

ROTEIRO DE ESTUDOS / ATIVIDADES

UME DOS ANDRADAS II

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: SERGIUS

3ª Atividade - EDUCAÇÃO FÍSICA

3º Trimestre

PERÍODO DE 1º A 15 DE OUTUBRO DE 2021

SÉRIES: 4º E 5º ANOS

UNIDADE TEMÁTICA: GINÁSTICA

OBJETO DE CONHECIMENTO: GINÁSTICA GERAL

Habilidade a ser trabalhada: (EF45EF08A) Planejar e utilizar estratégias para superar desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral.

DESENVOLVIMENTO E ESTRATÉGIAS:

ATENÇÃO: NÃO É NECESSÁRIO COPIAR TEXTOS NO CADERNO OU EM FOLHAS. O ALUNO DEVE APENAS TRANSCREVER AS RESPOSTAS DAS PERGUNTAS

Nesta quinzena vamos conhecer mais sobre uma atividade bem conhecida de todos: pular corda



Fonte: <https://www.diariodolitoral.com.br/noticias/beneficios-de-pular-corda/88959/>

Você sabe qual a origem da brincadeira de pular corda? E quais as variações da brincadeira?

Acesse o link e leia o texto:

<http://www.terrabrasileira.com.br/folclore/i37-jcorda.html>

Acesse o link e assista ao vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=Qxd4ffaJWtQ>

- Agora registre em seu caderno, qual a origem da brincadeira de pular corda e descreva duas variações da brincadeira

Agora que você já relembrou um pouco da brincadeira, será que seria possível pular corda individualmente? E quais seriam os benefícios desta brincadeira para a saúde?

Acesse os links e leia aos textos:

<https://www.diariodolitoral.com.br/noticias/beneficios-de-pular-corda/88959/>

<https://institutoendovitta.com.br/os-14-beneficios-de-pular-corda-para-saude/>

- Registre em seu caderno os principais benefícios de pular corda identificados no texto

Acesse os links e assistas aos vídeos:

https://www.youtube.com/watch?v=S_B_aP603sI

<https://www.youtube.com/watch?v=bB2BMeZTygg>

- Com base nos vídeos, descreva em seu caderno a forma para pular corda individualmente.
- Tente realizar a brincadeira em sua casa com uma corda individual e se conseguir grave um vídeo de 30 segundos demonstrando a brincadeira

Agora que você já viu a forma correta de pular corda individualmente, será que imaginaria que esta brincadeira já se tornou esporte com campeonato mundial?

Acesse os links e assista aos vídeos:

<https://www.youtube.com/watch?v=457IVKnrTMA>

<https://tvuol.uol.com.br/video/competicao-internacional-de-pular-cordas-04020C9B366ACC912326>

Registre em 5 linhas em seu caderno, suas impressões sobre as competições de pular corda apresentadas nos vídeos assistidos.

IMPORTANTE: PARA ENTRAR EM CONTATO COM O PROF. SÉRGIO
UTILIZAR O EMAIL: SERGIUSDALMAZO@EDUCA.SANTOS.SP.GOV.BR