



**Prefeitura
de Rolândia**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19



ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

10º ROTEIRO 2021

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

PROFESSORAS: Aparecida, Analu e Kelly.

TURMAS: 3º ANOS A(), B(), C().

COMPONENTES CURRICULARES: Língua Portuguesa, Matemática e Ensino Religioso.

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 03 À 07 DE MAIO.

ALUNO(A): _____ TURMA: 3º ANO - _____

ENDEREÇO: _____

TELEFONE: _____ CELULAR: _____

<p>O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR:</p>	<p>LÍNGUA PORTUGUESA:LEITURA E INTERPRETAÇÃO DE TEXTO DO GÊNERO INFORMATIVO; CATEGORIZAÇÃO GRÁFICA: TRAÇADO CORRETO DA LETRAS; CLASSIFICAÇÃO DE PALAVRAS POR NÚMERO DE SÍLABAS. MATEMÁTICA:CONCEITO DE MEDIDAS, MEDIDA DE COMPRIMENTO, MASSA E CAPACIDADE; SITUAÇÕES PROBLEMA ENVOLVENDO AS UNIDADES DE MEDIDA. AGRUPAMENTO: DÚZIA E MEIA DÚZIA. ENSINO RELIGIOSO:LUGARES SAGRADOS E NÃO SAGRADOS NA COMUNIDADE E NOS ESPAÇOS DE VIVÊNCIA.</p>
<p>PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?</p>	<p>LÍNGUA PORTUGUESA:LER E COMPREENDER COM AUXÍLIO, LISTAS, AGENDAS, CALENDÁRIOS, AVISOS, CONVITES, RECEITAS, INSTRUÇÕES DE MONTAGEM (DIGITAIS OU IMPRESSOS), DENTRE OUTROS GÊNEROS DO CAMPO DA VIDA COTIDIANA, CONSIDERANDO A SITUAÇÃO COMUNICATIVA E O TEMA/ASSUNTO DO TEXTO E RELACIONANDO SUA FORMA DE ORGANIZAÇÃO À SUA FINALIDADE, PARA QUE PROGRESSIVAMENTE RELACIONE QUE OS ELEMENTOS INERENTES A CADA GÊNERO AUXILIAM NA COMPREENSÃO LEITORA.ESCREVER PALAVRAS, FRASES, TEXTOS CURTOS NAS FORMAS IMPRENSA, MANTENDO A ACENTUAÇÃO DAS PALAVRAS, PARA QUE APRESENTE DOMÍNIO DA CATEGORIZAÇÃO GRÁFICA.SEGMENTAR CORRETAMENTE AS</p>

	<p>PALAVRAS AO ESCREVER FRASES E TEXTOS, A FIM DE SUPERAR A HIPOSEGMENTAÇÃO OU A HIPERSEGMENTAÇÃO DE PALAVRAS, PERCEBENDO A NOMENCLATURA PARA O NÚMERO DE SÍLABAS.</p> <p>MATEMÁTICA: ESTIMAR, MEDIR E COMPARAR COMPRIMENTOS DE LADOS DE SALAS (INCLUINDO CONTORNO) E DE POLÍGONOS, UTILIZANDO UNIDADES DE MEDIDA NÃO PADRONIZADAS E PADRONIZADAS (METRO, CENTÍMETRO E MILÍMETRO) E INSTRUMENTOS ADEQUADOS.</p> <p>ENSINO RELIGIOSO: CONHECER E ENTENDER OS ESPAÇOS DE VIVÊNCIA EXISTENTES EM SUA COMUNIDADE.</p>
<p>COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ COM AJUDA DE ALGUM FAMILIAR ORGANIZE UM AMBIENTE TRANQUILO E FIQUE ATENTO ÀS EXPLICAÇÕES DADAS PELA PROFESSORA NO WHATSAPP. ➤ ORGANIZE-SE COM AS ATIVIDADES PARA NÃO ACUMULAR. ➤ SE TIVER DÚVIDA PERGUNTE NO WHATSAPP PARA A PROFESSORA PARA NOVA EXPLICAÇÃO.
<p>COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ BUSCANDO AS ATIVIDADES IMPRESSAS NA ESCOLA. LENDO E PREENCHENDO DE ACORDO COM AS ORIENTAÇÕES AS ATIVIDADES ENVIADAS COMPLETAMENTE, SEM DEIXAR NADA EM BRANCO OU INCOMPLETO. ➤ OUVINDO ATENTAMENTE AS EXPLICAÇÕES QUE A PROFESSORA ENVIA PELO WHATSAPP E CHAMANDO QUANDO NÃO ENTENDER OU CONSEGUIR FAZER AS ATIVIDADES. ➤ DEVOLVENDO AS ATIVIDADES SEMANALMENTE PARA QUE A PROFESSORA FAÇA AS CORREÇÕES NECESSÁRIAS.

ATENÇÃO: O PROFESSOR REGENTE ESTARÁ DISPONÍVEL PARA ESCLARECER DÚVIDAS SOBRE AS ATIVIDADES NOS SEGUINTE DIAS: **SEGUNDA, TERÇA, QUARTA** NO SEU HORÁRIO DE TRABALHO (**3º ANO A - 7:30H ÀS 11:30H; 3º ANO B e C 13H ÀS 17H**). NA QUINTA-FEIRA (**3º ANO A - 7:30H ÀS 11:30H; 3º ANO B e C 13H ÀS 17H**) E NA SEXTA-FEIRA (**3º ANO A - 7:30H ÀS 11:30H; 3º ANO B e C 13H ÀS 17H**) ELE ESTARÁ EM PLANEJAMENTO. O ATENDIMENTO DAS DISCIPLINAS ESPECÍFICAS ACONTECE NA QUINTA-FEIRA (**3º ANO A - 7:30H ÀS 11:30H; 3º ANO B e C 13H ÀS 17H**).

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

ROLÂNDIA, 03 DE MAIO DE 2021.

SEGUNDA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA

GÊNERO TEXTUAL INFORMATIVO

É UM TEXTO ESCRITO COM INTENÇÃO DE INFORMAR O LEITOR E TRAZER ALGUMAS CURIOSIDADES SOBRE UM ASSUNTO.

GERALMENTE SÃO RETIRADOS INFORMAÇÕES DE REVISTAS, JORNAIS, ETC.

ONÇA PINTADA



A ONÇA VIVE EM FLORESTAS E CAVERNAS DA AMÉRICA DO SUL E AMÉRICA CENTRAL. NO BRASIL, PRINCIPALMENTE NO PANTANAL E NA AMAZÔNIA.

O SEU PRATO PREFERIDO É COMER CAPIVARAS, PORCOS-DO-MATO E OUTROS MAMÍFEROS, AVES, RÉPTEIS E ATÉ PEIXES.

SEU PESO É DE 130 À 160 QUILOS E O SEU TAMANHO É DE 70 E 80 CENTÍMETROS DE ALTURA E CERCA DE 2 METROS PODENDO CHEGAR ATÉ 3 METROS DE COMPRIMENTO. SEU TEMPO DE VIDA É DE CERCA DE 20 ANOS.

UMA CARACTERÍSTICA IMPORTANTE É QUE AS ONÇAS-PINTADAS SÃO SOLITÁRIAS E SÓ BUSCAM A COMPANHIA DE UM PAR DURANTE A ÉPOCA DE ACASALAMENTO. A GESTAÇÃO DURA EM MÉDIA 100 DIAS E ATÉ QUATRO FILHOTES PODEM SER GERADOS.

1- PREENCHA A FICHA DO ANIMAL MENCIONADO NO TEXTO QUE VOCÊ LEU:

FICHA TÉCNICA

NOME DO ANIMAL -

PESO -

FILHOTES -

ONDE VIVE -

ALIMENTAÇÃO -

HÁBITOS -

MATEMÁTICA

MEDIDAS DE MASSA

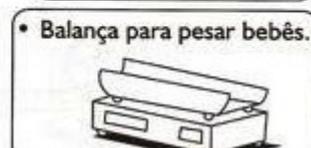
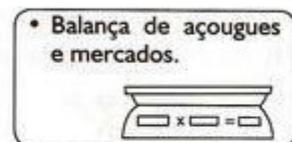
PARA MEDIR A MASSA (OU O PESO) DE UM PRODUTO, OBJETO, OU DE UM SER VIVO, UTILIZAMOS DIFERENTES UNIDADES DE MEDIDA, AS MAIS USADAS SÃO:

MEDIDA	SIMBOLOGIA
GRAMA	G
QUILOGRAMA	KG

O **QUILOGRAMA** (KG) OU SIMPLEMENTE **QUILO**, É UTILIZADO PARA NOS REFERIRMOS À QUANTIDADE DE FEIJÃO EM UM PACOTE, OU À MASSA CORPÓREA DE UMA PESSOAS, POR EXEMPLO. O **GRAMA** É UTILIZADO PARA NOS REFERIRMOS À PORÇÕES MENORES, COMO A MASSA DE UM BIFE OU DE UMA MAÇÃ.

A **BALANÇA** É O **INSTRUMENTO** MAIS UTILIZADO PARA MEDIR A MASSA.

VEJA ABAIXO ALGUNS TIPOS DE BALANÇA.



MEDIDAS DE COMPRIMENTO

A UNIDADE FUNDAMENTAL DAS MEDIDAS DE COMPRIMENTO É O **METRO**.
O METRO É DIVIDIDO EM 100 PEDAÇOS DO MESMO TAMANHO, CHAMADOS CENTÍMETROS.

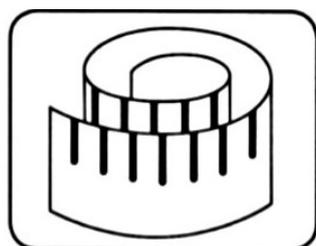
1 METRO = 100 CENTÍMETROS

CADA CENTÍMETRO É DIVIDIDO EM 10 PEDACINHOS CHAMADOS MILÍMETROS.

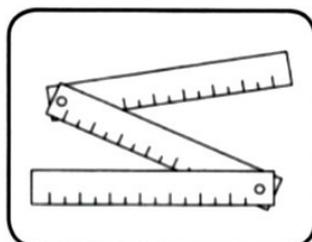
1 METRO = 100 CENTÍMETROS = 1.000 MILÍMETROS

1000 METROS = 1KM

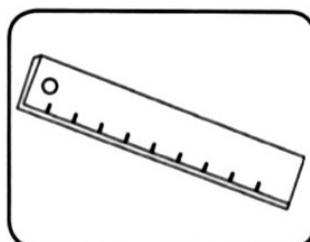
INSTRUMENTOS PARA MEDIR COMPRIMENTO:



FITA MÉTRICA



METRO ARTICULADO



RÉGUA

MEDIDAS DE CAPACIDADE

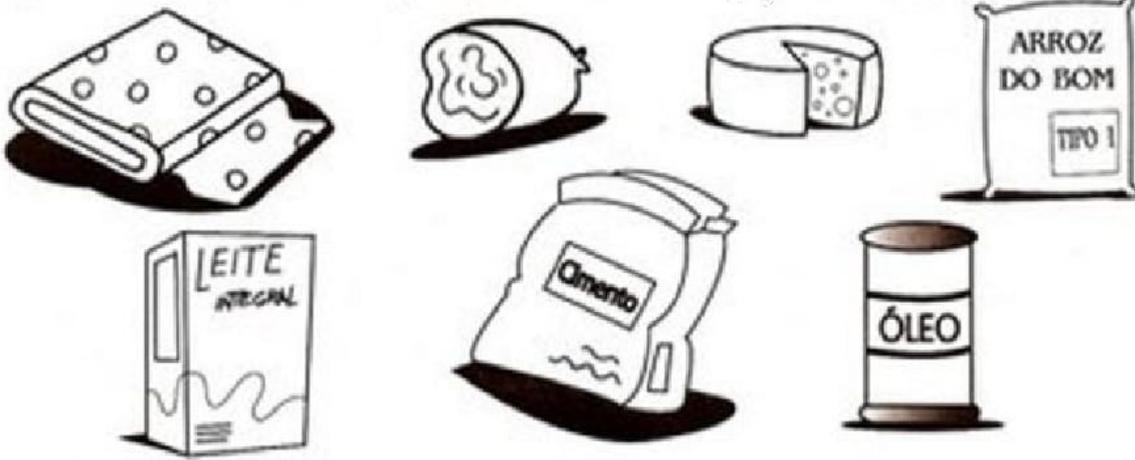
A QUANTIDADE DE LÍQUIDO QUE CABE NO INTERIOR DE UM RECIPIENTE É CHAMADA DE **CAPACIDADE**. PARA MEDIR A CAPACIDADE DE UM RECIPIENTE UTILIZAMOS A MEDIDA CHAMADA **LITRO**.

MEDIDA	SIMBOLOGIA
LITRO	L

O USO DO LITRO NO NOSSO DIA A DIA É MUITO IMPORTANTE, POIS COMPRAMOS VÁRIOS PRODUTOS EM LITRO, COMO POR EXEMPLO: GASOLINA, TINTA, LEITE, ÁGUA, SUCO, REFRIGERANTE, AZEITE E OUTROS.



1- AGORA PINTE OS PRODUTOS QUE PODEM SER COMPRADOS POR QUILO (KG).



2- PINTE OS PRODUTOS QUE SÃO VENDIDOS POR LITRO (L).



3- COMPLETE AS FRASES UTILIZANDO OS INSTRUMENTOS DE MEDIIDA DE COMPRIMENTO.

A) A COSTUREIRA USA A _____ PARA TIRAR MEDIDAS DAS FREGUESAS.

B) O ALUNO USA A _____ NA ESCOLA.

C) O PEDREIRO USA O _____ NAS OBRAS.

ROLÂNDIA, 04 DE MAIO DE 2021.

TERÇA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA

VOCÊS SE LEMBRAM QUE AS PALAVRAS SÃO SEPARADAS POR SÍLABAS?

VOCÊ SABIA QUE AS PALAVRAS PODEM SER CLASSIFICADAS PELO NÚMERO DAS SÍLABAS, VEJA O QUADRO A SEGUIR:

CLASSIFICAÇÃO POR NÚMEROS DE SÍLABAS	
	PALAVRAS
MONOSSÍLABA = 1 SÍLABA	COM
DISSÍLABA = 2 SÍLABAS	VA - CA
TRISSÍLABAS = 3 SÍLABAS	JA - CA - RÉ
POLISSÍLABA = 4 OU MAIS SÍLABAS	MAR - GA - RI - NA BI - CI - CLE - TA

1- OBSERVE E CLASSIFIQUE AS PALAVRAS ABAIXO:

- A) **BA-NA-NA** : () MONOSSÍLABA () DISSÍLABA () TRISSÍLABA () POLISSÍLABA
B) **EU** : () MONOSSÍLABA () DISSÍLABA () TRISSÍLABA () POLISSÍLABA
C) **BOR-BO-LE-TA** : () MONOSSÍLABA () DISSÍLABA () TRISSÍLABA () POLISSÍLABA
D) **BA-LA** : () MONOSSÍLABA () DISSÍLABA () TRISSÍLABA () POLISSÍLABA

2- SEPRE AS SÍLABAS DAS PALAVRAS E CLASSIFIQUE COLOCANDO O NÚMERO DE SÍLABAS:

 **CARANGUEIJO** QUANTAS SÍLABAS?
 MONOSSÍLABA DISSÍLABA TRISSÍLABA POLISSÍLABA

 **CORUJA** QUANTAS SÍLABAS?
 MONOSSÍLABA DISSÍLABA TRISSÍLABA POLISSÍLABA

 **SOL** QUANTAS SÍLABAS?
 MONOSSÍLABA DISSÍLABA TRISSÍLABA POLISSÍLABA

MATEMÁTICA

UMA **DÚZIA** É O MESMO QUE **12 UNIDADES**.

MEIA **DÚZIA** É O MESMO QUE **6 UNIDADES**.



JÁ SABEMOS QUE UMA **DÚZIA** É IGUAL A 12, E **MEIA DÚZIA** É IGUAL A 6. AGORA VAMOS PRATICAR.

1- PINTAR A QUANTIDADE QUE SE PEDE:

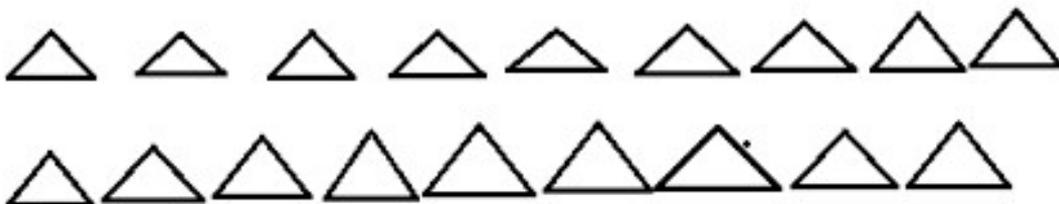
A) UMA **DÚZIA** DE ESTRELAS:



B) **MEIA DÚZIA** DE CORAÇÕES:



C) UMA **DÚZIA** E **MEIA** DE TRIÂNGULOS:



2- LIGAR AO NÚMERO CORRESPONDENTE:

- | | |
|-----------|-------------------------|
| 24 | MEIA DÚZIA |
| 12 | UMA DÚZIA E MEIA |
| 6 | UMA DÚZIA |
| 18 | DUAS DÚZIAS |

QUARTA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA

GÊNERO TEXTUAL:



É UM TEXTO ESCRITO COM INTENÇÃO DE INFORMAR O LEITOR E TRAZER ALGUMAS CURIOSIDADE SOBRE O ASSUNTO.



1) LEIA O TEXTO ABAIXO.

QUAL É O ANIMAL MAIS PESADO?

O ANIMAL MAIS PESADO DO MUNDO É A BALEIA AZUL. APESAR DE SE ALIMENTAR DE PEQUENOS **CRUSTÁCEOS**. ELA PESA 150 TONELADAS APROXIMADAMENTE.

AS BALEIAS COSTUMAM PASSAR O INVERNO NAS ÁGUAS QUENTES DOS OCEANOS ATLÂNTICO E PACÍFICO. QUANDO CHEGA O VERÃO, ELAS VIAJAM Á PROCURA DE ÁGUAS MAIS FRIAS NAS REGIÕES POLARES.

2) RESPONDA AS QUESTÕES.

A) QUAL ESSE TIPO DE TEXTO?

() RECEITA () INFORMATIVO () FABÚLA () CONTO

B) ESSE TEXTO FALA DE INFORMAÇÕES SOBRE QUAL ANIMAL?

C) QUNTOS QUILOS A BALEIA AZUL PESA APROXIMADAMENTE?

D) AS BALEIAS COSTUMAM PASSAR O INVERNO ONDE?

3) LEIAS AS PALAVRAS E SEPARE EM SÍLABAS.

A) AZUL= _____

B) PEQUENOS= _____

C) MAIS= _____

D) NAS= _____

E) PACÍFICO= _____

F) CRUSTÁCEOS= _____

G) BALEIA= _____

ENSINO RELIGIOSO

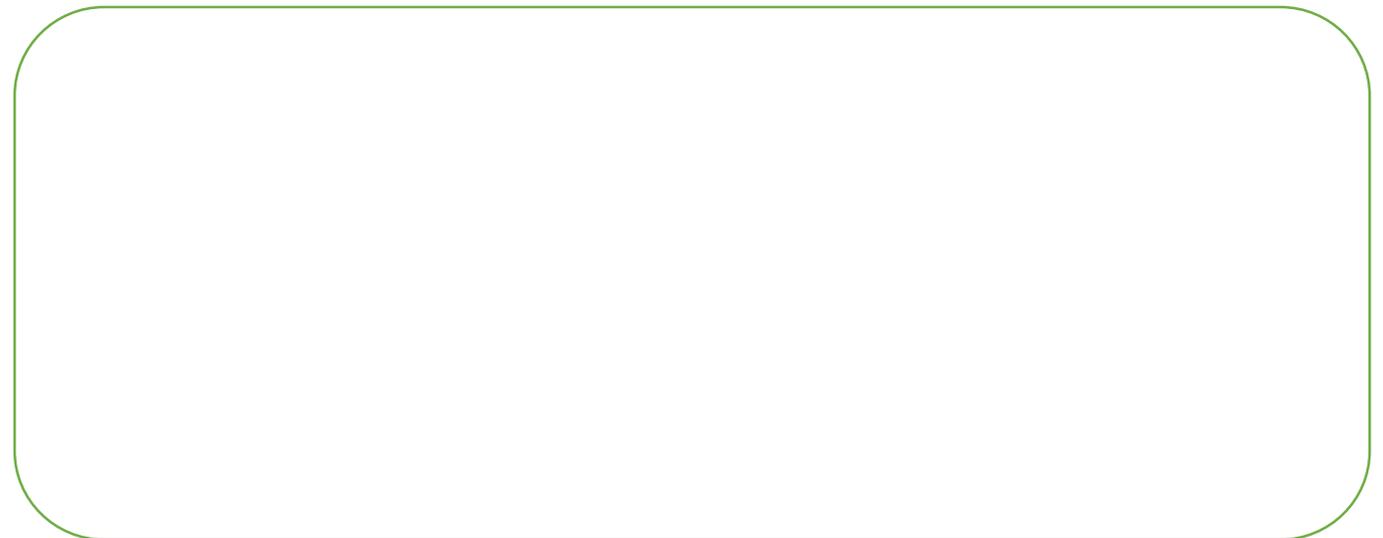
LUGARES SAGRADOS. O QUE SÃO!

OS LUGARES SAGRADO REFEREM-SE AOS ESPAÇOS CONSTRUÍDOS E NÃO CONSTRUÍDOS E DE SIGNIFICAÇÃO SIMBÓLICA DA PRESENÇA DO SAGRADO, OU SEJA, ONDE ACONTECEM AS MANIFESTAÇÕES RELIGIOSAS, EXPRESSAS NA PAISAGEM DOS SANTUÁRIOS, IGREJAS, TEMPLOS, CASAS DE ORAÇÕES, MESQUITAS.

1) LIGUE CADA REPRESENTANTE NOS SEUS ESPAÇOS RELIGIOSOS.



2) DESENHE NO ESPAÇO ABAIXO ALGUM ESPAÇO RELIGIOSO QUE VOCÊ CONHEÇA OU QUE TENHA EM SUA COMUNIDADE.

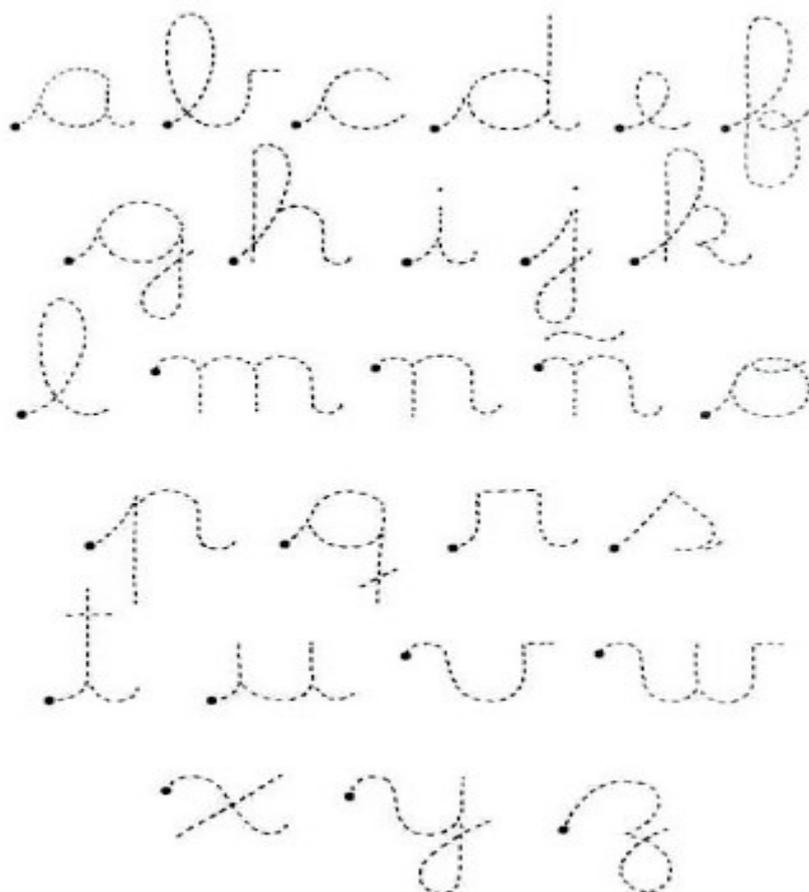


ROLÂNDIA, 07 DE MAIO DE 2021.

SEXTA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA

1) VAMOS TREINAR A LETRA CURSIVA? REFAÇA O PONTILHADO DAS LETRAS ABAIXO BEM DEVAGAR, COMEÇANDO O TRAÇADO PELO PONTINHO PRETO.



2) LEIA AS PALAVRAS ABAIXO.

 CEBOLA	 ABACAXI	 PIANO	 PEIXE
 PATO	 TAPETE	 BALEIA	 PICOLÉ
 SAPATO	 BALÃO	 POÇO	 BUZINA
 ÔNIBUS	 APITO	 ABÓBORA	 POETA

AGORA COLOQUE AS PALAVRAS NO QUADRO ABAIXO SEPARANDO-AS EM B E P NO COMEÇO.

Palavras com B



Palavras com P



MATEMÁTICA

1) DONA ANA COMPROU OVOS PARA FAZER BOLO QUANTOS OVOS ELA COMPROU?



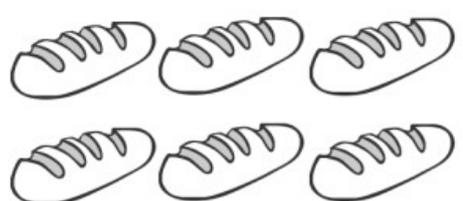
MEIA DÚZIA

1 DÚZIA

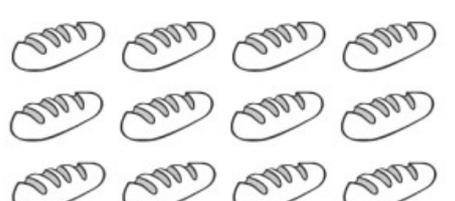
2 DÚZIAS

1 DÚZIA E MEIA

2) QUANTOS PÃES A EM CADA CASO?

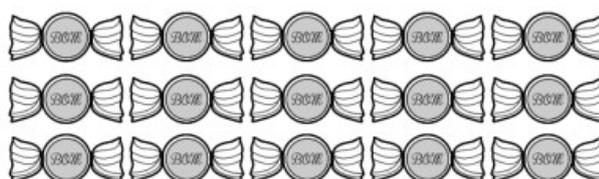


HÁ _____ PÃES OU
_____ DÚZIA DE PÃES



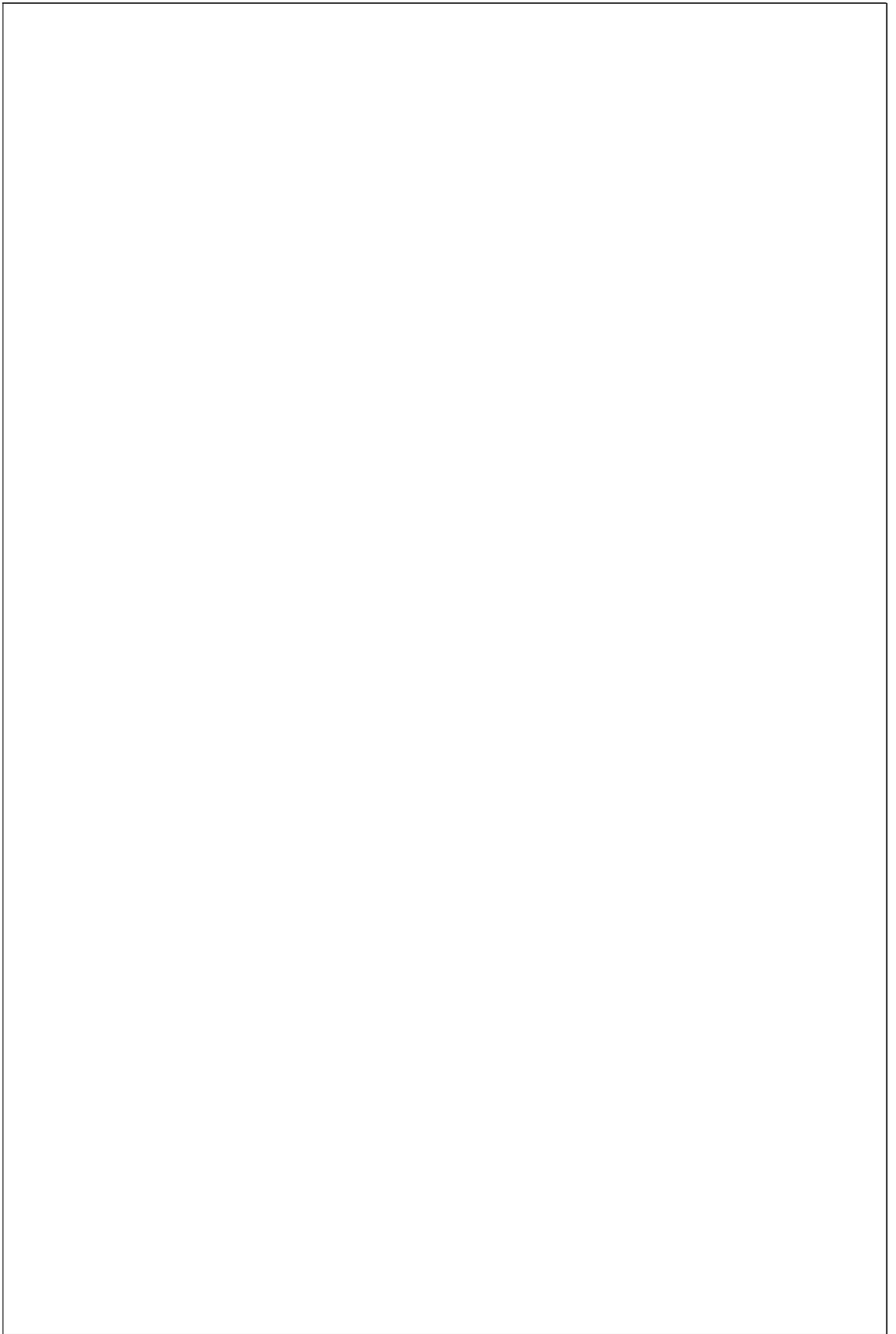
HÁ _____ PÃES OU
_____ DÚZIA DE PÃES

3) CIRCULE OS DOCES E FORME GRUPOS DE MEIA DÚZIA DE DOCES CONTORNANDO COM UMA LINHA QUANTOS GRUPOS FORMADOS.



A) QUANTOS GRUPOS VOCÊ FORMOU DE MEIA DÚZIA? _____

B) QUANTAS BALAS SOBRARAM? _____





10º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL SAO FERNANDO.
PROFESSOR: JESUEL G. OLIVEIRA
COMPONENTE CURRICULAR: LÍNGUA INGLESA
PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 03 A 07 DE MAIO DE 2021.

TURMA: 3º ANO

NAME: _____ TURMA: _____

ÁUDIO/VÍDEO EXPLICATIVO DO PROFESSOR:

OUÇA O ÁUDIO/VÍDEO EXPLICATIVO DO PROFESSOR E ASSISTA AO VÍDEO DE SUGESTÃO: <https://www.youtube.com/watch?v=RUnlCuCyZ7U>

O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR?

REPERTÓRIO LEXICAL RELACIONADO ÀS CORES (REVISÃO) E NÚMEROS.

PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?

CONHECER E COMPREENDER COM O APOIO DO (A) PROFESSOR (A) PALAVRAS RELACIONADAS ÀS CORES E NUMBERS.

COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

PRIMEIRO COLOQUE A DATA E ESCREVA O SEU NOME.
REPITA AS EXPRESSÕES (ÁUDIO) E PINTE OS DESENHOS.

- **PARA REALIZAR ESSA ATIVIDADE VOCÊ PRECISARÁ DE ALGUNS MATERIAIS:**
- ESTOJO ESCOLAR CONTENDO LÁPIS, LÁPIS DE COR E BORRACHA.

1- READ AND CIRCLE THE CORRECT DRAWING. PAINT IT. (LEIA E CIRCULE A FIGURA CORRETA, APÓS, PINTE-A.)



FIVE BLUE AND RED GIRLS



ONE GREEN AND YELLOW BOY



THREE BLACK AND WHITE CHILDREN



PREFEITURA DE ROLÂNDIA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

10º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

PROFESSORA: DANIELE ROSA

TURMAS: 2º ANO, 3º ANO E CLASSE ESPECIAL

COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 03 à 07 de maio de 2021.

10º ROTEIRO

ALUNO (A):..... TURMA:

O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none">➤ MÚSICA: REPERTÓRIO BRASILEIRO: CANÇÕES E BRINCADEIRAS.➤ MATERIALIDADES: JOGOS MUSICAIS: PERCUSSÃO CORPORAL EM CANTIGAS INFANTIL.➤ DANÇA: CORPO E MOVIMENTO: RELACIONAMENTO ENTRE SUAS PARTES NA CONSTRUÇÃO DE MOVIMENTOS EXPRESSIVOS.➤ ELEMENTOS DA COMPOSIÇÃO: BIDIMENSIONAL.
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?	<ul style="list-style-type: none">➤ CANTAR MÚSICAS E EXECUTAR JOGOS E BRINCADEIRAS CANTADAS, DO REPERTÓRIO MUSICAL BRASILEIRO, IDENTIFICANDO GÊNEROS MUSICAIS VARIADOS, PERCEBENDO A DIVERSIDADE EXISTENTE.➤ ESTABELECEER RELAÇÕES ENTRE AS PARTES DO CORPO E DESTAS COM O TODO CORPORAL NA CONSTRUÇÃO DO MOVIMENTO DANÇADO.
COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?	<ul style="list-style-type: none">➤ ORGANIZANDO OS ESTUDOS, ASSISTINDO AOS VÍDEOS OU OUVINDO OS ÁUDIOS EXPLICATIVOS DA PROFESSORA DE ARTE E FAZENDO AS ATIVIDADES.
COMO VAMOS REGISTRAR?	<ul style="list-style-type: none">➤ FAZENDO AS ATIVIDADES PROPOSTAS NOS ROTEIROS, UTILIZANDO OS MATERIAIS ESCOLARES COMUNS, COMO: PAPEL SULFITE OU CADERNO, RÉGUA, BORRACHA, LÁPIS DE ESCREVER, LÁPIS DE COR, CANETINHAS OU GIZ DE CERA.

ARTE

❖ **ATIVIDADE DA SEMANA: PERCUSSÃO CORPORAL COM CANTIGAS INFANTIS**

PERCUSSÃO CORPORALÉ A ARTE DE PRODUZIR SONS, UTILIZANDO O PRÓPRIO CORPO COMO UM INSTRUMENTO MUSICAL.

OLÁ! HOJE NÓS VAMOS APRENDER A FAZER MÚSICA UTILIZANDO O NOSSO CORPO. VOCÊ SABIA QUE PODEMOS PRODUZIR UMA VARIEDADE DE SONS UTILIZANDO O NOSSO CORPO?

VERDADE! ANTES MESMO DA EXISTÊNCIA DOS INSTRUMENTOS MUSICAIS O HOMEM JÁ CONSEGUIA TIRAR SOM UTILIZANDO O PRÓPRIO CORPO, BATENDO OS PÉS E AS MÃOS PARA FAZER MÚSICA.

SE PUDER, ACESSE O LINK ABAIXO PARA APRENDER ESSA LINDA CANÇÃO.

<https://www.youtube.com/watch?v=mZo8qt5OeoU>

OUÇA E APRECIÉ O ÁUDIO/VÍDEO DE SUA PROFESSORA PARA REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE..

- PRESTE ATENÇÃO NO RITMO, MARCAÇÃO/PULSAÇÃO, SEQUÊNCIA DO SOM E PARTES DO CORPO UTILIZADAS;
- AGORA, QUE TAL TENTARMOS FAZER O MESMO? VAMOS CANTAR E PRODUZIR SONS COM O NOSSO CORPO!
- CRIE UMA PERCUSSÃO CORPORAL COM A MÚSICA:

MINHA BICICLETA
MARCELO SERRALVA

MINHA BICICLETA
QUANDO ACORDA FICA INQUIETA
SÓ ESPERANDO A HORA CERTA
DE SAIR PARA RODAR...
POIS TODA BICICLETA
SÓ SE ENCONTRA E SE COMPLETA
QUANDO SAIR NA RUA
PARA PEDALAR!
POEIRA, BURACO,
PEDRA, VENTO, ESTABACO...
POEIRA, BURACO, PEDRA, CHÃO!

AGORA DESENHE VOCÊ FAZENDO OS MOVIMENTOS CORPORAIS:

10º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO.

PROFESSORA: DENISE MARTINS.

TURMAS: 3º ANO.

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 03 A 07 DE MAIO DE 2021

NOME: _____ TURMA: _____

1- O QUE VAMOS APRENDER? GINÁSTICA GERAL E O RECONHECIMENTO DO CORPO.

2- PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSE CONTEÚDO? EXPERIMENTAR, FRUIR, COMBINAÇÕES DE DIFERENTES ELEMENTOS DA GINÁSTICA GERAL.

3- COMO VAMOS APRENDER ESSE CONTEÚDO? ESPACATE É UM MOVIMENTO GINÁSTICO QUE CONSISTE EM ABRIR AS PERNAS DE MODO QUE ESTAS FORMEM UM ÂNGULO DE 180º E FIQUEM PARALELAS AO SOLO. ESTE MOVIMENTO ESTÁ TAMBÉM PRESENTE NAS ARTES MARCIAIS, NA DANÇA, NA PREPARAÇÃO PARA OS ESPORTES EM GERAL E EM FORMAS DE MEDITAÇÃO E RELAXAMENTO.

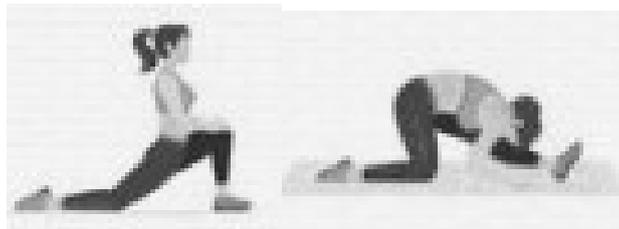
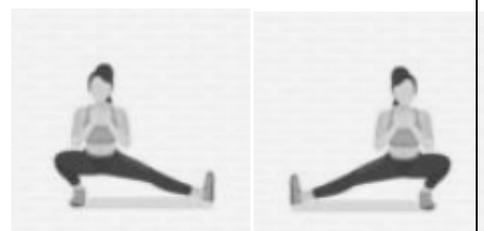
ALONGAMENTO:



• AFASTE UM POUCO AS PERNAS E DESÇA ATÉ O MÁXIMO QUE CONSEGUIR. SEGURE NESTA POSIÇÃO CONTANDO ATÉ 10.

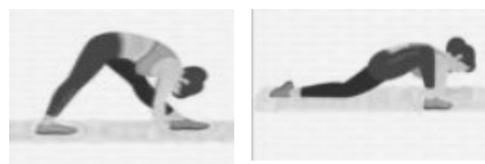
• AFASTE UM POUCO MAIS A PERNA, E FLEXIONE UM JOELHO, ABAIXANDO O QUADRIL O MÁXIMO QUE CONSEGUIR.

MOVIMENTE DE UM LADO PARA O OUTRO, FORÇANDO O QUADRIL PARA BAIXO.



• APOIE-SE EM UM JOELHO E FLEXIONE A OUTRA PERNA NA FRENTE DO CORPO COMO NA FIGURA AO LADO. FAÇA O MOVIMENTO DE FORÇAR O QUADRIL PARA FRENTE, E DEPOIS PARA TRÁS E TENDE ENCOSTAR A TESTA NO JOELHO.

• COLOQUE UMA PERNA NA FRENTE DO CORPO E OUTRA PARA TRÁS, COM OS PÉS INTEIROS NO CHÃO. FORCE PARA ENCOSTAR O QUEIXO NO JOELHO. DEPOIS LEVE A PERNA DE TRÁS PARA TRÁS O MÁXIMO QUE CONSEGUIR.



ESPACATO:

COMECE NA POSIÇÃO DA FIGURA, APOIANDO SOBRE UM JOELHO E A OUTRA PERNA FLEXIONADA NA FRENTE DO CORPO. DESSA POSIÇÃO TENTE AFASTAR AS PERNAS O MÁXIMO QUE CONSEGUIR, COMEÇANDO DA PERNA DE TRÁS PRIMEIRO. FAÇA 5 VEZES COM CADA PERNA.



SE PREFERIR, ACOMPANHE O VÍDEO E REALIZE A AULA:
<https://www.youtube.com/watch?v=6GuFYW4ycn0>

4- DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

PINTE O DESENHO ABAIXO:

