula: Brincadeiras.

Aproveitando e conhecendo/reconhecendo o grupo!

Desafio: Embaixadinhas.

Habilidade: (EF123EF02) Demonstrar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares do contexto comunitário e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.



Olá pessoal!

Como estão tudo bem?

Como sabem não podemos “compartilhar” brinquedos durante a pandemia, então hoje, na primeira atividade do ano, vamos propor a criação de um brinquedo, que vocês poderão brincar tanto em casa como na Educação Física escolar. E o melhor, esse brinquedo poderá ser multiplicador de inúmeras brincadeiras durante o ano todo!

Mas lembrem-se, ele não pode ser compartilhado com os amiguinhos!

Vejam o vídeo abaixo com muita a atenção e preparem o seu brinquedo!

Desafio da bola de meia: Disponível <  
<https://www.youtube.com/watch?v=w6ii208OmeU&feature=youtu.be> >  
Ultimo acesso em dia 10/02/2021.

Obs. Se vocês não tiverem “meias velhas em casa” não faz mal. Vocês podem fazer uma bola com outro material. Pode ser de saquinhos de supermercado, de papel etc. Usem a criatividade!

Fiquem bem à vontade, o importante é poder criar e começar a brincadeira. Temos muita diversão vindo por aí!

Nessa atividade não existe a necessidade de devolutiva. O que pretendemos é que todos os alunos do Maria Luiza tenham acesso a algum tipo de bolinha, feito pelos mesmos.

## 2ª ATIVIDADE: Ginástica, sua prática e importância!

**Data:** 22/02/2021

Aula: Ginastica!

Aproveitando e conhecendo/reconhecendo o grupo!

Desafio: Atividade pratica.

(EF123EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais vivenciadas.



Olá Pessoal!

Vocês tem feitos exercícios em casa?

Estamos começando o ano letivo e a intenção dessa atividade é demonstrar para vocês, o quanto a atividade física é importante.

Peço que vejam o vídeo com muita atenção e depois conversem sobre ele com seus responsáveis.

Perguntem, expliquem, enfim, troquem informações com as pessoas que moram com vocês, sobre a necessidade de atividade física,

principalmente nesse tempo de pandemia, onde as pessoas ficaram muito tempo dentro de suas casas.

Como sugestão, deixamos que vocês combinem com suas famílias algum horário e local, para fazer aquela atividade física que será boa para todos!

Esse ano, faremos como sempre, algumas atividades físicas na Escola, então é bom já ir se preparando não é!

Atividade física na quarentena: Disponível em <  
<https://www.youtube.com/watch?v=UpA9eQnPYLM&feature=youtu.be> > Ultimo  
acesso em 10/02/2021

Da mesma forma que a atividade anterior, não à necessidade de devolutiva.

O que pretendemos, é que todos os alunos do Maria Luiza, percebam que a atividade física se tornou mais importante do que nunca, visto a ociosidade causada pela pandemia.

Pedimos colaboração dos responsáveis, para que reforcem conversas sobre atividades físicas corriqueiramente.

### **Atenção!**

Obs. Nesse primeiro momento, importante ressaltar a importância sempre:

- Do uso da mascara!
- Da importância de exercitar o distanciamento social!
- Não compartilhar objetos com outras pessoas!

- Higienização das mãos, sempre que possível. Antes, durante e depois das atividades!

Maravilhoso 2021 para todos!

