PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação

Roteiro/Atividade

Ano: 2021

Componente Curricular: Educação Física 1º ao 5ºano.

Ume Maria Luiza Alonso

Professoras: Alzira Simone Turchetti.

Mayara de Souza Nascimento.

Período: 23/08 à 31/08/21

PÚBLICO ALVO: EDUCANDOS DOS 1º E 2º anos

1º ATIVIDADE: 24/08

CIRCUITO MOTOR

Habilidade: (EF123EF07) Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.

Material: Chinelos, cadeiras, garrafas pet, corda ou giz, caixa de sapato ou pote.

Desenvolvimento: Em seu quintal ou outro espaço adequado iremos criar uma sequência de movimentos. As atividades irão explorar corridas, saltos (em distância e altura), giros, equilíbrio, abaixar, levantar, etc.

Etapas do circuito:

1º Zigue-Zague - Coloque de 4 a 6 chinelos enfileirados com uma distância considerável de um pra outro; (aproximadamente 40 centímetros).

2º Túnel - Colocar 2 ou 3 cadeiras para que a criança passe por baixo;

3º Salto de obstáculo – Coloque 4 garrafas pet (com água) em dupla e paralelas, amarrar um barbante em “suas bocas” ou no meio da garrafa, dependendo da altura da criança. A criança deverá saltar os obstáculos na primeira volta e na segunda poderá passar por baixo;

4º Equilíbrio - Estender uma corda ou fazer um risco no chão (pode-se também usar tira de tecido ou papel), de aproximadamente 2 metros de comprimento. As crianças devem passar por cima, como se estivessem na corda bamba; (Crie desafios: de frente, de costas, lateralmente)

5º Caixa do saber – Essa será a última etapa do circuito: Coloque em uma caixa ou lata, algumas perguntas que fazem parte do contexto de vida da criança, podem ser perguntas de personagens, filmes, jogos, desenhos e programas que as crianças assistem e acompanham.

Variação:

- Para a realização desta atividade a imaginação e criatividade podem ser bem exploradas e criadas juntamente com as crianças. Todas as pessoas da família podem participar.
- Nesta atividade as crianças devem explorar um espaço preparado com materiais diversificados, todos os materiais podem ser adaptados de acordo com a realidade de cada família.

Imagens ilustrativas:

BOA ATIVIDADE PARA TODOS!!! 😊