



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



UME CIDADE DE SANTOS

ROTEIRO DE ESTUDOS E ATIVIDADES : 4° E 5° ANOS

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: NIVALDO DIAS

PERÍODO: 04/05/2021 A 18/05/2021

PROPOSTA AULA 1: " ATIVIDADES COM BOLA "

MATERIAL: BOLAS DE BORRACHA, DE PLÁSTICO OU DE GÁS. ESPAÇO DISPONÍVEL E SEGURO E ACOMPANHAMENTO CONSTANTE DE UM RESPONSÁVEL.

OBJETIVO: TRABALHO RECREATIVO DE LATERALIDADE, COORDENAÇÃO MOTORA GROSSA, EQUILÍBRIO VISO ESPACIAL, CONCENTRAÇÃO, AGILIDADE E RESISTÊNCIA CARDIO RESPIRATÓRIA.

COMPARTILHAMENTO COM UM ADULTO RESPONSÁVEL, IRMÃO, IRMÃ OU QUEM QUEIRA PARTICIPAR DA ATIVIDADE. PODENDO TAMBÉM UTILIZAR MÚSICA OU O QUE FACILITAR OU IMPULSIONAR A REALIZAÇÃO DA

PROPOSTA. SUGESTÃO DE VÍDEO : <https://youtu.be/ILwFccl-Xb0>

MANDAR VÍDEO OU FOTOS PARA O PROFESSOR, DE PREFERÊNCIA EM 2
NÚMERO SUFICIENTE PARA DEMONSTRAR A REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE.
BOA SORTE.

PROPOSTA AULA 2 : " ATIVIDADE COM BOLA, CRIAR OU ADAPTAR"
MATERIAIS: DENTRO DAS MESMAS IDÉIAS DA PROPOSTA DE AULA 1
OU DE ACORDO COM SUAS PRÓPRIAS IDÉIAS. COM ESPAÇO
DISPONÍVEL SEGURO E ACOMPANHAMENTO DE UM RESPONSÁVEL,
SEMPRE.

OBJETIVO: IMAGINAÇÃO, CRIAÇÃO E PROPOSIÇÃO DE IDÉIAS QUE
PODEM SER COMPARTILHADAS POR TODOS OS INTEGRANTES DA FAMÍLIA
OU AFINS, PROCURANDO EXPLORAR TODO O PROCESSO MOTOR JÁ
APRESENTADO JUNTO A PROPOSTA DE AULA 1. NÃO ESQUECER DE
MANTER A SEGURANÇA EM TODAS AS ATIVIDADES E RESPEITAR A
CAPACIDADE DE CADA UMA DELAS. PROPOSTA DE VÍDEO É A MESMA:
<https://youtu.be/ILwFccl-Xb0> , MANDANDO VÍDEO OU FOTOS EM
NÚMERO SUFICIENTE PARA O PROFESSOR.

BOA SORTE E DÚVIDAS, COMUNICAR AO PROFESSOR.