

Atividade

UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO

ANO: 3º D e E

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: Fred

PERÍODO: 29/03/2021 a 09/04/2021

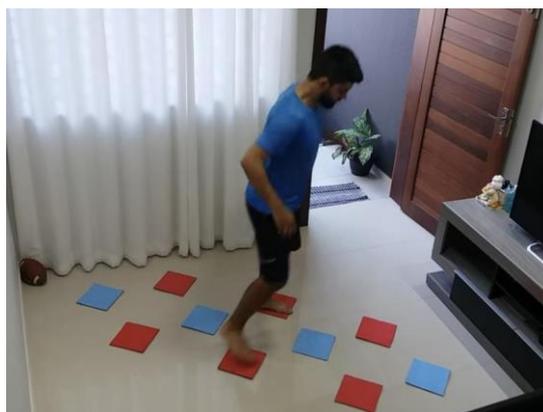
ATIVIDADE 1

1-Os alunos devem ler o texto abaixo Brincadeiras populares na Educação Física parte 1.

2-Os alunos devem realizar a atividade de Brincadeiras populares aula 1 - 3ºano.

Brincadeiras populares na Educação Física parte 1.

1-Amarelinha em casa



Você irá precisar de 6 folhas vermelhas e 4 folhas azuis, posicionadas como na foto acima.

Pisando com um pé só nos cartões azuis e com dois pés nos cartões vermelhos. Sendo que, na "ida", pisa com o pé direito e na "volta", com o pé esquerdo.

Se pisar fora da folha ou com o pé errado, volte todas as casas.

2-VIVO OU MORTO



Uma variação divertida do tradicional vivo ou morto.

Movimentos:

Vivo: Em pé de forma ereta.

Morto: Agachado tocando as mãos no chão.

Muito morto: Deitado com a barriga tocando o chão.

Muito vivo: Saltando com os braços estendidos acima da cabeça.

Modo de Brincar: um grupo de crianças escolhe quem será o chefe. Ele é quem virá de frente para dar os comandos que todas as demais deverão obedecer. Os participantes devem ficar formando uma fila, enquanto o chefe fica a frente olhando para todos, observando seus movimentos.

Desenvolvimento: o chefe passa a falar aleatoriamente:

"Vivo", "Morto", "Muito vivo" ou "Muito morto".

No caso de "vivo" os participantes devem manter-se de pé. Quando ele gritar "morto" os participantes devem abaixar-se, ficando acocorados. "Muito vivo", saltar com os braços estendidos acima da cabeça e "muito morto", deitados com a barriga no chão. Isso deve ser feito instantaneamente após o comando do chefe.

O chefe do jogo deve procurar fazer as crianças ficarem confusas, repetindo a mesma ordem mais de uma vez, por exemplo:

"Morto", "Morto", "Muito morto", "Vivo".

À medida que o tempo for passando, o chefe vai alternando a velocidade com que dá as ordens, tentando confundir as crianças. Para dificultar ainda mais, ele também pode começar a fazer os movimentos de se abaixar e se levantar, porém com os comandos invertidos.

Quem for errando vai saindo do jogo. O último a permanecer será o vencedor.

Ganha a brincadeira a última criança que restar, que assume o lugar do chefe.

Individualmente podemos apenas realizar os movimentos de forma alternada.

Nome :

Classe :

Atividade de brincadeiras populares aula 1 - 3ºano

1-Os alunos devem fazer um desenho da brincadeira que mais gostaram de realizar Amarelinha em casa ou vivo ou morto.

2- Faça um relato de 3 a 6 linhas sobre a atividade que mais gostou e porque foi divertido brincar.

ATIVIDADE 2

1-Os alunos devem ler com atenção o texto abaixo sobre Brincadeiras populares na Educação Física parte 2.

2-Os alunos devem realizar a atividade de brincadeiras populares aula 2 - 3ºano.

Brincadeiras populares na Educação Física parte 2.

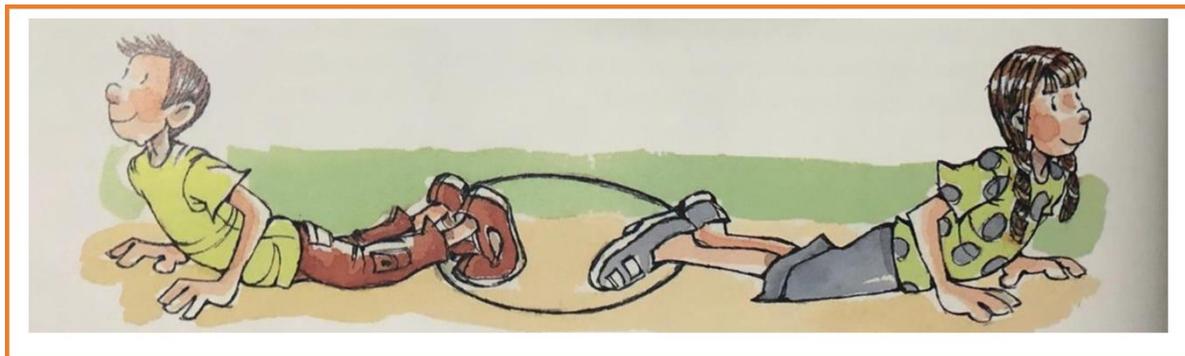
1- A HÉLICE

Os participantes colocam seus pés dentro de um círculo desenhado no chão como se fosse fazer flexões.

Inicia-se a brincadeira com os pés postos, mais ou menos frente a frente, tendo a posição de seus corpos diametralmente oposta.

Ao sinal de início, os participantes tentam pegar o companheiro se movendo para direita sem tirar os pés do círculo.

O primeiro participante que conseguir pegar o companheiro, girando sempre pela direita, será o vencedor. Você pode realizar essa atividade sozinho, fazendo as rotações sem tirar os pés do círculo.



2-PUXA PUXA

Para realizar essa atividade você vai precisar da participação de alguém da sua família!



Os participantes sentam-se no chão, um de frente para o outro, com as pernas esticadas e apoiando as solas dos pés nas do companheiro.

Então, pegam um bastão (cabo de vassoura) entrecruzando suas mãos como na figura, de forma que fiquem juntas.

Cada participante puxa com todas suas forças para o seu lado, tentando levantar o companheiro do chão.

O objetivo é fazer com que o adversário dobre os joelhos ou levante o bumbum do chão!

Não esqueça de registrar o vencedor dos rounds!

1° round	2° round	3° round

Nome:

Classe:

Atividade de brincadeiras populares aula 2 - 3°ano

1-Os alunos devem fazer um desenho da brincadeira que mais gostaram de realizar A Hélice ou puxa puxa.

2- Faça um relato de 3 a 6 linhas sobre a atividade que mais gostou e porque foi divertido brincar.
