

ESCOLA MUNICIPAL MABEL CUNHA		
Nome do aluno:		Semana 14
Professor: Fred Madureira / Diogo Maciel	Data: 07 a 11/06	Turma: Jardim I A e B
Campos de Experiência: "O eu, o Outro e o nós"; OBJETIVO DE APRENDIZAGEM: (EI03EO02) Agir de maneira independente, com confiança em suas capacidades, reconhecendo suas conquistas e limitações.		

Atividade de Educação Física aula 1 da semana

1º Momento: Alongamento

Começaremos nossa semana com o alongamento: Uma das atividades propostas é o alongamento: A flexibilidade influencia na boa execução de movimentos e aperfeiçoamento motor. Quanto mais flexível, melhor são os movimentos nas atividades cotidianas. E o **alongamento** é um exercício voltado para o aumento da flexibilidade.

Cada exercício conte até 15 quinze devagar.



Conte 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 para cada um dos exercícios.



Para as pernas sentar no chão em cima de um tapete, segurar os Pés ou na perna estendida sem flexionar igual a imagem abaixo



Deitar no chão ou em cima do tapete e colocar uma bola e levantar as duas pernas pro alto e manter por 15 segundos



Sentado com uma perna flexionada e a outra esticada tentar tocar na ponta do Pé, fazer com as duas pernas.

2º Momento: Construção e desenvolvimento da atividade "Brincadeira da meia "

Uma pessoa irá segurar no alto uma meia em cada mão e irá soltar uma de cada vez, a criança que estará de frente para esse adulto com **os braços ao lado do corpo**, terá que pegar essa meia antes que ela caia no chão. Quando a criança já estiver pegando todas as meias, o adulto pode soltar as duas ao mesmo tempo, tornando assim a brincadeira mais difícil.

Importante seguir as regras da brincadeira, segue o link do vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=IC2NtDANXzM>

3º Momento: Devolutiva: Mande uma foto ou um vídeo de cada Postura da atividade proposta ou um breve relato de como a criança realizou a atividade, A devolutiva conta presença.

Vamos brincar;)

Nome do aluno:	Semana 14	
Professor: Fred Madureira / Diogo Maciel	Data: 07 a 11/06	Turma: Jardim I A e B
Campos de Experiência: "Corpo, gestos e movimentos". OBJETIVO DE APRENDIZAGEM: (EI03CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.		

Atividade de Educação Física aula 2 da semana

1º Momento: Alongamento

Para começar, vamos repetir o alongamento da atividade anterior. A flexibilidade influencia na boa execução de movimentos e aperfeiçoamento motor. Quanto mais flexível, melhor são os movimentos nas atividades cotidianas. E o **alongamento** é um exercício voltado para o aumento da flexibilidade.

Cada exercício conte até 15 quinze devagar.



Conte 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 para cada um dos exercícios.



Para as pernas sentar no chão em cima de um tapete, segurar os Pés ou na perna estendida sem flexionar igual a imagem abaixo



Deitar no chão ou em cima do tapete e colocar uma bola e levantar as duas pernas pro alto e manter por 15 segundos



Sentado com uma perna flexionada e a outra esticada tentar tocar na ponta do Pé, fazer com as duas pernas.

2º Momento: Construção e desenvolvimento da atividade "Jogo da memória"

Materiais: Escolha seis ou mais objetos variados.

Desenvolvimento: Vamos posicionar 6 ou mais objetos em uma mesa ou no chão e pedir para criança memorizar esses objetos (de 10 a 15 segundos para a criança memorizar). Em seguida, peça para a criança virar de costas e tampar os olhos (**não pode olhar!**) E retire algum objeto reposicionando os outros. Por fim, peça que a criança se vire e tente adivinhar qual objeto foi retirado.

Variações da atividade: Podemos colocar mais objetos ou podemos acrescentar objetos ao invés de retirá-lo. Caso a criança tenha dificuldade em descobrir qual objeto foi retirado ou colocado podemos dar dicas de como esse objeto é utilizado dentro de casa.

Importante seguir as regras da brincadeira!

Link do vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=uAGWBLW7yhE>

3º Momento: Devolutiva: Mande uma foto ou um vídeo de cada Postura da atividade proposta ou um breve relato de como a criança realizou a atividade, A devolutiva conta presença.

Vamos brincar;)