

#### PREFEITURA DE SANTOS

Secretaria de Educação



ANO: 3°ANO COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: LUIZ CARLOS LOPES DA SILVA JÚNIOR

PERÍODO DE 17 a 28 de maio.

### ROTEIRO DE ESTUDOS

ATIVIDADE

ORIENTAÇÃO

1° EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS ALONGAMENTOS DA PRIMEIRA AULA.

2° EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.

### 3° GINÁSTICA E JOGO DE PONTARIA COM BOLA



whatsapp do professor 99737-7300 para enviar a participação.

E-mail: luizcarloslopesdasilvajunior@gmail.com

#### PONTARIA COM BOLA

Essa atividade auxilia o desenvolvimento da coordenação motora, força e percepção espacial.

MATERIAL NECESSÁRIO: Duas marcações com um círculo maior e outro menor dentro do mesmo e bolas de meia.

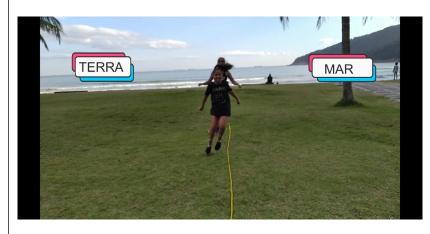
MODO DE REALIZAR: A criança devera seguir como no vídeo. Os exercícios devem ser executados respeitando o limite da criança e acompanhados por um adulto sempre.

Assista ao vídeo para realizar a atividade.

https://www.youtube.com/watch?v=Bc7Z3DQ4KZq

# 4º BRINCADEIRA DA CULTURA POPULAR AFRICANA

# **JOGOS E BRINCADEIRAS POPULARES**



whatsapp do professor 99737-7300 para enviar a participação.

 $\verb|E-mail: luizcarloslopesdasilvajunior@gmail.com|\\$ 

### "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