



PREFEITURA DE SANTOS

Secretaria de Educação



Roteiro de Estudo

UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO

ANO: 1º ANO A, B, C, D e E

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: JOSÉ GILSON

PERÍODO: 29/03/2021 a 09/04/2021

Data	Página	Atividade	Orientação
29/03		Confecção bola de meia	Vídeo ilustrativo: como fazer uma bola de meia. Material necessário: Meia, pano e sacolinha plástica. https://youtu.be/ByDHaS3pWgM Descrição da atividade: Deve-se formar uma bola com o pano, colocar dentro da sacolinha plástica e em seguida colocar dentro da meia; (apertar bem no fundo da meia); efetuar giros, enrolar a meia por sobre a bolinha sucessivamente até o término.

5/04		Atividade com bola de meia	<p>Vídeo ilustrativo sobre desenvolvimento da coordenação motora fina; utilizando material alternativo: bola de meia.</p> <p>https://youtu.be/b8-j5R62kDs</p> <p>Descrição da atividade:</p> <p>Boliche: formar pinos com garrafa pet. Utilizando a bola de meia deverá executar arremessos afim de derrubá-los.</p> <p>Cone: Formar cone com garrafa pet. Deverá jogar a bola de meia para cima e pegá-la utilizando o cone.</p> <p>Cesta :Utilizando material alternativo (balde, caixa de papelão, pote de sorvete, etc. Deverá jogar a bola de meia afim de encestar.</p>
------	--	----------------------------	--