

## **UME PADRE LÚCIO FLORO**

### **ATIVIDADE 10**

ANO: 4 TURMA : A/B

COMPONENTE CURRICULAR: Ed. Física

PROFESSOR: Daniela Lopes

PERÍODO DE 14/06/2021 A 30/06/2021

TURNO: MATUTINO

### **ATIVIDADE I- ATIVIDADE JUNINA**

#### **Trabalho de Coordenação Global / Pesca Fit Junina**

#### **MATERIAIS NECESSÁRIOS:**

Um espaço livre para realizar a movimentação sugerida cada rodada.

Uma roupa confortável para os exercícios

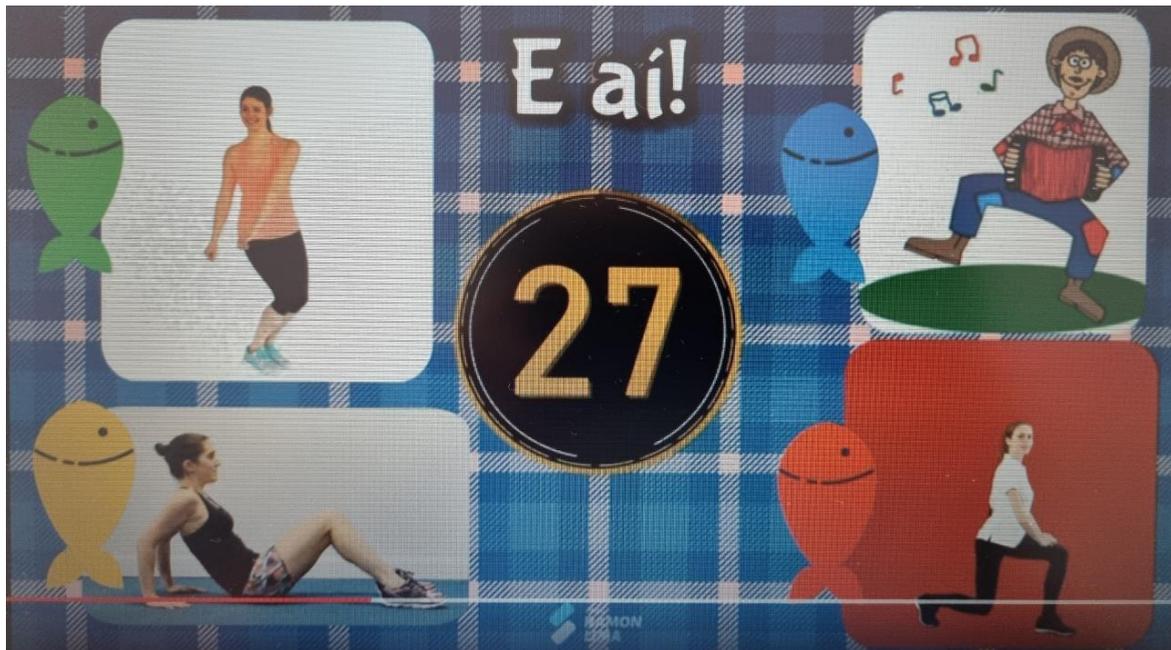
#### **ORIENTAÇÃO:**

Os alunos receberão no grupo da sala um vídeo explicativo com demonstrações dos gestos motores que devem ser realizados:

O Jogo é uma pescaria online, onde a cada rodada o aluno tem 10 segundos para escolher uma opção entre as quatro cores de peixe ( azul, amarelo, verde ou vermelho), após a escolha ele deverá realizar a “prenda” (o movimento) referente a cor escolhida naquela rodada.

Exemplo: rodada 1: Peixe azul – uma dança junina/ Peixe amarelo – polichinelos /peixe vermelho – abdominal /Peixe verde – corrida no lugar





Boa Diversão!!!

## **ATIVIDADE II- Coordenação Óculo Manual Tampinha no Copinho**

### **MATERIAIS NECESSÁRIOS:**

- 5 copinhos plásticos
- 1 mesa ou bancada ou chão
- 5 tampinhas
- adaptação: bolinhas de papel comum, ou jornal ou papel alumínio.

### **ORIENTAÇÃO:**

Os alunos receberão um vídeo com as seguintes orientações:

O aluno deverá colocar os copinhos com a boca para baixo e as tampinhas em cima do copo.



Agora um a um o aluno deverá pegar o copo com a tampinha, lançar a tampinha para alto e girar o copo (ao mesmo tempo) colocando a boca virada para cima e deixando a tampinha cair dentro do copo.



Faça uma rodada com a mão direita e uma com a mão esquerda.

Pontue os copos, determine uma pontuação para cada copo e some os pontos ao final das rodadas.

Convide algum familiar para jogar e animar a disputa

Boa Diversão!!!