

UME GOTA DE LEITE

ANO: 1º ao 5º

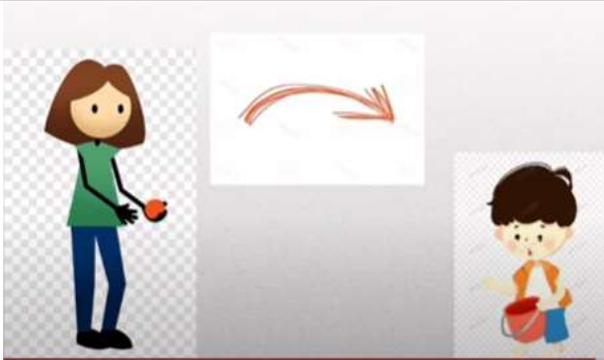
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: FLÁVIO ALVES MARVEJOL

PERÍODO DE 19 a 23 de abril.

ROTEIRO DE ESTUDOS

ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS AQUECIMENTOS 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>PEGUE O BRINQUEDO</b></p> <p>Essa atividade irá ajudar a desenvolver a atenção a coordenação motora e viso-manual.</p> <p><b>MATERIAL NECESSÁRIO:</b> Brinquedos diversos, balde, bacia ou uma caixa de papelão.</p> <p><b>MODO DE REALIZAR:</b> O aluno deve se posicionar a uns 2 metros de distância de um adulto, segurando o balde ou outro recipiente. A cada objeto lançado pelo adulto o aluno deverá mover o recipiente para que o objeto se encaixe recolhendo o objeto lançado para dentro do recipiente.</p> <p><b>Preste muita atenção e divirta-se!</b></p> <p><b>Assista ao vídeo para compreender melhor de como realizar a atividade.</b></p> <p><a href="https://youtu.be/v56J-935u8l">https://youtu.be/v56J-935u8l</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)

#### Bola ao alvo – Jogo de precisão

**MATERIAL NECESSÁRIO:** Uma bola (pode ser de tênis, de borracha, de meia, ....), giz ou fita adesiva ou alvo desenhado no papel.

**INSTRUÇÕES:** criar um alvo com 3 círculos, onde o menor círculo terá a pontuação maior, por exemplo 50, o círculo médio 25 e o círculo maior 10 pontos. Os jogadores devem ficar a uma distância de 2 metros do alvo e podem revezar o rolamento da bola que terá como objetivo parar no centro do menor alvo, quem conseguir parar a bola no centro ganha os 50 pontos, no círculo médio 25 e no círculo maior 10 pontos, quem fizer 250 pontos primeiro vence o jogo.

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

**Divirta-se!**

**Veja a imagem ao lado para compreender melhor.**