

ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

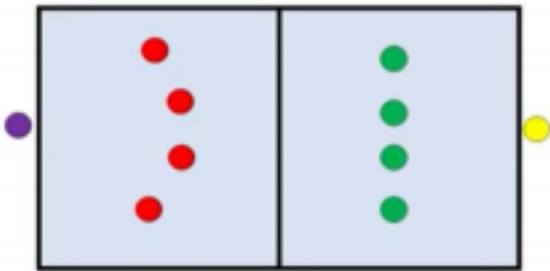
UME: GOTA DE LEITE

ANO: 4º ANO

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: Carolina e Thalita

PERÍODO DE 01/10 a 15/10

DATA	ATIVIDADE/ORIENTAÇÃO
01/10 a 08/10	1- Escolha uma atividade das séries de alongamentos já realizadas em outras aulas. 2- Escolha uma atividade das séries de aquecimentos já realizados em outras aulas. 3- QUEIMADA DE TAMPINHAS Material: tampinhas de garrafa, fita, barbante ou giz 

	COMO FAZER: Você vai precisar de 10 tampinhas, sendo 4 de uma mesma cor, 4 de outra cor e mais 2 de qualquer cor. Também vai precisar demarcar o espaço, que pode ser com fita, barbante ou giz, por exemplo. Cada jogador ficará de um lado do campo, que será dividido por uma linha no meio. No exemplo acima, o jogador 1 tem 4 tampinhas vermelhas e uma azul. A tampinha azul, deve ser usada para tentar acertar as tampinhas adversárias, de cor verde. Já o outro jogador, deve usar a tampinha amarela para tentar acertar as tampinhas vermelhas. Para acertar a tampinha adversária, deve posicionar a tampinha no seu próprio campo e em seguida lançar a tampinha em direção às tampinhas adversárias. Entre no link abaixo e veja o vídeo da queimada de tampinhas https://www.youtube.com/watch?v=rGWY7eDBXnM
DATA	ATIVIDADE/ORIENTAÇÃO
11/10 a 15/10	1- Escolha uma atividade das séries de alongamentos já realizadas em outras aulas. 2- Escolha uma atividade das séries de aquecimentos já realizados em outras aulas. 3- DESAFIO DA GARRAFA MATERIAL NECESSÁRIO: garrafa pequena (500 ml), cheias pela metade de água e bem tampada.

	COMO FAZER:O objetivo é lançar para cima em um rodopio de forma que ela aterrisse em pé.Você terá 10 chances para acertar, se não conseguir, terá que fazer 20 polichinelos.
--	--

Boa aula e uma ótima semana!