

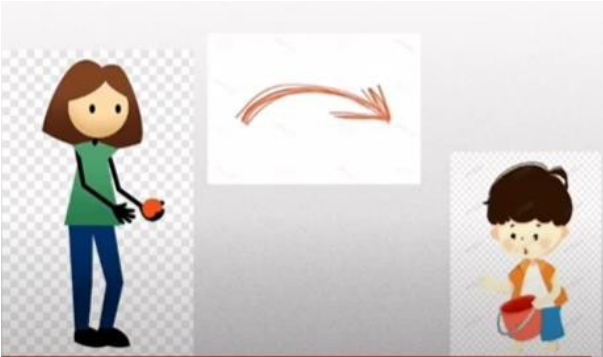
ANO: 1ºANO

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR: Luiz Carlos Lopes da Silva Júnior

PERÍODO DE 01 a 17 de setembro.

ROTEIRO DE ESTUDOS

ATIVIDADE	ORIENTAÇÃO
1º EXECUTAR INICIALMENTE A SEQUÊNCIA DE UM DOS AQUECIMENTOS DA PRIMEIRA AULA.	
2º EXECUTAR UMA DAS ATIVIDADES DE AQUECIMENTO PROPOSTO NA AULA DE AQUECIMENTO.	
3º JOGOS E BRINCADEIRAS  	PEGUE O BRINQUEDO Essa atividade irá ajudar a desenvolver a atenção a coordenação motora e viso-manual. MATERIAL NECESSÁRIO: Brinquedos diversos, balde, bacia ou uma caixa de papelão. MODO DE REALIZAR: O aluno deve se posicionar a uns 2 metros de distância de um adulto, segurando o balde ou outro recipiente. A cada objeto lançado pelo adulto o aluno deverá mover o recipiente para que o objeto se encaixe recolhendo o objeto lançado para dentro do recipiente. Preste muita atenção e divirta-se! Assista ao vídeo para compreender melhor de como realizar a atividade. https://youtu.be/v56J-935u8I

4º JOGOS E BRINCADEIRAS



Dúvidas e presença:

Whatsapp (13) 997377300

Email: luizcarloslopesdasilvajunior@gmail.com

Bola ao alvo – Jogo de precisão

MATERIAL NECESSÁRIO: Uma bola (pode ser de tênis, de borracha, de meia,), giz ou fita adesiva ou alvo desenhado no papel.

INSTRUÇÕES: criar um alvo com 3 círculos, onde o menor círculo terá a pontuação maior, por exemplo 50, o círculo médio 25 e o círculo maior 10 pontos. Os jogadores devem ficar a uma distância de 2 metros do alvo e podem revezar o rolamento da bola que terá como objetivo parar no centro do menor alvo, quem conseguir parar a bola no centro ganha os 50 pontos, no círculo médio 25 e no círculo maior 10 pontos, quem fizer 250 pontos primeiro vence o jogo.

Como se trata de um jogo, as regras podem ser alteradas em comum acordo entre os jogadores.

Divirta-se!

Veja a imagem ao lado para compreender melhor.

A partir da próxima semana as aulas de Educação Física poderão ser postadas entre o domingo a noite e segunda-feira, como no ano passado, assim vocês poderão se organizar para realizar de acordo com sua rotina e disponibilidade e não interferir no meio das postagens das professoras polivalentes.