ESCOLA: MARQUES DE TAMANDARÉ
PROFESSOR (A): JULIANA S S RODRIGUES **TURMA (S)**: 1º A/B **ENSINO FUNDAMENTAL** **TURNO:** MATUTINO **ALUNO (A):**
COMPONENTE CURRICULAR: ED. FÍSICA **PERÍODO:** 17/08/2020 a 07/09/2020 **QUANTIDADE DE AULAS**: 1º A: 06 1º B:08

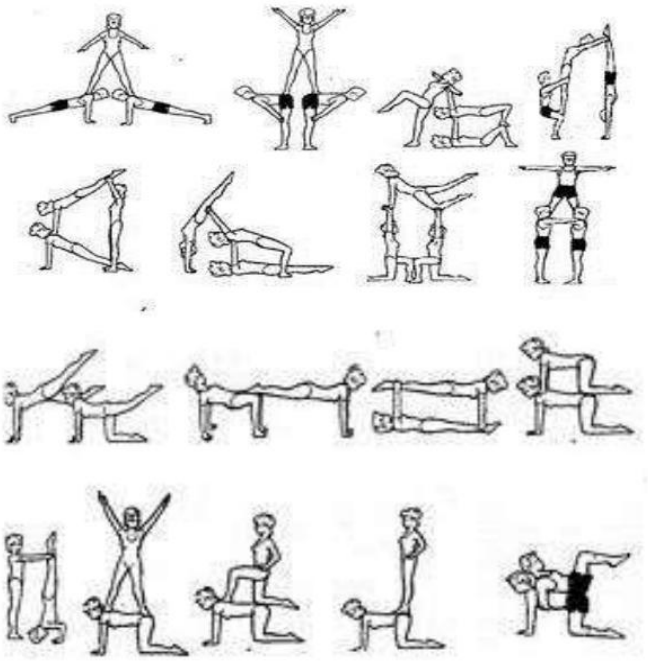
Objeto de conhecimento: Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança.
Habilidade: (EF12EF07)

Aula 01 a 03 - EDUCAÇÃO FÍSICA

Ginástica acrobática

A ginástica acrobática consiste na execução de exercícios sem a utilização de aparelhos. Para realização dessa modalidade é necessário controle corporal, equilíbrio, força e flexibilidade.
Ginástica é uma palavra origem vem do grego "Gymnastike" e pode ser traduzida como algo relacionado à exercitar o corpo. O termo “Acrobático” tem sua origem do grego "Acrobates", cujo significado é ascensão.
Por isso, a ginástica acrobática é caracterizada pelos movimentos mão contra mão para execução de exercícios de equilíbrio, saltos e voos (projeção do ginasta).
Vamos visualizar alguns movimentos da ginástica acrobática:

Posições - Ginástica Acrobática



Agora, você irá escolher duas posições da Ginástica acrobática e reproduzir com a ajuda de um responsável. Antes de realizar a atividade, alongue os braços e pernas como fazíamos em nossas aulas em quadra.

Não se esqueça de registrar com foto e enviar para a Prof.

Aula 04 a 08 - EDUCAÇÃO FÍSICA

Nesta atividade, vamos pegar as letras que compõem o nome de cada um e executar o que está sendo pedido ao lado delas. Em seguida, convide a mamãe, tia ou irmã que estiver em casa para fazer a atividade com as letras do nome delas, vai ser muito divertido.☺
Não se esqueça de registrar o momento, tirando foto ou filmando e envie para a Prof.

