



TEMPLATE 21



PERÍODO DE 22 A 30 DE JULHO DE 2021



Segmento

4º ANO (A-B-C) - 5º ANO (A-B) - EJA

Componente Curricular



PROFESSOR VALDIR

Título e Imagem



**FLEXIBILIDADE E AGILIDADE.
 RETOMADA EDIÇÃO OLÍMPICA**

Imagens de domínio público, sem direitos autorais
 dreamstime e freepik.



Apresentação da proposta



CAMPOS DE ATUAÇÕES PEDAGÓGICAS: BRINCADEIRAS E JOGOS

Família e Alunos:

Flexibilidade: É a capacidade de realizar movimentos em certas articulações com apropriada amplitude de movimento.

Agilidade: Ser ágil significa conseguir mudar o próprio corpo de posição no menor tempo possível sem perder equilíbrio e coordenação.

Descrição da proposta em tópicos



- o Apresentação da atividade pelo Professor;
- o Fazer as Atividades de Flexibilidade e Agilidade de acordo com as orientações do professor. É aconselhável ter ajuda de um adulto nas realizações das atividades;
- o Assistir ao "link" de vídeo instrutivo do professor até o final antes de realizar as atividades.

De forma alegre e divertida vamos à aula clicando no "Link" abaixo:

<https://youtu.be/QSXA3-1TVN8>