

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO MIDOLLA		
Nome do aluno:		Semana 8
Professor: Diogo Maciel da Silva	Data: 27/04/21	Turma: 5º Ano
Componente Curricular: Educação Física	Entrega: No e-mail diogomacielsilva@outlook.com	

Unidade temática: Esportes

Habilidades da BNCC: (EF35EF05) e (EF35EF06).

Tema: Esportes.

Conteúdo: Esportes de campo e taco, Esportes de rede/parede e Esportes de invasão.

Material utilizado: Caderno e lápis

1º Momento: Leitura.

Para iniciarmos nossa atividade de hoje, você deverá seguir as orientações do professor, quanto às questões de segurança, roupas e calçados adequados para realização do alongamento, bem como os materiais utilizados.

Observação: Mesmo a nossa atividade sendo de pesquisa, é importante alongar diariamente, principalmente no período que ficará sentado fazendo atividade. Alongue!

O alongamento contribui para melhorar a circulação sanguínea e corrigir posturas inadequadas que esteja mantendo durante sua pesquisa.

Não deixe a criança se exercitando ou realizando atividades práticas sozinha, lembre-se de verificar se o local é seguro.

2º Momento: Responder questionário.

Nós já vimos as capacidades físicas nas aulas anteriores, agora vamos analisá-las nos esportes.

Relembrando, as capacidades físicas são: Coordenação motora, Equilíbrio, Velocidade, Agilidade, Força e Flexibilidade. Agora analise as figuras abaixo:



1- CICLISMO



2- LEVANTAMENTO DE PESO



3- GOLFE



4- PATINAÇÃO



5- GINÁSTICA RÍTMICA



6- VOLEIBOL



7- FUTEBOL



8- BASQUETEBOL



9- BEISEBOL

Responda, quais são as capacidades físicas mais presentes nos esportes enumerados nas figuras acima↑?

Cada imagem pode ter mais de uma capacidade física, portanto escolha uma para cada figura, a exemplo da questão 1, e se achar necessário, repita a mesma capacidade física para mais de uma figura!

1. R. Coordenação motora;

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. Escolha um esporte que você conheça, diga qual capacidade física é possível identificar na sua prática? (Se ficar em dúvida para escolher um esporte, utilize o conteúdo da aula 6 para se referenciar se a modalidade que você escolheu, é um jogo “Brinca” ou é um esporte.

3º Momento: Registre suas respostas no caderno e através de uma foto ou pequeno vídeo envie no e-mail do professor: diogomaciieldasilva@outlook.com

Não esqueça de colocar qual a semana, aula de educação física, nome do aluno e a turma ok!

Boa aula!