ESCOLA: NELSON MANGABEIRA

PROFESSOR (A): PAOLA ANDREA TONIAZZO GARCIA **TURMA(S):** 5 ANO B
ENSINO FUNDAMENTAL I **TURNO:** VESPERTINO
ALUNO(A): _____

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA
PERÍODO: 19/08 20/08 26/08 27/08 02/09 03/09
QUANTIDADE DE AULAS: 06

OBJETOS DE CONHECIMENTO:
Formação e prática corporal

HABILIDADES:
(EF35EF08) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.

As atividades deverao ser realizadas e fotografadas, sendo pelos menos 2 ftos de cada atividade e envidas por whatsapp para o numero (67) 84167834

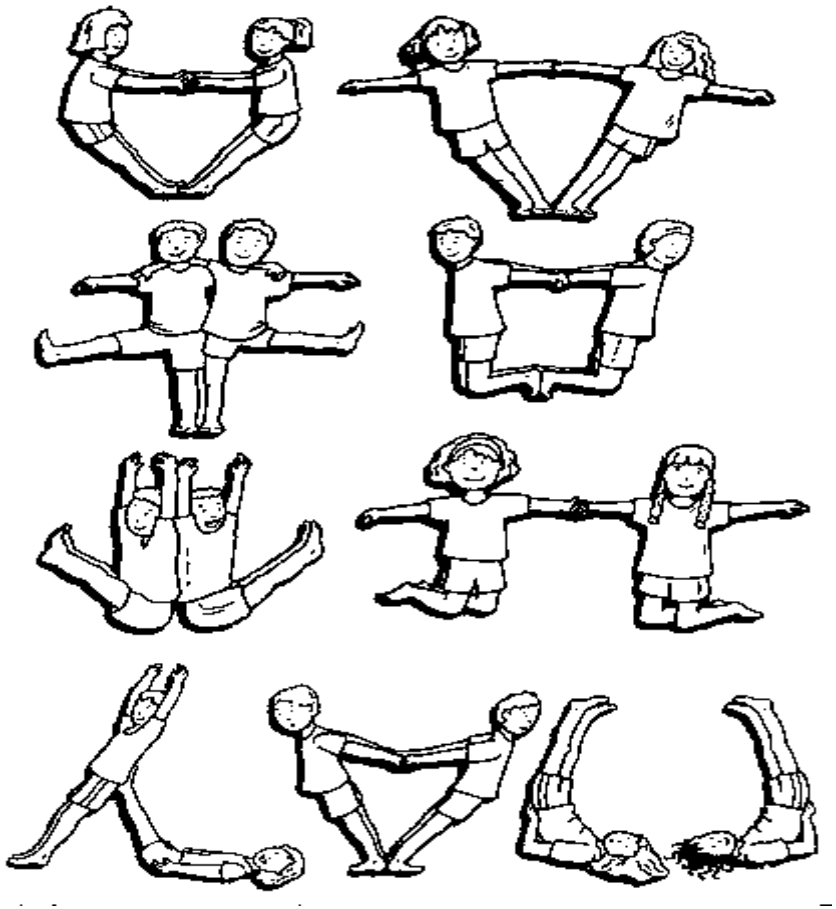
ATIVIDADE 01

Em casa, organize um espaço com um tapete e o pôster para observar as posturas e repita-as.
A yoga infantil é uma atividade importante para a concentração, o autocontrole e o domínio corporal em crianças.



Disponível em< https://www.criandocomapego.com/posturas-de-yoga-para-criancas/>

ATIVIDADE 02
Agora com alguem da família repita os gestos de equilíbrio abaixo:



Disponível em <https://br.pinterest.com/pin/573646071277835877/

ATIVIDADE 03
Fitas paralelas

Pregue fitas paralelas umas as outras, no chão, com distancia de 15 até 30, dependendo da idade das crianças, para que elas possam saltar com um pé só ou com os dois, correr e parar, etc. Agora, desafie as crianças a segurem suas instruções: salte o mais distante que consegue chegar; corre a té a primeira linha e salte o mais distante que puder; ponha um pé sobre uma linha e o outro sobre outra linha, bem distante; agora com mão uma mão e um pé...



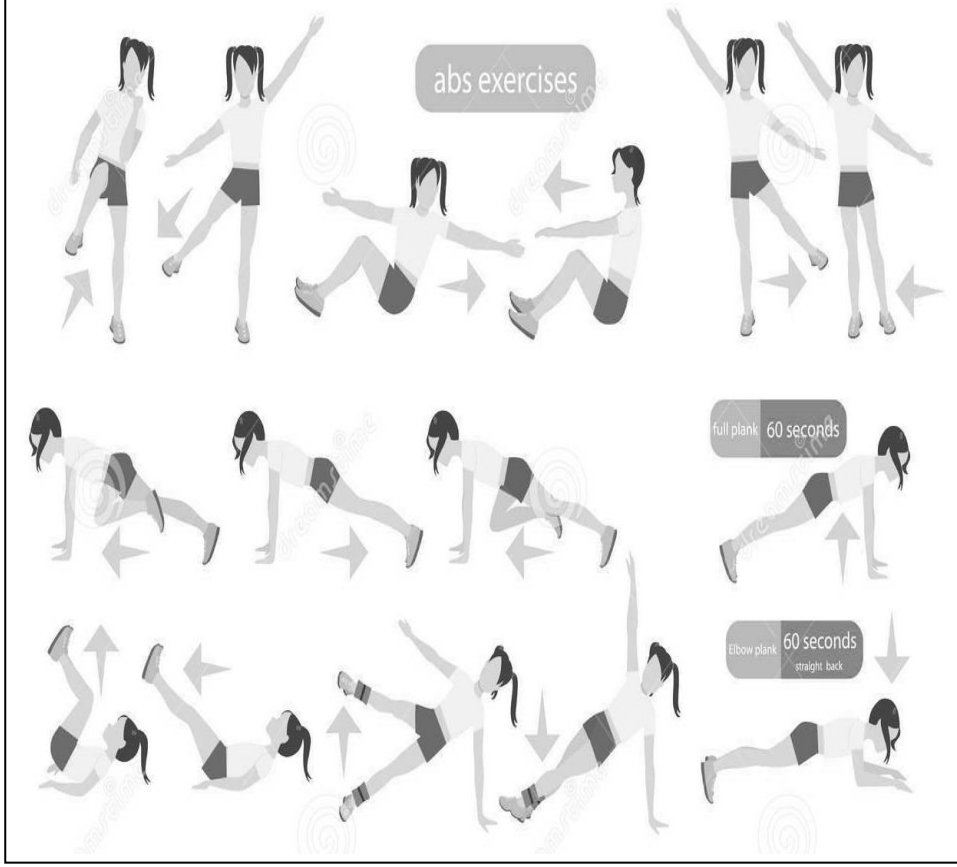
Disponível em https://www.casadaeditinha.org.br/post/2019/06/28/12-ideias-de-brincadeiras-para-fazer-dentro-de-casa >

ATIVIDADE 04
Agora repita cada movimento abaixo por 60 segundos:



Disponível em <https://pt.dreamstime.com/ilustra%C3%A7%C3%A3o-stock-xerc%C3%ADcios-para-as-crian%C3%A7as-ajustadas-image89374078>

ATIVIDADE 05
Agora repita cada movimento abaixo por 60 segundos:



Disponível em https://pt.dreamstime.com/ilustra%C3%A7%C3%A3o-stock-exerc%C3%ADcios-para-as-crian%C3%A7as-ajustadas-image87798745 >