



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME PADRE LEONARDO NUNES
5ºS ANOS - EDUCAÇÃO FÍSICA/MANHÃ
PROFESSORA ALINE STERN BIANCHI
PERÍODO DE 01/03/2021 A 12/03/2021

Para a 3a quinzena as atividades remotas da disciplina e série descritas seguem sendo enviadas via whatsapp, ferramenta definida, em comum acordo, por toda a equipe escolar, desde o ano passado.

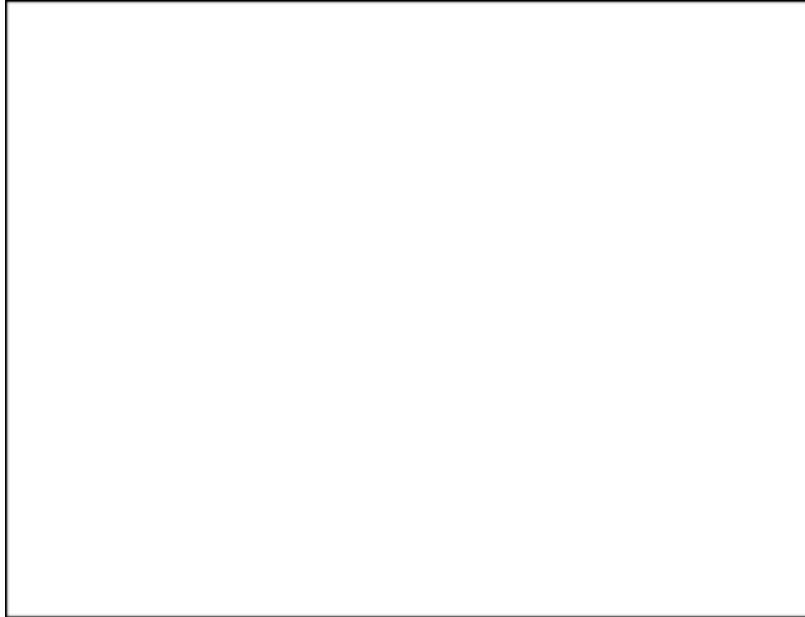
No dia da semana combinado seguem o envio das atividades, desta vez visando o experimentar e fruir, na prática um desafio de coordenação motora e memória e a adaptação de como Pular Corda, com segurança, dentro de casa e, na teoria, visando o identificar, recordar e valorizar, a origem cultural popular e indígena das brincadeiras do nosso país, material áudio visual e textos complementares.

Comtemplando as seguintes habilidades do Currículo Santista:

EF345EF01/EF45EF02A/EF345EF04

Divisão da quinzena:

Semana 1: Brincadeiras Populares



A atividade de hoje é baseada nesta imagem, que também se encontra dentro do formulário. Obra do Artista Ivan Cruz, que pintava as brincadeiras de sua infância!

Link do formulário google:

<https://forms.gle/TGhsw3FrrcEKBLGU7>

Texto introdutório para a prática:

Vamos de brincadeira essa semana e em forma de desafio de memória e coordenação motora?! Se divertir, rir e brincar é uma necessidade do ser humano e proporciona melhoras no bem estar da mente e do corpo notáveis, ainda mais no momento que estamos passando. Lembra da nossa sequência de alongamento? Continue praticando para se sentir melhor! Junte a ela brincadeiras, exercícios físicos e jogos que você conhece e pode fazer em casa. Então, adapte e se divirta em família

Link do vídeo de atividade prática:

<https://youtu.be/jiqoaXNT0Ks>

Semana 2: BRINCADEIRAS INDÍGENAS

O tema desta semana é Brincadeiras Indígenas, nos reportando às nossas origens e por consequência origem de muitas brincadeiras que conhecemos e ainda desfrutamos. Assista o vídeo e leia os textos sobre as 3 brincadeiras em destaque, depois responda ao formulário google!

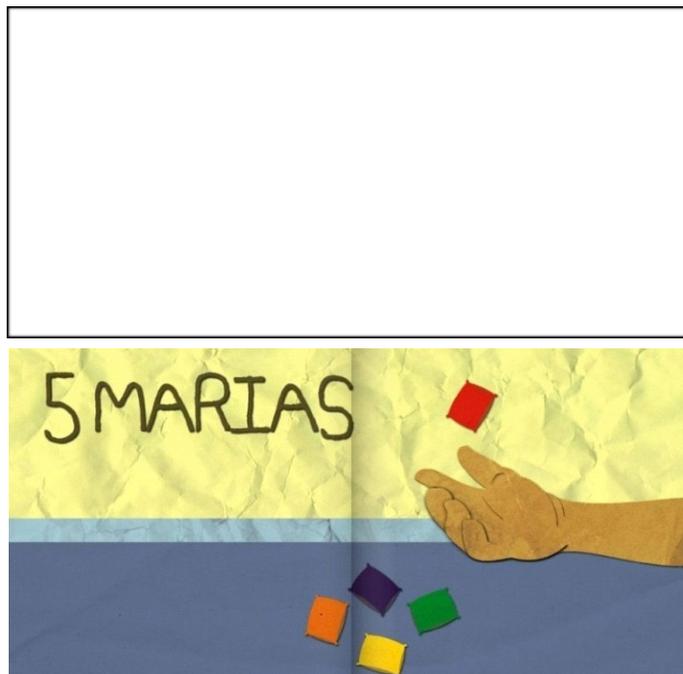
Link do vídeo teórico:

https://youtu.be/KLkk_PkBOuO

5 Marias

As "cinco Marias" que dão nome a brincadeira são os saquinhos de pano cheios de areia ou arroz, também jogado com pedrinhas. Consiste em executar uma sequência de movimentos com os saquinhos, jogando-os para o alto e pegando 1, 2, 3, 4 ou 5 deles. Há várias fases e ganha quem conseguir executar corretamente

todas elas. Quem errar perde a vez, tendo que retomar na próxima rodada de onde parou.



Arranca Mandioca

"Esta brincadeira ainda vive firme e forte em algumas aldeias indígenas, mas é pouco conhecida entre as crianças e adultos não indígenas. Vive forte mesmo, afinal, para brincar é preciso um bocado de força".

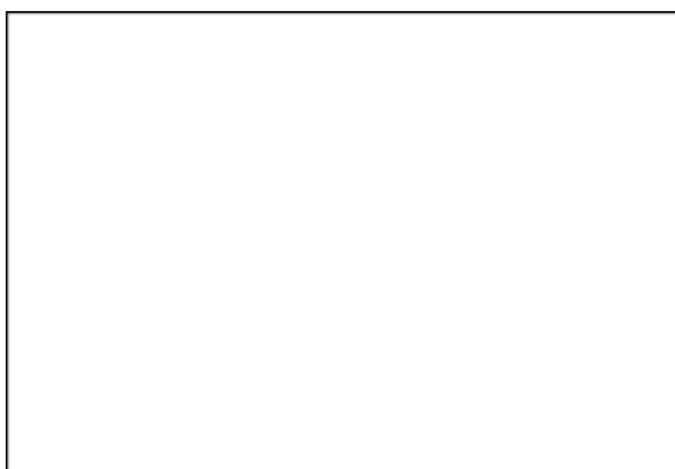
Os participantes se sentam no chão, em fila, um atrás do outro. O primeiro da fila deve agarrar-se a uma árvore ou poste. Ele é "o dono da roça de mandiocas". O segundo da fila entrelaça seus braços pela barriga do companheiro da frente, e assim sucessivamente até que todos estejam prontos para começar.

Um dos participantes, de preferência, forte, é designado para arrancar, uma a uma, as "crianças - mandiocas" da fila. O "dono da roça" dá a autorização para que as crianças mandiocas sejam, uma a uma, desgarradas da fila começando pela última. Antes de começar a brincadeira os participantes devem combinar,

BEM claramente, se fazer cócegas, pedir ajuda a alguém de fora vai valer ou não.

"Entre as crianças Guaranis vale usar de várias estratégias para conseguir o feito, como, por exemplo, fazer cócegas, puxar pelas pernas, pedir ajuda para os que já saíram da fila". Entre as crianças xavantes, fazer cócegas é impensável."

Fonte: MEIRELLES, Renata - GIRAMUNDO e outros brinquedos e brincadeiras dos meninos do Brasil-Ed.Terceiro Nome - 2007 -São Paulo



Bilboquê

O bilboquê pode ser feito com garrafa pet ou outros materiais reciclados! Você já deve ter visto um desses por aí!



Link do formulário google:

<https://forms.gle/LaFeH96Wd350mkd78>

Texto introdutório para a prática:

Segue mais um vídeo para a prática, pois é importante que se mexam em casa, que não fiquem apenas sentados com jogos eletrônicos e tv.

Façam sempre que possível alongamentos e outros exercícios e brincadeiras que movimentem seu corpo.

Mantenham-se também hidratados, bebendo muita água e controlem a alimentação de acordo com o possível.

Como muitos de vocês gostam da corda, a proposta é:

Vamos pular corda, em casa e sem corda!?

É fácil: veja a proposta no vídeo!

Em casa, muitas vezes, com pouco espaço ou com teto baixo, ***não podemos bater a corda com o giro completo, por isso faremos apenas o balanço*** e também não temos corda, então criamos uma saída!

Você também pode aproveitar o mesmo material para brincar de 'Aumenta Aumenta' e 'Pula Cobrinha', mas ***avalie sempre o espaço e a segurança*** para seus movimentos.

Link do vídeo de atividade prática:

<https://youtu.be/h-X5P8khdzg>