

ATIVIDADE PARA ESTUDO DOMICILIAR
1º SEMANA: 23/03/2020 a 27/03/2020

Professor: Pablo Dutra de Castro	Componente curricular: Ed. Física
Nível de ensino: 2º anos	

HABILIDADES:

- Experimentar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros) - com e sem materiais).

ROTINA DE ESTUDOS:

1ª Aula

- O aluno deverá ler juntamente com os pais/responsáveis:

- Os pais/responsáveis devem ler juntamente com o aluno alguns elementos básicos da Ginástica: Equilíbrio, saltos e giros;
- Citar um esporte de cada.

Leitura :

EQUILÍBRIO: HABILIDADE QUE PERMITE O INDIVÍDUO MANTER O SEU CORPO EM UMA POSIÇÃO ESTÁTICA.

SALTOS: OS SALTOS SÃO MOVIMENTOS REALIZADOS POR MEIO DE IMPULSO, NO QUAL OS PÉS PERDEM O CONTATO COM O SOLO E PERMANECEM EM SUSPENSÃO POR UM TEMPO MÍNIMO.

GIROS: OS GIROS CONSTITUEM ROTAÇÕES EM TORNO DO SEU PRÓPRIO EIXO (VERTICAL) SOBRE O APOIO DE UM DOS PÉS NO CHÃO

2ª Aula

- O aluno deverá criar um circuito físico - lúdico com os pais/responsáveis e logo depois, praticar em casa.

O QUE É UM CIRCUITO FÍSICO - LÚDICO?

CONSISTE EM UMA SÉRIE DE EXERCÍCIOS/BRINCADEIRAS DISPOSTOS SEQUENCIALMENTE (EM SEQUÊNCIA), EM QUE AS PESSOAS PASSAM PELAS ESTAÇÕES/LUGARES E EXECUTAM O EXERCÍCIO/BRINCADEIRA PROPOSTA.

Ex:



TAREFA EM FOLHA

**APÓS AS LEITURAS E A REALIZAÇÃO DO CIRQUITO COM AS FAMÍLIAS:
PEDIR PARA QUE OS ALUNOS FAÇAM UM DESENHO EM UMA FOLHA SEPARADA PARA ENTREGAR
SOBRE: UMA ATIVIDADE FÍSICA QUALQUER E ECREVER EM UMA FRASE O PORQUE A ATIVIDADE FÍSICA É
IMPORTANTE.**

AVALIAÇÃO:

- Os alunos terão suas devolutivas avaliativas das tarefas domiciliares, no retorno das aulas presenciais;
- A presença será contabilizada com a entrega das tarefas domiciliares.