

Roteiro de Estudos - Mário de Almeida Alcântara

Nome do professor: Igor Cunha

Disciplina: Educação física

Ano: 6° ao 9°

Objetivos: Experimentar, fruir e recriar danças urbanas identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos).

Semana 15/03 a 22/03 – Danças urbanas

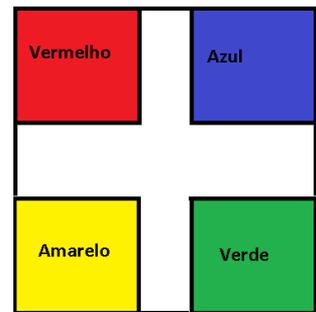
Tapete Dançante

Material necessário:

- Folhas de Papel;
- Fita adesiva;
- Aparelho sonoro (ou aparelho smart com acesso ao youtube)

Instruções:

- Pinte 4 folhas, uma de cada cor (sugerimos verde, amarelo, vermelho e verde);
- Fixe as quatro folhas no chão, formando um grande quadrado.



Variação 1

- Faça quatro cartões, um com cada cor das folhas que foram fixadas no chão;
 - Uma pessoa será o (a) coreógrafo (a), isto é, mostrará os cartões coloridos, que serão comandos para que o (a) dançarino (a) pule de uma folha para outra conforme o exibido.
 - A coreografia pode ir evoluindo em dificuldade, sendo apresentados os comandos cada vez mais rápidos, e podendo ser pedido para que o (a) dançarino (a) pule ou encoste em dois, três ou até quatro quadrados ao mesmo tempo!
 - Não esqueçam de colocar uma música bem agitada.

Variação 2

- Caso tenha acesso ao youtube, acesse o link : <https://www.youtube.com/watch?v=fdSWJVZ3f0o>
- Após fixar as folhas coloridas no chão conforme o exemplo mostrado, o (a) dançarino (a) deverá pular

de uma folha para a outra, de acordo com o que é exibido no vídeo do link.



Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.



ID 27079664

© Sinaappel | Dreamstime.com



Mistura de Alegria

Complete a cruzadinha e veja o que vai aparecer

AQUI

FUTEBOL ASSOPRADO – SOPROBOL

VOCÊ VAI PRECISAR DE:

- Canudinhos
- Massinha
- Mesa
- Papel
- Boa respiração e muito fôlego



COMO FAZER:

1-Primeiro vamos fazer as balizas que serão os gols. Pegue um pedaço de massinha, faça uma bolinha e enfie um (1) canudinho nessa bolinha. Faça isso quatro (4) vezes. Caso não tenha, utilize qualquer material que dê para fazer as balizas (gol) como pote plástico, pedras, etc.

2-Cada um desses canudinhos será um poste das balizas. Coloque duas em um lado da mesa e duas no outro lado da mesa, como se fosse um campo ou uma quadra de futebol.

3-Faça uma bolinha de papel bem pequena.

4-Pegue um canudinho e entregue a outra pessoa. Vocês deverão movimentar a bolinha de papel assoprando no canudinho, sem utilizar as mãos para mexer na bolinha.

5-Vocês poderão combinar o tempo de cada partida.