ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICIPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESCOLA MUNICIPAL MARIA ANA RUSO

Nome: _____ Turma: 1º "U" Turno: Vespertino

Professor (a): Walkyria Assunção Bastos Ensino Fundamental I

Período de 01/07 a 15/07 Quantidade de aulas: 06

Componente Curricular: Educação Física

***Atividades para serem realizadas durante o isolamento social, no combate ao Novo Coronavírus (COVID-19)**

Objetivo de conhecimento: Ginástica geral
Habilidade: MS.EF12EF07.s.06

⇒ ***Aula 01 e 02-*** *Educação Física.*

Atividade psicomotora

Nesta atividade vamos trabalhar a coordenação motora, noção de espaço e interação.

Para esta atividade vamos precisar de um tapete ou colchonete, 10 caixas de leite ou garrafa pet e uma caixa com alguns brinquedos que você tiver em casa.

Como arrumar o material para o circuito: com a ajuda de um responsável faça duas fileiras com as caixas com espaço entre uma e outra que dará 5 caixas de cada lado enfileirado. Depois estenda o tapete onde a criança irá deitar coloque a caixa na ponta do tapete e os brinquedos na outra ponta.

Desenvolvimento: para o desenvolvimento o aluno precisará de um responsável ou irmão mais velho para fazer junto. O aluno ficará atrás das caixas de um lado e o responsável do outro. O responsável dará o sinal e ambos vão ficar em quatro apoios passarão por cima das caixas de leite sem encostarem a barriga nas mesmas, depois o aluno deita no tapete o responsável ficará de frente pra ele, colocará o brinquedo no pé do aluno e o aluno deitado coloca o brinquedo com os pés na caixa que estará atrás de sua cabeça (coloque no mínimo três brinquedos). Feito isso voltam fazendo zig-zag nas caixas de leite ou garrafa pet. (**REGISTRAR A ATIVIDADE COM FOTOS E MANDAR NO GRUPO DA SALA**).





Vídeo demonstrativo no Youtub:
https://www.bing.com/videos/search?q=circuito+psicomotor+em+casa&&view=detail&mid=1F5BA5294B35BD47258E1F5BA5294B35BD47258E&rvsmid=F4998B40730FB8BB2961F4998B40730FB8BB2961&FORM=VDMCNR

Estamos com saudades!!! Cuide-se logo estaremos juntos.

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICIPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESCOLA MUNICIPAL MARIA ANA RUSO

Nome: _____ Turma: 1º "U" Turno: Vespertino

Professor (a): Walkyria Assunção Bastos Ensino Fundamental I

Período de 01/07 a 15/07 Quantidade de aulas: 06

Componente Curricular: Educação Física

***Atividades para serem realizadas durante o isolamento social, no combate ao Novo Coronavírus (COVID-19)**

Objetivo de conhecimento: Ginástica geral

Habilidade: MS.EF12EF07.s.06

⇒ ***Aula 03 e 04-*** *Educação Física.*

Andar entre fitas

Cole duas linhas de fitas coloridas no chão para simular uma barra de equilíbrio. Nas primeiras tentativas, posicione as fitas numa distância de quinze centímetros para que a criança tenha uma margem maior.

Em seguida, para aumentar o nível de dificuldade, deixe apenas 10 centímetros entre elas. A criança deve andar no espaço livre entre as fitas e, se encostar em uma delas, deve voltar ao início do caminho.

Quando a criança superar esse desafio, coloque uma barra de madeira no chão. Para evitar possíveis acidentes, coloque almofadas ou colchonetes dos lados para que a criança não se machuque se cair.

Se tiver um colchonete a criança pode finalizar a atividade virando uma cambalhota.

(**Registrar com fotos**).



Fonte: https://soumamae.com.br/7-exercicios-para-melhorar-o-equilibrio-das-criancas/

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICIPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESCOLA MUNICIPAL MARIA ANA RUSO

Nome: _____ Turma: 1º "U" Turno: Vespertino

Professor (a): Walkyria Assunção Bastos Ensino Fundamental I

Período de 01/07 a 15/07 Quantidade de aulas: 06

Componente Curricular: Educação Física

***Atividades para serem realizadas durante o isolamento social, no combate ao Novo Coronavírus (COVID-19)**

Objeto de conhecimento: Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional
Habilidade: MS.EF12EF01.s.

Aula 05 e 06- *Educação Física.*

Vamos fazer um jogo?
Neste jogo vamos trabalhar coordenação motora e equilíbrio

Material: Rolinho de papel higiênico ou papel toalha, cola, tampa de papelão e caneta ou canetinha.
1-Comece cortando os rolos de papel toalha vazios em seções de 1,5 polegadas.
2-Uma vez que você tenha 10 peças cortadas, organize-as aleatoriamente dentro do recipiente de papelão. Certifique-se de deixar espaço suficiente para que o pom pom possa rolar entre as peças.
3-Em seguida, levante cada peça e coloque algumas gotas de cola sob ela e substitua-a de volta no mesmo local do recipiente.
Deixe a cola secar por cerca de uma hora. Uma vez que a cola esteja seca, escreva os números 1-10 em cima das peças em ordem aleatória.
Finalmente, coloque o pompom no recipiente e, em seguida, o jogo pode começar. O pom pom pode ser feitas de pequenas bolinhas de papel.



Objetivo do jogo: é fazer com que o pompom passe por todas as peças numeradas na ordem correta. Para crianças, eles podem praticar rolar o pompom através dos túneis e identificar números.

O futuro da escola é você