



Escola de Educação Básica Municipal Madre Leontina

Professora: Eliane Trevisol

Disciplina: Educação Física

Turma: 1º ANO

Nome do aluno: _____

Quinta-feira 23 de julho de 2020

Objeto de conhecimento: ESPORTES DE MARCA

Habilidades: EF12EF05

Período de execução das atividades: 23 DE JULHO DE 2020

CIRCUITO MOTOR

OBJETIVOS: Movimentar-se de forma adequada ao interagir com colegas e adultos em brincadeiras e atividades. Atenção.

MATERIAIS: Cordas, bastões (vassouras, rodo ...) cadeira, almofadas, grampos de roupas, fichas com números.

Assista ao vídeo que a professora gravou explicando a atividade: <https://youtu.be/VhlluMQz7SI>

DESENVOLVIMENTO:

Em um espaço amplo ou mesmo dentro de casa organize um circuito motor (obstáculos). Com desafios simples por exemplo; faça fichas contendo número ou quantidade (como no exemplo a seguir) a criança deverá ler ou contar o número na ficha ex: Nº 3 em seguida, faça uma sequência com as almofadas deixando um intervalo de 30 centímetros entre elas, no qual a criança deverá saltar por cima delas sem tirá-las do lugar. Em seguida uma sequência com cadeiras próximas ou distantes formando um túnel (ou vários) para a criança passar por baixo rastejando sem derruba-la, após uma corda (Barbante) simbolizando uma ponte (linha reta ou sinuosa) sobre a qual a criança caminha e equilibra-se (não pode cair da ponte se não o jacaré come o pé kk) salta por cima dos cabos de vassoura, rodo.... Chegando na cesta que contem grampos de roupa devera pegar a quantidades de grampos referente ao número que ele leu (contou) no início do circuito. Após pegar os grampos retorna refazendo todo o percurso novamente, chegando até a ficha com o Nº 3 que ele leu no início colocara os três grampos presos a ficha. E assim ele repetira o circuito com as próximas fichas.

EXEMPLO FICHAS:

6	10	15	18	20	8	
---	----	----	----	----	---	--

OBSERVAÇÃO: Para quem desejar orientações, tirar dúvidas, estarei na escola toda terça- feira das 7:00 as 13:00 à disposição para esclarecimentos

UM GRANDE ABRAÇO A TODOS !!!



Escola de Educação Básica Municipal Madre Leontina

Professora: Eliane Trevisol

Disciplina: Educação Física

Turma: 1º ANO

Nome do aluno: _____

Sexta-feira: 24 de julho de 2020

Objeto de conhecimento: Esportes de precisão

Habilidades: EF12EF05

Período de execução das atividades: 24 DE JULHO DE 2020

BOLICA NO COPO

Material: bolicas, copos plásticos, 2 jogadores, mesa

Assista ao vídeo que a professora gravou explicando a atividade: <https://youtu.be/8FxUndRQu2o>

DESENVOLVIMENTO: um jogador se posiciona de um lado da mesa com as bolicas, o outro jogador se posiciona do outro lado com o copo. O jogador que está com as bolicas lançara uma de cada vez sob a mesa, estas deslizarão até o outro lado onde os 2 jogadores estará com o copo em mãos e tentara pegar as bolicas apenas com o copo.

Obs: se não tiver bolicas pode substituir por tampinhas

OBSERVAÇÃO: Para quem desejar orientações, tirar dúvidas, estarei na escola toda terça-feira das 7:00 as 13:00 à disposição para esclarecimentos

UM GRANDE ABRAÇO A TODOS !!!