

ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME: WALDEMAR VALLE MARTINS

ANO: 1º, 2º, 3º E 4º

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR(ES): JANAINA MELQUES FERNANDES

PERÍODO DE 01/03/2021 a 12/03/2021

AULA 05 – SEQUENCIA DE ESTUDOS E EXPERIMENTAÇÕES COM BOLA

NESTA AULA VAMOS TRABALHAR A HABILIDADE DE LANÇAR E RECEBER A BOLA. VOCÊ PODE REALIZAR SOZINHO OU ACOMPANHADO. PROCURE UM ESPAÇO PARA TREINAR SEGURO, AFASTADO DE OBJETOS QUE POSSAM QUEBRAR. VOCÊ DEVERÁ LANÇAR A BOLA NA PAREDE E PEGÁ-LA, SEM DEIXAR CAIR NO CHÃO. QUANTAS VEZES VOCÊ CONSEGUE? SE TIVER ALGUÉM PARA TREINAR JUNTO, LANCE A BOLA PARA SEU PARCEIRO E PEÇA PARA QUE ELE FAÇA O MESMO COM VOCÊ. QUANTAS VEZES VOCÊS CONSEGUEM SEM DEIXAR CAIR NO CHÃO? ME RESPONDA PELO FACEBOOK OU GOOGLE SALA DE AULA E SE POSSÍVEL TIRE UMA FOTO REALIZANDO A ATIVIDADE E ME ENVIE.

AULA 06 – SEQUENCIA DE ESTUDOS E EXPERIMENTAÇÕES COM BOLA

DEPOIS DE TREINAR O LANÇAMENTO DE BOLA COM A MÃO, VAMOS EXPERIMENTAR LANÇAR A BOLA COM OS PÉS. VOCÊ PODE REALIZAR SOZINHO OU ACOMPANHADO. PROCURE UM ESPAÇO PARA TREINAR SEGURO, AFASTADO DE OBJETOS QUE POSSAM QUEBRAR. VOCÊ DEVERÁ LANÇAR A BOLA NA PAREDE COM OS PÉS E TENTAR RECUPERÁ-LA, COMO UM PASSE DE FUTEBOL. SE TIVER ALGUÉM PARA TREINAR JUNTO, LANCE A BOLA PARA SEU PARCEIRO E PEÇA PARA QUE ELE FAÇA O MESMO COM VOCÊ. QUANTOS PASSES VOCÊS CONSEGUEM FAZER SEM PERDER O CONTROLE DA BOLA? ME RESPONDA PELO FACEBOOK OU GOOGLE SALA DE AULA E SE POSSÍVEL TIRE UMA FOTO REALIZANDO A ATIVIDADE E ME ENVIE.

SE QUISER SABER MAIS COMO FAZER UM PASSE DE BOLA COM O PÉ, ACESSO O VÍDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=DfwLDsoY1HM>

VOCÊ TAMBÉM PODE ENTRAR EM CONTATO POR E-MAIL:

JANAINAMELQUES@EDUCA.SANTOS.SP.GOV.BR

