SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

Prefeitura de Rolândia

3º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO

PROFESSORAS: MARIA VILMA/ANDRÉIA TORREZAN

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 08 A 12 DE MARÇO

ALUNO (A):_____TURMA: 2º ANO____

PARA INICIAR PEDIMOS QUE ESCUTE O AUDIO ENVIADO PELO WHATTS COM AS EXPLICAÇÕES DAS ATIVIDADES A SEGUIR.

O QUE VAMOS APRENDER?

SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.

COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?

CONHECER E COMPREENDER A IMPORTÂNCIA DO CUIDADOS COM O CORPO, E A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA.

PARA COMEÇAR VAMOS FAZER UM ALONGAMENTO:

COMO VAMOS ESTUDAR ESSE CONTEÚDO?

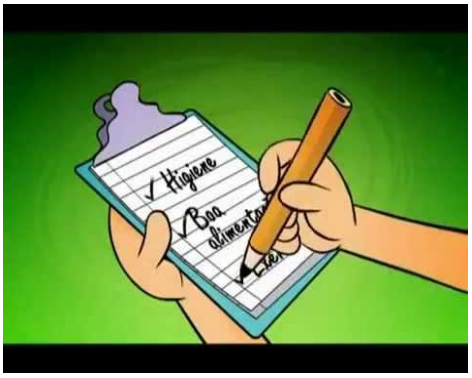
ATIVIDADE:

NA AULA ANTERIOR VIMOS QUE O NOSSO CORPO SE DESENVOLVE BEM, SE TIVERMOS UMA ALIMENTAÇÃO SAÚDAVEL, E QUE UMA BOA ALIMENTAÇÃO AJUDA A MANTER PESO DE ACORDO COM SUA IDADE E ALTURA, ALÉM DE DAR FORÇA E ENERGIA PARA BRINCAR O DIA TODO, POR ISSO É IMPORTANTE COMER FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS. TAMBÉM DESCOBRIMOS NOSSO PESO E ALTURA.

NA AULA DE HOJE VOCÊS IRÃO ASSISTIR O VÍDEO QUE NOS DA ORIENTAÇÃO DE COMO TER O CORPO EM FORMA E COM BOA SAÚDE.

https://www.youtube.com/watch?v=c8c0RUONuf0

NO VÍDEO CONHECEMOS 3 REGRINHAS: HIGIENE, BOA ALIMENTAÇÃO E EXERCÍCIO FÍSICO E COMO ESTAS REGRINHAS PODEM SER APLICADAS NO NOSSO DIA A DIA.



COMO VAMOS REGISTRAR? SOLICITANDO QUE A CRIANÇA FAÇA DESENHOS CORRESPONDENTE AS 3 REGRINHAS:

1) DESENHE ALGO QUE REPRESENTE HIGIENE:

2) DESENHE ALGO QUE REPRESENTE BOA ALIMENTAÇÃO.

3) DESENHE ALGO QUE REPRESENTE EXERCÍCIOS (ATIVIDADE FÍSICA).

NÃO DEIXE DE FAZER, BOA AULA!