

**ANO:** 1º ao 5º ANO

**COMPONENTE CURRICULAR:** EDUCAÇÃO FÍSICA

**PROFESSOR:** FLÁVIO ALVES MARVEJOL

**PERÍODO DE** 12 a 16 de abril.

### ROTEIRO DE ESTUDOS

ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUENCIA DE UM DOS ALONGAMENTOS DA PRIMEIRA AULA.	
2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.	
<p>3º <b>JOGOS E BRINCADEIRAS</b></p>  	<p><b>ATIVIDADE PRINCIPALMENTE PARA OS 1 E 2 ANOS:</b> <b>“Separando o feijão”</b> Essa atividade irá ajudar a desenvolver a atenção a coordenação motora fina e viso-manual, trabalhando o movimentar do pinçar com os dedos.</p> <p><b>MATERIAL NECESSÁRIO:</b> dois potes e dois tipos de feijões diferentes, como o preto e o carioca, ou um de feijão e outro de milho, ou seja, grãos de cores diferentes.</p> <p><b>MODO DE REALIZAR:</b> Peque os potes e despeje em um recipiente como uma bandeja os dois potes, misturando os grãos, em seguida o aluno deverá separar os grãos de acordo com o tipo ou cor, sendo um grão de cada vez. Pode realizar a primeira separação com a mão esquerda e a segunda separação com a mão direita.</p> <p><b>Preste muita atenção e divirta-se! Assista ao vídeo para realizar a atividade.</b> <a href="https://youtu.be/loKWNbEspV8">https://youtu.be/loKWNbEspV8</a></p>

## 4º JOGOS E BRINCADEIRAS



Dúvidas e presença:

Watsapp da Educação Física do professor Flávio –  
(13)982280998 Email:  
[marvejol@educa.santos.sp.gov.br](mailto:marvejol@educa.santos.sp.gov.br)

### Manter a bexiga no ar

**MATERIAL NECESSÁRIO:** Para cada participante 1 bexiga, 1 recipiente (bacia, balde ou caixa de papelão) e 5 objetos para serem pegos no solo e colocados dentro do recipiente.

**INSTRUÇÕES:** Com a bexiga cheia ao sinal, para cada batida na bexiga para que ela permaneça no ar um objeto deve ser pego no solo e colocado dentro do recipiente. Se a atividade envolve mais de uma pessoa, vencerá quem primeiro colocar os 5 objetos dentro do recipiente, se a atividade for individual, deve se marcar o tempo da primeira tentativa e tenta superar na próxima tentativa.

**IMPORTANTE:** os objetos devem ser colocados no recipiente com a mesma mão que golpeou a bexiga e não pode deixar a bexiga cair no chão antes de colocar todos os objetos no recipiente.

Como se trata de um jogo, as regras podem ser alteradas em comum acordo entre os jogadores.

**Preste muita atenção e divirta-se!**

**Assista ao vídeo para compreender melhor como realizar a atividade.**

<https://br.pinterest.com/pin/3799980925010800/>