

**ESCOLA MUNICIPAL JOÃO MIDOLLA**

|   |   |                                  |
|---|---|----------------------------------|
| Nome do aluno:                                |   | <b>Semana 29</b>                 |
| Professor: Diogo Maciel da Silva              | Data:   | Turma: 1 <sup>o</sup> Anos A e B |
| Componente Curricular: <b>Educação Física</b> | Entrega: No e-mail <a href="mailto:diogomacielasilva@outlook.com">diogomacielasilva@outlook.com</a> |                                  |

Unidade temática: Jogos e brincadeiras

Conteúdo: Recreação Dirigida (Sondagem dos alunos nas aulas presenciais e revisão das aulas remotas)

Habilidades BNCC: (EF12EF01), (EF12EF02), (EF12EF03) (EF12EF04)

Material: Bolinha de meia e na escola o professor escolherá o material mais adequado para prática)

**1<sup>o</sup> Momento: Alongamento (Realize o alongamento enviado pelo professor nas aulas anteriores).**

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



1. Posição inicial



2. Puxe a cabeça para o lado.



3 Circular com pescoço.



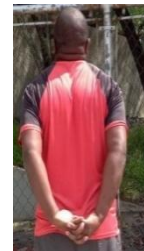
4. Pressione ombro



5. Circular com os ombros, para trás e para frente.



6. Segure um dos punhos a rosto e atrás das costas frente, girar o tronco para direita e esquerda



7. Levante os braços (acima da cabeça, a frente rosto e atrás das costas



8. Toque a ponta dos pés.



9. Uma perna a frente e a outra atrás.



10. Equilíbrio



11. Faça um circular com a ponta de um dos pés.

Para iniciar esta aula você deverá seguir as orientações do professor, quanto a questões de segurança, roupas e calçados adequados para realização do alongamento, bem como os materiais utilizados.

## 2º Momento: Construção do jogo e vivência da atividade prática.

Revisão das atividades remotas:

1. Inicie a atividade com duas pessoas girando a corda no mesmo tempo, no sentido que a criança irá atravessar, de cima para baixo e para frente.
2. Comece a brincadeira do zerinho, (Sem pular a corda o aluno deve passar por dentro entre os batedores e sem que a corda toque no seu corpo " isso fará que a criança ganhe mais confiança". Gire a corda mais lenta de acordo com o grau de conhecimento dela.



- ✓ Faça algumas tentativas de saltos, peça para a criança ficar no centro ao lado da corda, gire a corda e peça que ela pule quantas vezes ela conseguir, caso a criança não consiga pular, faça um pêndulo balançando de um lado para o outro e a criança salta ao seu comando!

Observação: Não deixe a criança realizando a atividade sozinha!

Fonte das imagens Google desconhecida.

**3º Momento:** Registre sua vivência através de um, desenho, foto ou pequeno vídeo e envie no e-mail do professor: [diogomacielsilva@outlook.com](mailto:diogomacielsilva@outlook.com)

**No e-mail deve constar aula 29 de educação física, nome do aluno e a turma ok!**

Boa aula :)