

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO MIDOLLA		
Nome do aluno:	Data: 08/09	Semana:
Professor: Diogo Maciel da Silva	Turma: 1º ano A/B	08/09 a 11/09
Componentes Curriculares: Educação Física		Entregar: O registro através de foto, enviando no e-mail diogomacielsilva@outlook.com até dia 10 de Setembro

Aula 35 e 36 on-line

Tema da aula: Os elementos básicos da ginástica, deslocamentos e equilíbrios.

Conteúdo: Jogos e brincadeiras “Coelho sai da Toca”, sequência de alongamento.

Material: Bambolê ou Giz, carvão, fita e até mesmo algo que demarquem alguns círculos no chão.

Habilidades BNCC: **(EF12EF07), (EF12EF08), (EF12EF09), (EF12EF10).**

Estratégia: Práticas didáticas pedagógicas

Importante manter o alongamento antes da atividade começar!

1º Momento: Os alunos deverão alongar-se, seguindo a sequência abaixo:



Alongar inicialmente a partir pescoço, ombros, braços, mãos, tronco, quadril, pernas, até os pés, é importante o acompanhamento de um adulto, não deixe a criança se exercitando sozinha!

Você também pode seguir a sequência enviada nas aulas anteriores ou a sequência que utilizamos nas aulas presenciais, caso se lembre!

2º Momento: Vamos ao jogo!

Objetivo da atividade é explorar movimentos de diversas formas em várias direções.

Utilize bambolês ou faça desenhos no chão, cada bambolê (ou círculo) representa as tocas de coelhos e cada uma delas devem ser ocupadas por alguém ou podem ficar livres, um pegador deve ficar de fora. Quando a pessoa que está fora der o comando em voz alta “Coelho sai da toca”, os participantes que estão dentro dos bambolês (ou círculos) devem trocar de toca. Durante o percurso correm o risco de serem pegos, caso isso ocorra, a pessoa que pegou um dos coelhos deixa de ser pegadora e quem foi pego se torna pegador.

É possível também realizar esta atividade na terra. Nesse caso, use um pedaço de madeira ou outro material que lhe permita demarcar as tocas.



Fonte da imagem: <https://br.pinterest.com/pin/405957353891869784/>

Bom divertimento!

3º Momento: Registre a atividade através de uma foto, priorize o envio no e-mail, (diogomacielsilva@outlook.com)

Não se esqueça de colocar no assunto do e-mail o nome e turma do aluno.