





UME EMÍLIA MARIA REIS
COMPONENTE CURRICULAR:
ANO: 1º ANO
PROFESSOR: LUÍS PEREZ STÁBILE

ROTEIRO DE ESTUDO

DATA	ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
<p>04 A 08 DE OUTUBRO</p>	<p>ATIVIDADES DE COORDENAÇÃO E RITMO</p>  <p>ENTÃO VAMOS LÁ!</p> <p>ATIVIDADES MOTORAS</p> 	<p>1ª ATIVIDADE</p> <p>ALUNOS ACOMPANHARÃO O RITMO DA CAMINHADA COM PALMAS OU ASSOBIOS. CAMINHAR, INSPIRANDO E EXPIRANDO, SENTINDO O BATIMENTO DO CORAÇÃO. ANDAR NOS CALCANHARES, AGACHADINHO E NA PONTA DOS PÉS.</p> <p>2ª ATIVIDADE</p> <p>CORRIDA COM OBSTÁCULOS: COM OBJETOS ESPALHADOS PELA QUADRA, TAIS COMO: CADEIRAS, BANCOS, CONES ENTRE OUTROS, O ALUNO DEVERÁ ANDAR E DEPOIS CORRER, DESVIANDO OS OBSTÁCULOS.</p>

DATA	ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
<p>11 A 15 DE OUTUBRO</p>	<p>ATIVIDADE DE ATENÇÃO E AGILIDADE</p>  <p>ATIVIDADES COM COLCHÃO</p> 	<p>1ª ATIVIDADE</p> <p>ALUNOS COMEÇAM ANDANDO E EM SEGUIDA CORRENDO NO SENTIDO HORÁRIO, EM TORNO DO PROFESSOR.</p> <p>QUANDO O PROFESSOR MENCIONAR A COR ROSA, AS MENINAS FICAM PARADAS E OS MENINOS CONTINUAM CORRENDO. QUANDO A PALAVRA FOR AZUL, OS MENINOS FICAM PARADAS E AS MENINAS CONTINUAM CORRENDO.</p> <p>ALGUMAS VARIAÇÕES PODERÃO SER EXACUTADAS, CONFORME O COMANDO DO PROFESSOR.</p> <p>2ª ATIVIDADE</p> <p>OS ALUNOS COMEÇARÃO A PRATICAR ROLAMENTOS NO COLCHÃO COM O AUXILIO DO PROFESSOR.</p> <p>MUITAS VARIAÇÕES PODERÃO SER REALIZADAS, TAIS COMO: PARA FRENTE, PARA TRÁS, COM APOIO DAS MÃOS E SEM APOIO DAS MÃOS.</p> <p>MUITO CUIDADO DEVEMOS TER DURANTE A EXECUÇÃO DESTE MOVIMENTO PARA QUE O ALUNO SE SINTA CONFIANTE E SEGURO.</p>

DATA	ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
<p data-bbox="210 233 367 347">18 A 22 DE OUTUBRO</p>	<p data-bbox="528 188 958 220">ATIVIDADE COM ARCOS</p>  	<p data-bbox="1447 193 1715 225">1ª ATIVIDADE</p> <p data-bbox="1126 284 2040 443">O ALUNO COMEÇARA EXECUTANDO ATIVIDADE DE CONTROLE DO ARCO (BAMBOLÊ), ANDANDO, CORRENDO E EXECUTANDO MOVIMENTOS SEM DEIXAR O ARCO PARAR DE ROLAR.</p> <p data-bbox="1447 671 1715 703">2ª ATIVIDADE</p> <p data-bbox="1126 762 2040 962">O ALUNO COMEÇARA JOGANDO O ARCO (BAMBOLÊ) PARA O ALTO COM A MÃO DIREITA E PEGÁ-LA COM A MESMA MÃO SEM DEIXAR CAIR NO CHÃO POR 5 (CINCO) VEZES E DEPOIS EXECUTAR COM O OUTRO LADO.</p> <p data-bbox="1126 975 2040 1134">ALGUMAS VARIAÇÕES PODERÃO SER EXECUTADAS CONFORME COMANDO DO PROFESSOR E EM SEGUIDA, DE FORMA LIVRE, PARA LIBERAR A CRIATIVIDADE DAS CRIANÇAS.</p>