



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL PROF.SEBASTIAO FELTRIN

PROFESSOR:SILVIA MARIA PESSOA PAGANINI TURMA: 2º ANO A/B

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 18 A 22 DE MAIO

VÍDEO OU ÁUDIO EXPLICATIVO DO PROFESSOR:

OUÇA O ÁUDIO E ASSISTA AO VÍDEO NO GRUPO PARA ENTENDER MELHOR COMO REALIZAR A ATIVIDADE.

ATIVIDADE 1

O QUE VAMOS APRENDER:

GINÁSTICA.

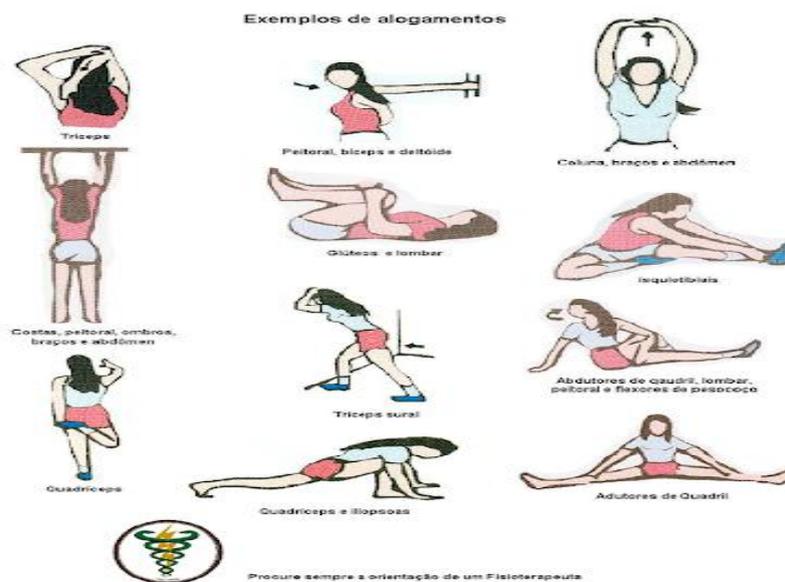
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS: PR. EF07.A.2.08

EXPERIMENTAR PRÁTICAS CORPORAIS QUE COMBINAM VÁRIOS ELEMENTOS GINÁSTICOS DE FORMA CRIATIVA E EXPRESSIVA, UTILIZANDO MOVIMENTOS ADAPTADOS PARA ESPAÇOS PEQUENOS.

MAS ANTES VAMOS DAR UMA ALONGADINHA, ALONGUE BEM AS PERNAS ANTES DEPOIS DE REALIZAR AS ATIVIDADES.

QUEM TEM ACESSO A INTERNET VEJA O LINK –

[HYPERLINK "https://www.youtube.com/watch?v=adyjqcvgehu"](https://www.youtube.com/watch?v=adyjqcvgehu) }



COMO VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS:

PARA ESTUDAR ESSE CONTEÚDO, SEGUIREMOS A SEQUÊNCIA NUMÉRICA ABAIXO:

1- ORIGEM: COMO VIMOS NA AULA ANTERIOR A GINÁSTICA ESTÁ PRESENTE EM NOSSAS VIDAS EM TODO MOMENTO, MAIORIA DOS MOVIMENTOS REALIZADOS EM NOSSAS AULAS E ATÉ NO NOSSO DIA A DIA SÃO MOVIMENTOS QUE COMPÕEM A GINÁSTICA, ELA SE DESENVOLVEU EFETIVAMENTE NA GRÉCIA ANTIGA, MAS PODEMOS DIZER QUE GINÁSTICA ACOMPANHA O HOMEM DESDE OS SEUS MOVIMENTOS MAIS RUDIMENTARES DOS HOMENS DAS CAVERNAS ATÉ OS DIAS DE HOJE.

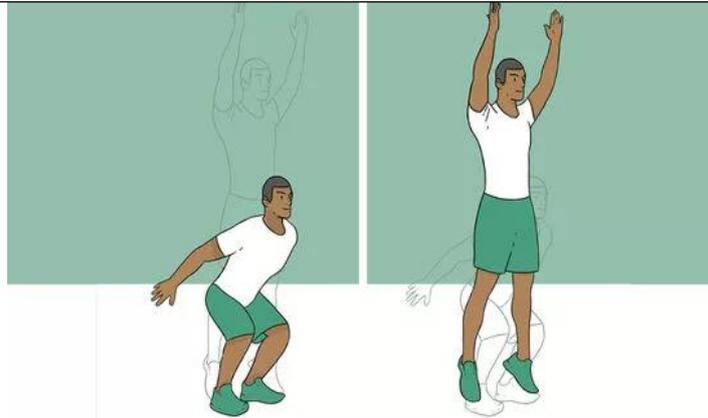
2- QUAIS MOVIMENTOS VAMOS REALIZAR NESTA ATIVIDADE?

ALGUNS SALTOS DA GINÁSTICA: VERTICAL OU ESTENDIDO, GRUPADO E ESPACATE

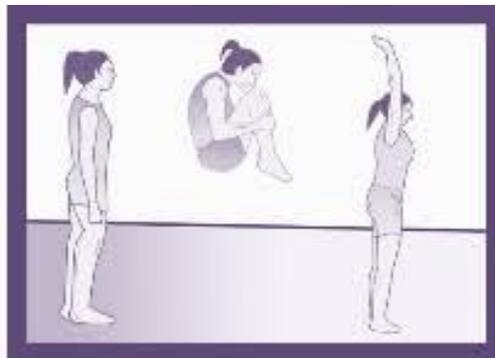
COMO FAZER:

3- PROCURE UM LOCAL COM ESPAÇO QUE LHE POSSIBILITE FAZER OS SALTOS CITADOS ABAIXO.

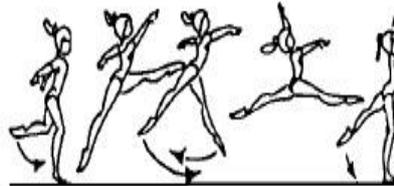
PARA O SALTO VERTICAL OU ESTENDIDO, OS ALUNOS DEVERÃO IMAGINAR QUE VÃO TOCAR A MÃO EM UM ALVO DESENHADO NO TETO, COMO SE FOSSE TOCAR O CÉU, LEMBRANDO QUE O CORPO DEVE ESTAR ESTENDIDO AO FAZER ESTE MOVIMENTO.



PARA O SALTO GRUPADO PEÇA PARA A CRIANÇA LEMBRE A “BOMBA”, MOVIMENTO REALIZADO QUANDO CRIANÇA PULA NA PISCINA (SALTO COM JOELHOS FLEXIONADOS).



NO SALTO ESPACATE IMAGINAR QUE TERÁ QUE SALTAR UMA POÇA D’ÁGUA, SE PREFERIR COLOQUE NO CHÃO OBSTÁCULO PARA SALTAR.



DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

- 1- NO CADERNO DE CASA, COLOQUE A DATA, ESCREVA ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FAÇA UM DESENHO BEM COLORIDO DO ALONGAMENTO E DOS SALTOS QUE VOCÊ REALIZOU.
- 2- RESPONDA EM SEU CADERNO. QUAL SALTO DA GINÁSTICA VOCÊ ACHOU MAIS DIFÍCIL REALIZAR.

NÃO ESQUEÇA DE ACOMPANHAR A AULA NO CANAL **5,2 DA SUA TV, TODOS OS DIAS NESTES HORARIOS, DAS 15:30 ÀS 16:15, 16:15 ÀS 17:00, DAS 17:00 ÀS 17:30.**