

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO MIDOLLA		
Nome do aluno:	Data: 06/10/2020	Semana
Professor: Diogo Maciel da Silva	Turma: 5 ano A	06/10 a 09/10
Componentes Curriculares: Educação Física	Entregar: O registro através de foto, enviando no e-mail diogomacielsilva@outlook.com até dia 09 de outubro.	

Aula 43 e 44 on-line

Tema da aula: Ginásticas/ Esportes

Conteúdo: Elementos da Ginastica Rítmica

Habilidades da BNCC: (EF35EF07, EF35EF08).

Material necessário: Folha e lápis.

1º Momento: Responda o questionário abaixo:

- 1- Assinale com um **(X)**, a sequência correta do alongamento realizada nas nossas aulas on-line.

 - () Pés, quadril, ombro, tronco, pescoço e braços.
 - () Pescoço, ombro, braços, tronco quadril, e Pés.
 - () Quadril, tronco, pescoço, Pés, ombro e braços.
 - () Tronco, pés, pescoço, quadril, ombro e braços.

- 2- Em ginastica rítmica, quais são os aparelhos utilizados nas composições coreográficas femininas? Assinale com um **(X)** a resposta correta:
 - a. Bola, arco, bastão, fita e corda;
 - b. Fita, corda, maçãs, arco e bastão;
 - c. Bola, corda, arco, fita e maçãs.

- 3- Responda com (V) para Verdadeiro e (F) para falso:
 - a. Os aparelhos masculinos são quatro: Arco (Menor que o feminino e feito de material sintético), maçãs (um par feito de madeira ou plástico resistente e mais pesado que o feminino), corda (igual a feminina) e bastão de madeira). ()
 - b. As provas também são realizadas individualmente e em conjunto, com os mesmos tempos das provas femininas. ()
 - c. Nas competições oficiais, uma banca de arbitragem estabelece a pontuação das atletas a partir dos seguintes requisitos: dificuldade da série, execução e conteúdo artístico. A nota de dificuldade depende da forma como a ginasta realiza os movimentos e manipular os aparelhos, com base na técnica e na beleza artística, na música e na sincronia das ginastas (na competição de conjunto). ()
 - d. Todas as alternativas estão corretas. ()

4- Quais as habilidades você notou realizar, durante a sua prática?

Saltar, girar, lançar, balançar e pular.

2º Momento: Registre a atividade na folha e tire uma foto, priorize o envio no e-mail abaixo:

(diogomacielsilva@outlook.com)

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

Fonte: “Praticas Corporais educação física 3º ao 5º, 1ed. São Paulo, Moderna”