

ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

U.M.E. BARÃO DO RIO BRANCO

ANO: 2021.

Componente Curricular: 1º à 4º Anos – Ed. Física.

PROFESSOR: Antonio Falco Rodrigues.

PERÍODO: 07 a 21/06/2021

AULA 1:



Atividade Proposta: Com ajuda de um responsável, utilizando materiais disponíveis em casa (espaguete ou um cabo de vassoura, por exemplo) o objetivo é realizar saltos coordenados, conforme o vídeo disponível no YouTube: <https://youtu.be/d8AmTYGxZdc>

AULA 2:



Atividade Proposta: O objetivo é realizar múltiplas atividades físicas, realizadas de forma coordenada, que trabalharão: (i) lateralidade, (ii) agilidade e (iii) flexibilidade. As atividades são leves e de fácil desempenho por parte dos educandos. As instruções se encontram disponíveis no YouTube: <https://youtu.be/FnZN1FOGrBM>