

ANO: 1º ANO

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: LUIZ CARLOS LOPES DA SILVA JÚNIOR

PERÍODO DE 17 a 28 de maio.

ROTEIRO DE ESTUDOS

ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS ALONGAMENTOS DA PRIMEIRA AULA.	
2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.	
<p>3º <b>GINÁSTICA E JOGO DE PONTARIA COM BOLA</b></p>  <p>whatsapp do professor 99737-7300 para enviar a participação. E-mail: luizcarloslopesdasilvajunior@gmail.com</p>	<p><b>PONTARIA COM BOLA</b></p> <p>Essa atividade auxilia o desenvolvimento da coordenação motora, força e percepção espacial.</p> <p><b>MATERIAL NECESSÁRIO:</b> Duas marcações com um círculo maior e outro menor dentro do mesmo e bolas de meia.</p> <p><b>MODO DE REALIZAR:</b> A criança devera seguir como no vídeo. Os exercícios devem ser executados respeitando o limite da criança e acompanhados por um adulto sempre.</p> <p><b>Assista ao vídeo para realizar a atividade.</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Bc7Z3DQ4KZg">https://www.youtube.com/watch?v=Bc7Z3DQ4KZg</a></p>

#### 4º BRINCADEIRA DA CULTURA POPULAR AFRICANA

#### JOGOS E BRINCADEIRAS POPULARES



whatsapp do professor 99737-7300 para enviar a participação.

E-mail: luizcarloslopesdasilvajunior@gmail.com

#### "Terra e mar"

##### MATERIAL:

- Apenas uma linha para demarcar "terra e mar."

##### INSTRUÇÕES:

- Siga os comandos e pule rápido para "terra ou mar."
- Quando é jogado com mais de um participante a brincadeira é mais divertida e vence aquele que não errar os comandos.

**Assista ao vídeo para realizar a atividade.**

<https://www.youtube.com/watch?v=pQP7c7N9B18>