



7º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO - COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

PROFESSORAS: ISABEL E ALESSANDRA.

TURMAS: CLASSE ESPECIAL A E B.

COMPONENTES CURRICULARES: LÍNGUA PORTUGUESA, MATEMÁTICA E CIÊNCIAS.

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 12 A 16 DE ABRIL.

ALUNO(A): _____

NÚMERO DE TELEFONE: _____ TURMA: _____

ENDEREÇO: _____

<p>O QUE VAMOS ESTUDAR?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ LÍNGUA PORTUGUESA: Gênero textual: Letra de música. Atividades de compreensão e interpretação; frases; segmentação de palavras. ➤ MATEMÁTICA: Números naturais: adição; ordem crescente e decrescente; pares; Agrupamentos: dezena e meia dezena. ➤ ÁREA COGNITIVA: Conceituação – Mais grosso; mais fino; iguais. ➤ CIÊNCIAS: Orgãos dos sentidos, localizações, estímulos e funções.
<p>PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ LÍNGUA PORTUGUESA: Ler e interpretar letra de música; Segmentar palavras em sílabas de forma oral e escrita, reconhecendo sua estrutura possíveis e impossíveis dentro do sistema de escrita alfabética; Ler e associar palavras e frases à imagens. ➤ MATEMÁTICA: Construir fatos básicos da adição, com apoio de recursos (manipuláveis e digitais) e registros pictóricos; Construir sequências de números em ordem crescente e decrescente; Compreender o que são números pares. ➤ ÁREA COGNITIVA: Desenvolver conceitos: mais grosso, mais fino e iguais. ➤ CIÊNCIAS: Relacionar as partes do corpo humano com os sentidos, reconhecendo o que podemos perceber por meio deles.
<p>COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?</p>	<p>Com ajuda de algum familiar organize um ambiente tranquilo. Fique atento às explicações dadas pelas professoras no Whatsapp. Organize-se com as atividades para não acumular. Se tiver dúvida pergunte no Whatsapp para a professora para nova explicação.</p>
<p>COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?</p>	<p>Buscando atividades impressas na escola. Lendo e preenchendo de acordo com as orientações das atividades enviadas, sem deixar nada em branco ou incompleto. Ouvindo atentamente as explicações que a professora envia pelo Whatsapp e chamando quando não entender ou não conseguir fazer as atividades. Devolvendo as atividades semanalmente para que a professora faça as correções necessárias.</p>

ATENÇÃO: O professor regente estará disponível para esclarecer dúvidas sobre as atividades nos seguintes dias: **segunda, quarta, quinta, sexta-feira** no seu horário de trabalho. **Terça-feira** é o dia em que ele estará em planejamento. O atendimento das **disciplinas específicas** acontece na **terça-feira**.

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO.

ROLÂNDIA, 12 DE ABRIL DE 2021.

HOJE É SEGUNDA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA: Leitura e compreensão.

ASSISTA O VIDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=b1dYkXji-1o>

1) COM AJUDA DE UM FAMILIAR, LEIA A LETRA DA MÚSICA ABAIXO:

<u>ESTÁTUA</u>	
MÃO NA CABEÇA MÃO NA CINTURA UM PÉ NA FRENTE E O OUTRO ATRÁS AGORA NINGUÉM PODE SE MEXER, ESTÁTUA!	MÃO NA CABEÇA MÃO NA CINTURA UM PÉ NA FRENTE E O OUTRO ATRÁS AGORA NINGUÉM PODE SE MEXER, ESTÁTUA
UM BRAÇO PRA CIMA UM BRAÇO PRA FRENTE CRUZANDO AS PERNAS BUMBUM PARA TRÁS AGORA NINGUÉM PODE SE MEXER, ESTÁTUA!	MEXENDO A CABEÇA MEXENDO AS MÃOS FAZ UM SHAKE SHAKE ATÉ O CHÃO QUERO SABER QUEM É QUE CONSEGUE FICAR PARADO
RODANDO, RODANDO BRAÇOS ESTICADOS NÃO PODE PARAR CONTINUE RODANDO QUERO SABER QUEM É QUE CONSEGUE FICAR PARADO ESTÁTUA	A GENTE VAI TER QUE RODAR RODA, RODA NO LUGAR NINGUÉM AQUI PODE CAIR E EU VOU CONTAR PRA TERMINAR 3, 2, 1, ESTÁTUA!

A) ESSE TEXTO É:

() UMA CARTA. () UMA MÚSICA. () UMA RECEITA.

B) PINTE NO TEXTO TODAS AS VEZES EM QUE A PALAVRA **MÃO** APARECE.

C) FAÇA UM **X** NA QUANTIDADE DE VEZES QUE VOCÊ PINTOU A PALAVRA **MÃO** NO TEXTO:



4



3



2

2) TEMOS DUAS MÃOS, A MÃO **ESQUERDA** E A MÃO **DIREITA**. A ESQUERDA FICA AO LADO DO CORAÇÃO...



ESQUERDA



DIREITA

A) PINTE A MÃO ESQUERDA DE VERMELHO E A MÃO DIREITA DE AZUL.

OBS: NÃO SE ESQUEÇA DE LAVAR BEM MÃOS! ISSO É MUITO IMPORTANTE PARA SUA SAÚDE E AJUDA NA PREVENÇÃO DO CORONAVÍRUS.

MATEMÁTICA: adição e dezenas

1) CONTAR NOS DEDOS SEMPRE FOI UMA ESTRATÉGIA UTILIZADA PELAS PESSOAS. ESTA ESTRATÉGIA NOS AJUDA A REALIZAR CONTAS. OBSERVE OS DESENHOS DOS DEDOS E DESCUBRA A OPERAÇÃO ADEQUADA PARA CADA DESENHO. SIGA O EXEMPLO:



2) LEIA O TEXTO COM A AJUDA DE UM ADULTO E DEPOIS COMPLETE CORRETAMENTE:

OS DEDOS SÃO ENGRAÇADOS.
PEQUENOS OU COMPRIDOS,
CADA UM TEM UMA CARA
E ATÉ UM APELIDO:

MINDINHO, SEU VIZINHO.
PAI DE TODOS, FURA BOLO.
E MATA PIOLHO.

A) QUANTOS DEDOS NÓS TEMOS EM CADA MÃO? _____

B) QUANTOS DEDOS NÓS TEMOS NAS DUAS MÃOS? _____

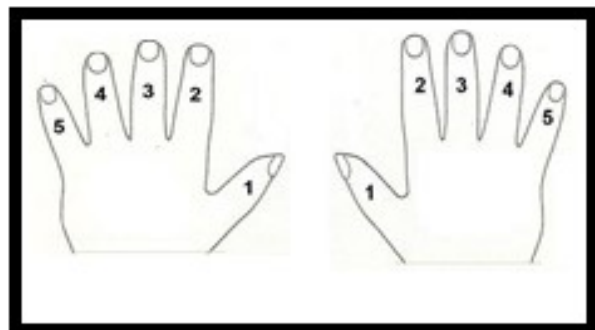
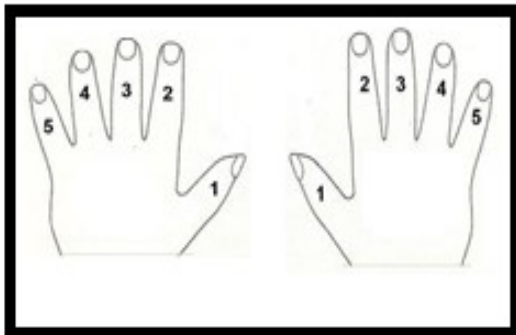
C) UMA DEZENA SÃO? _____ UNIDADES.

D) MEIA DEZENA SÃO? _____ UNIDADES.

E) PINTE:

UMA DEZENA DE DEDOS.

MEIA DEZENA DE DEDOS.



ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO.

ROLÂNDIA, 14 DE ABRIL DE 2021.

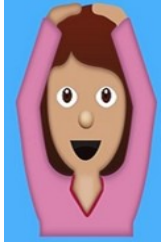
HOJE É QUARTA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA: leitura e escrita de frases.

1) RETORNE AO TEXTO DA AULA ANTERIOR (MÚSICA ESTÁTUA) E FAÇA O QUE SE PEDE.

A) RETIRE DA MÚSICA E COPIE AS FRASES QUE REPRESENTAM AS FIGURAS ABAIXO:





B) ENUMERE AS FIGURAS DE ACORDO COM AS FRASES.



()



()



()

(1) MÃO NA CINTURA.

(2) UM PÉ NA FRENTE E O OUTRO ATRÁS.

(3) UM BRAÇO PRA CIMA.

CIÊNCIAS: Órgãos dos sentidos.

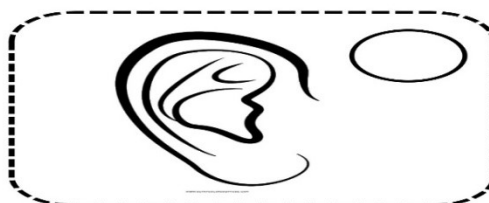
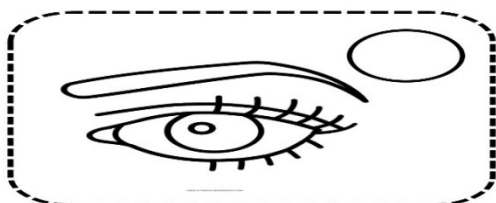
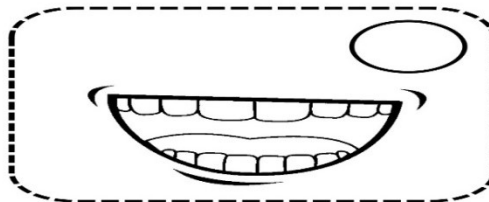
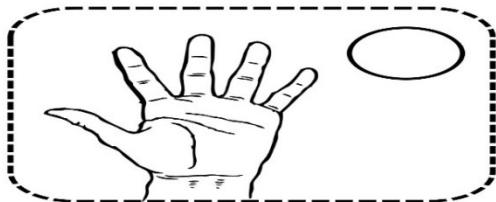
OS ÓRGÃOS DOS SENTIDOS SÃO RESPONSÁVEIS PELA PERCEPÇÃO DO AMBIENTE EM QUE ESTAMOS. OS SENTIDOS EXISTENTES E OS ÓRGÃOS RELACIONADOS SÃO:

- TATO (PELE); VISÃO (OLHOS);
- AUDIÇÃO (OUVIDO); OLFATO (NARIZ);
- PALADAR (BOCA).



1) ENUMERE AS FIGURAS RELACIONANDO OS SENTIDOS AOS ORGÃOS DO CORPO:

1. AUDIÇÃO
2. OLFATO
3. PALADAR
4. VISÃO
5. TATO



2) MARQUE X NAS ALTERNATIVAS CORRETAS:

O ORGÃO DO OLFATO É O NARIZ.

COM O TATO PODEMOS OUVIR OS SONS.

COM A LÍNGUA SENTIMOS OS SABORES DOS ALIMENTOS.

ENXERGAMOS COM OS OLHOS.

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO.

ROLÂNDIA, 15 DE ABRIL DE 2021.

HOJE É QUINTA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA: segmentação de palavras.

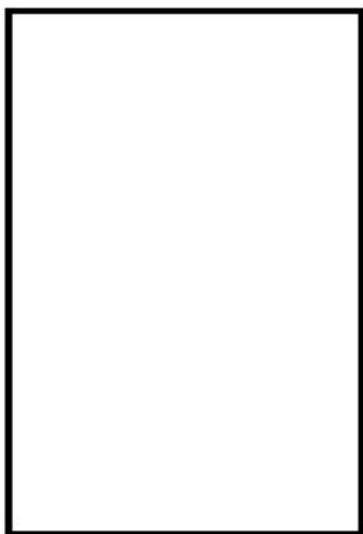
1) VAMOS RELEMBRAR DUAS PARTES DA MÚSICA "ESTÁTUA" ?

MÃO NA CABEÇA
MÃO NA CINTURA
UM PÉ NA FRENTE E O OUTRO ATRÁS
AGORA NINGUÉM PODE SE MEXER, ESTÁTUA!

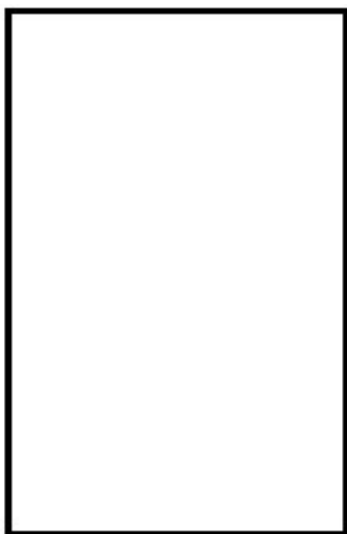
UM BRAÇO PRA CIMA
UM BRAÇO PRA FRENTE
CRUZANDO AS PERNAS
BUMBUM PARA TRÁS
AGORA NINGUÉM PODE SE MEXER, ESTÁTUA!

A) DESENHE **VOCÊ** COM:

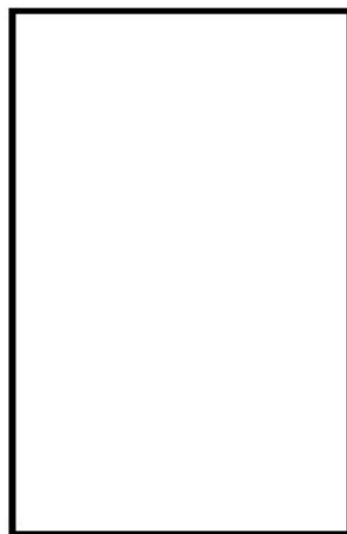
MÃOS NA CABEÇA



BRAÇOS ESTICADOS



MÃOS NA CINTURA



B) OBSERVE SEU CORPO E MARQUE A QUANTIDADE QUE TEMOS DAS PARTES DESENHADAS ABAIXO E DEPOIS ESCREVA O NOME DAS FIGURAS.













MATEMÁTICA: ordem crescente e decrescente

1) LEIA COM AJUDA DE UM FAMILIAR:

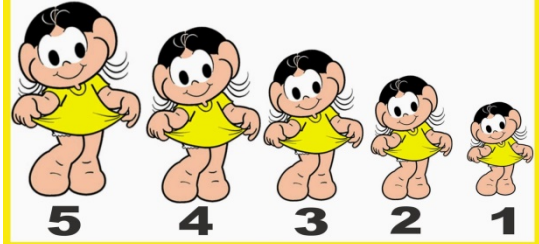
OS NÚMEROS NATURAIS SÃO: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10...

ASSIM COMO O ALFABETO, OS NÚMEROS TAMBÉM TEM UMA ORDEM, CHAMAMOS DE: **ORDEM NUMÉRICA**. ELA PODE SER: **CRESCENTE OU DECRESCENTE**.

**NÚMEROS CRESCENTES
DO MENOR PARA O MAIOR**



**NÚMEROS DECRESCENTES
DO MAIOR PARA O MENOR**



A) SUBA E DESÇA A ESCADA, COMPLETANDO OS DEGRAUS COM OS NÚMEROS QUE FALTAM.

ORDEM CRESCENTE

ORDEM DECRESCENTE

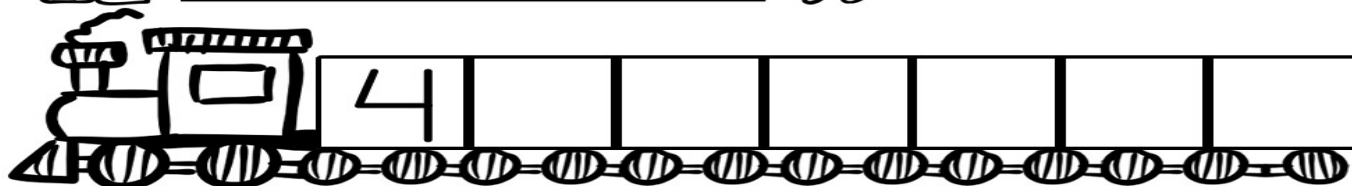
QUEM VEM DEPOIS?

8		2	
4		6	

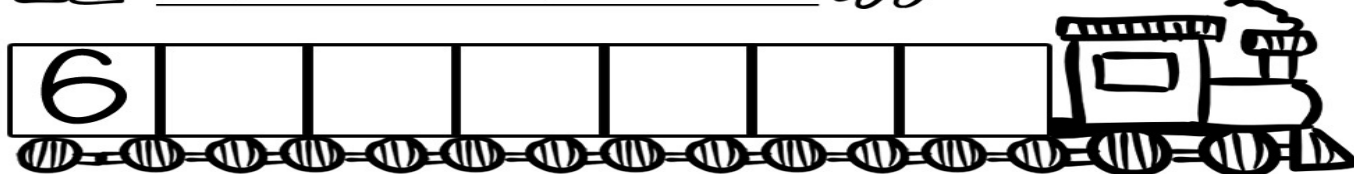
2) PINTE APENAS OS DESENHOS QUE ESTÃO EM ORDEM CRESCENTE:

3) COMPLETE OS VAGÕES DO TREM COM OS NUMERAIS EM SEQUÊNCIA:

1 2 3 ORDEM CRESCENTE 



3 2 1 ORDEM DECRESCENTE 



ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO.

ROLÂNDIA, 16 DE ABRIL DE 2021.

HOJE É SEXTA-FEIRA.

LÍNGUA PORTUGUESA: leitura de palavras

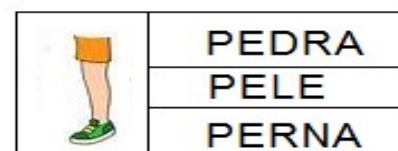
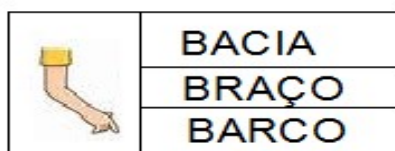
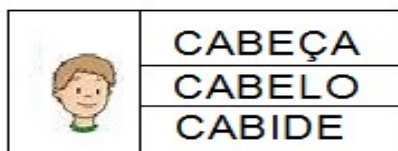
1) VAMOS PROCURAR AS PALAVRAS?



B	N	O	L	H	O	D
N	A	R	I	Z	D	O
T	Y	U	D	G	P	É
T	R	D	M	Ã	O	V
A	B	O	C	A	Y	X
O	R	E	L	H	A	C



A) FAÇA A LEITURA DAS PALAVRAS E PINTE O QUADRADO QUE ESTÁ COM O NOME DO DESENHO AO LADO.

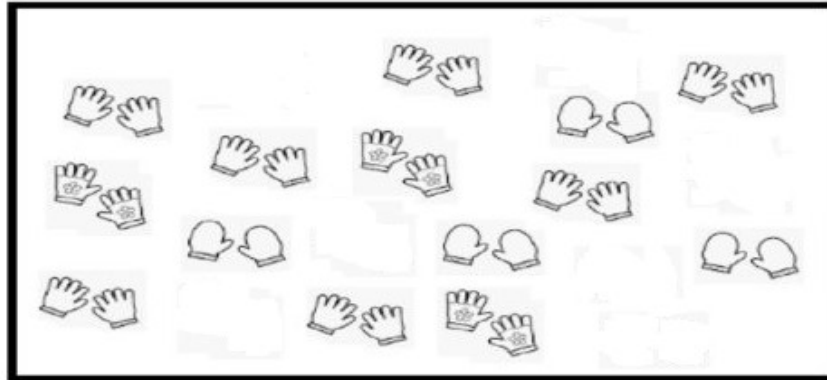


MATEMÁTICA: pares, situações-problema
e conceitos (mais grosso, mais fino e iguais).

DE OLHO NOS PARES! FIQUE ESPERTO!

SEMPRE QUE COMPRAMOS OU ORGANIZAMOS ELEMENTOS DE DOIS EM DOIS, FORMAMOS **PARES**.

1) CIRCULE AS LUVAS FORMANDO PARES:



A) ESCREVA QUANTOS PARES DE LUVAS HÁ DE CADA MODELO.



B) MARQUE QUAL MODELO DE LUVAS HÁ EM **MAIOR** QUANTIDADE.



C) QUANDO ESTÁ COM FRIO, DONA ARANHA COLOCA LUVAS EM CADA MÃOZINHA.



D) QUANTOS PARES DE LUVAS SÃO NECESSÁRIAS PARA NENHUMA MÃOZINHA FICAR DESCOBERTA?

1 PAR

2 PARES

3 PARES

2) AGORA QUE JÁ COMPREENDEU O QUE SÃO PARES, OBSERVE A ATIVIDADE ABAIXO E FAÇA O QUE SE PEDE.

MEU CORPO

ESTA É A JÚLIA. OLHE PARA O CORPINHO DELA E MARQUE TODAS AS PARTES QUE ELA TEM EM **PAR**:



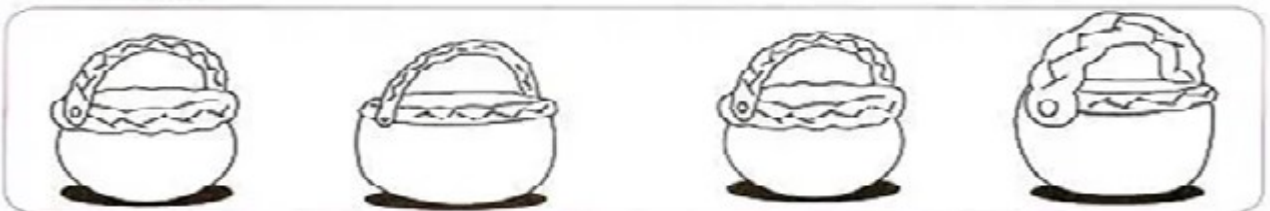
DESENHE AQUI O QUE VOCÊ DESCOBRIU:

3) RESOLVA OS PROBLEMAS:

- A) QUANTAS PESSOAS MORAM COM VOCÊ? _____.
- B) SE VOCÊ RESOLVESSE DAR UM PAR DE MEIAS PARA CADA UM, QUANTOS PARES TERIA QUE COMPRAR? _____.
- C) AO TODO QUANTAS MEIAS (INDIVIDUAIS) SERIAM? _____.

MAIS GROSSO E MAIS FINO

1) OBSERVE AS CESTAS E A LARGURA DAS ALÇAS DE CADA UMA DELAS.

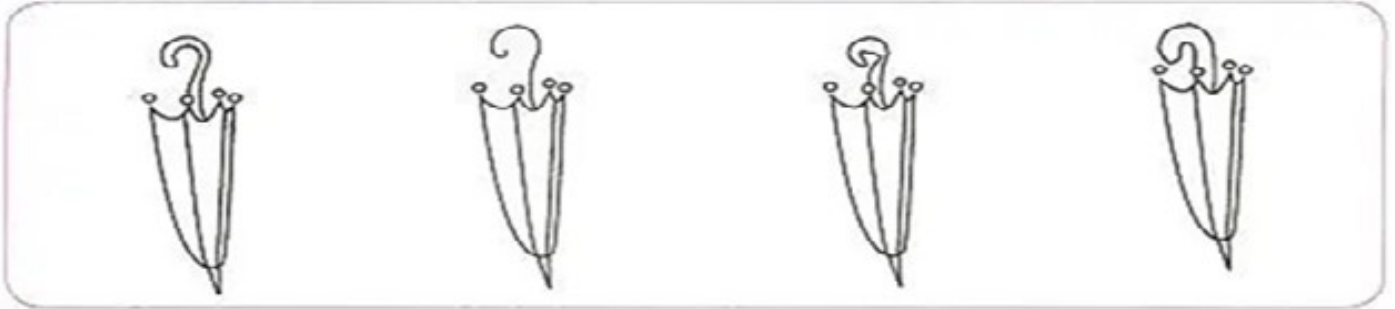


A) PINTE A CESTA DE ALÇA MAIS GROSSA.

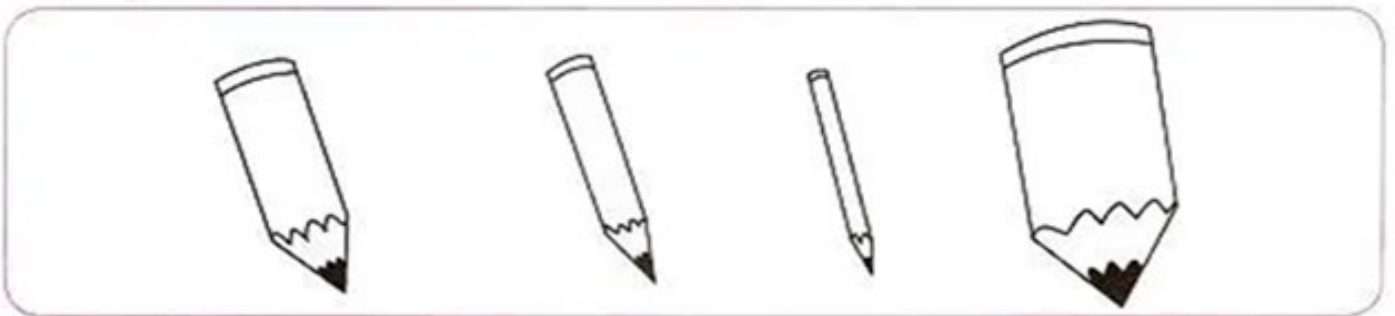
B) MARQUE UM X NA CESTA DE ALÇA MAIS FINA.

C) LIGUE AS CESTAS DE ALÇAS IGUAIS.

2) CONTORNE A SOMBRINHA DE CABO MAIS GROSSO.



3) FAÇA UM + NO LÁPIS MAIS FINO.



**NÃO SE ESQUEÇA DE PREENCHER A CAPA DO ROTEIRO COM SEU NOME
COMPLETO E ANOTAR QUAL É A TURMA QUANDO FOR DEVOLVER!!!**



7º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO
ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

ALUNO (A): _____ 2º ANO E CLASSE ESAPECIAL

PROFESSOR: JESUEL G. OLIVEIRA

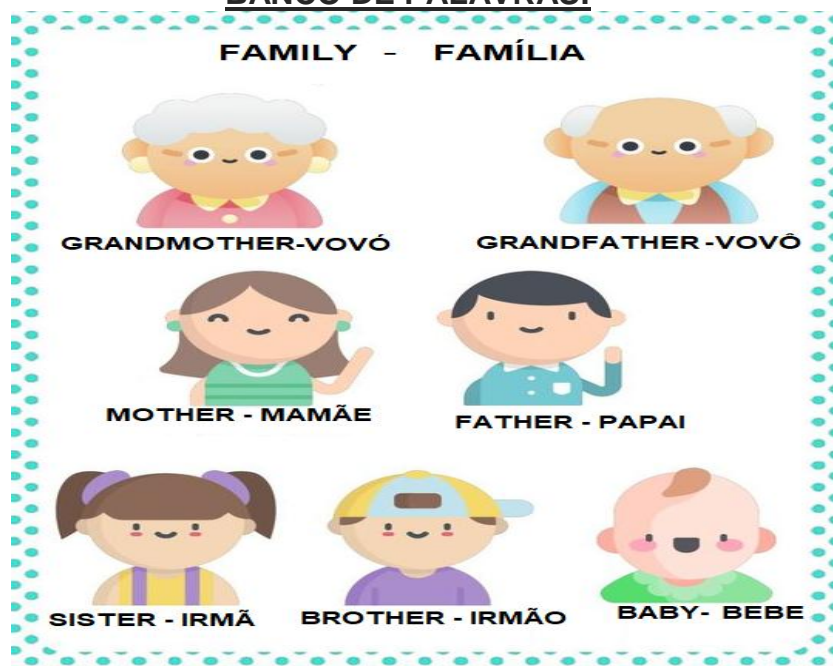
COMPONENTE CURRICULAR LÍNGUA INGLESA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 12 à 16/04 DE 2021

AÚDIO EXPLICATIVO DO PROFESSOR(a)	<ul style="list-style-type: none"> • OUÇA O ÁUDIO OU VÍDEO NO GRUPO DE SUA TURMA PARA ENTENDER COMO REALIZAR A ATIVIDADE.
O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR:	<ul style="list-style-type: none"> • LÍNGUA INGLESA: ASSISTIR O VÍDEO E COMPREENDER AS PALAVRAS SOBRE O TEMA FAMÍLIA (FAMILY).
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?	<ul style="list-style-type: none"> • RECONHECER COM O APOIO DO (A) PROFESSOR(A) DO VÍDEO O SIGNIFICADO DE PALAVRAS QUE NOMEIAM OS MEMBROS DA FAMÍLIA.
COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS? COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?	<ul style="list-style-type: none"> • ASSISTA AO VÍDEO SOBRE FAMÍLIA EM INGLÊS: • https://www.youtube.com/watch?v=1d-FBfMiQ48 • ATIVIDADE DE RELACIONAR OS NUMERAIS AOS MEMBROS DA FAMÍLIA. • NO PRÓPRIO ROTEIRO E ESTOJO ESCOLAR CONTENDO LÁPIS, LÁPIS DE COR E BORRACHA.

BANCO DE PALAVRAS:

FAMILY - FAMÍLIA





DATE: MARCH/___/2021

NAME: _____ 2º ANO _____

EXERCISES (EXERCÍCIOS)

(OLHE E COMBINE)
LOOK & MATCH

1 MOTHER

2 BROTHER

3 FATHER

4 SISTER

5 GRANDPA

6 GRANDMA

TODD



7º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

PROFESSORA: DANIELE ROSA

TURMAS: 2º, 3º E CLASSE ESPECIAL.

COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 12 A 16 DE ABRIL DE 2021.

ALUNO (A):

O QUE ESTUDAR?	ELEMENTOS DAS ARTES VISUAIS. MANIFESTAÇÃO CULTURAL E ARTÍSTICA: ÍNDIO . COMPOSIÇÃO BIDIMENSIONAL.
PARA QUE ESTUDAR?	➤ EXPLORAR E RECONHECER OS ELEMENTOS DAS ARTES: LINHAS E CORES. ➤ ABORDAR E EXPLORAR A HISTÓRIA DO BRASIL, VALORES E COSTUMES INDÍGENAS. ➤ MANIPULAR, RECORTAR, COLAR, DOBRAR E CRIAR COM DIFERENTES MATERIAIS.
COMO ESTUDAR?	➤ ORGANIZANDO OS ESTUDOS, ASSISTINDO AOS VÍDEOS EXPLICATIVOS DA PROFESSORA E FAZENDO AS ATIVIDADES.
COMO REGISTRAR?	➤ 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 (SE TIVER), DENTRE OUTROS QUE FOREM NECESSÁRIOS.

ARTE

OLÁ GALERINHA NA AULA DE HOJE VAMOS EXPLORAR OS VALORES E COSTUMES DOS PRIMEIROS POVOS QUE HABITARAM O BRASIL: **OS ÍNDIOS**.

OS ÍNDIOS DO BRASIL VIVEM EM HABITAÇÕES COLETIVAS, COMPARTILHANDO OCAS OU MALOCAS, FEITAS GERALMENTE DE MADEIRA E PALHA. A DIVISÃO DE TAREFAS É MUITO CLARA NAS SOCIEDADES INDÍGENAS, DE MODO QUE OS HOMENS FICAM ENCARREGADOS DA CAÇA, DA DEFESA DO TERRITÓRIO E DAS CONSTRUÇÕES.

JÁ AS MULHERES, SE ENCARREGAM DO PLANTIO E COLHEITA DOS ALIMENTOS, ALÉM DE CUIDAR DAS CRIANÇAS E PRODUZIR OS UTENSÍLIOS E ADORNOS UTILIZADOS PELA TRIBO. A ARTE INDÍGENA É EXTREMAMENTE RICA E SE MANIFESTA NA MÚSICA, DANÇA, ARTE PLUMÁRIA, CESTARIA, CERÂMICA, TECELAGEM E PINTURA CORPORAL.

O USO DAS CORES E DE CERTOS MATERIAIS ESTÃO RELACIONADOS AOS RITOS DE PASSAGEM, CELEBRAÇÕES AGRÍCOLAS E DO COTIDIANO. ENTRE AS TRIBOS DO BRASIL, PODEMOS CITAR ESPECIALMENTE A CERÂMICA MARAJOARA, QUE EMPREGA UM SEM NÚMERO DE FORMAS GEOMÉTRICAS PARA COMPOR UTENSÍLIOS DOMÉSTICOS.

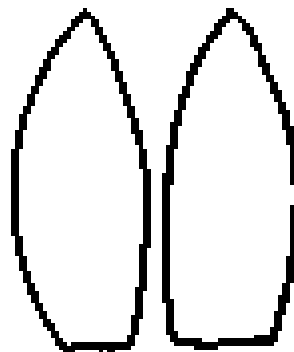
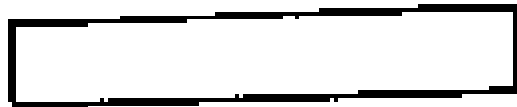
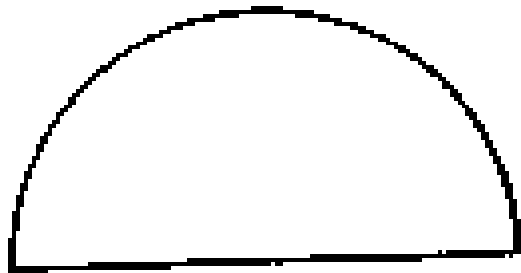
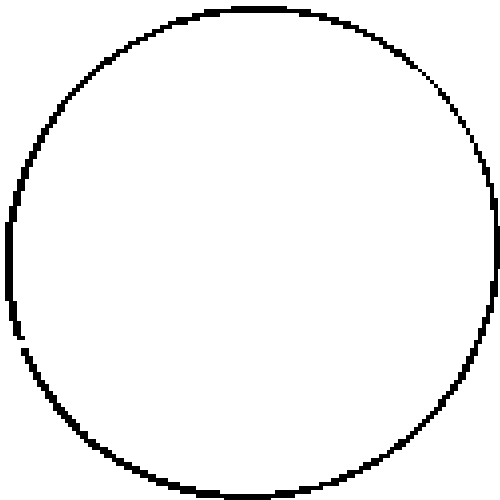


LEMBRANDO: NA CULTURA INDÍGENA; ELES UTILIZAM EM SEUS ARTESANATOS E PINTURAS CORPORAIS DIFERENTES TIPOS DE CORES, LINHAS E FORMAS.

ATIVIDADE

AGORA VAMOS MONTAR NOSSO ÍNDIO E CRIAR UM CENÁRIO PARA ELE.

- IREMOS DESENHAR LINHAS NA ROUPA DO NOSSO ÍNDIO, PENAS E NO COCAR.
- DEPOIS FAREMOS OS OLHOS, NARIZ E BOCA E A PINTURA NO ROSTO DO NOSSO ÍNDIO.
- EM SEGUIDA PINTAREMOS NOSSO ÍNDIO E RECORTAREMOS PARA MONTAR ELE IGUAL AO MODELO ABAIXO.
- AGORA CRIE UM CENÁRIO ONDE ESSE ÍNDIO POSSA ESTAR, NA FLORESTA, NA BEIRA DE UM RIO, NA TRIBO OU DENTRO DE UMA OCA.
- MONTE SEU ÍNDIO NESSE CENÁRIO, USE E ABUSE DA SUA CRIATIVIDADE E IMAGINAÇÃO.



REALIZE A ATIVIDADE NESSA FOLHA.



7º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL SÃO FERNANDO

PROFESSORA: DENISE MARTINS

TURMAS: 2º ANO E CLASSE ESPECIAL

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 12 A 16 DE ABRIL

NOME: _____ TURMA: _____

1 - O QUE VAMOS APRENDER:

GINÁSTICA GERAL - RECONHECIMENTO DO CORPO.

2- PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?

EXPERIMENTAR PRÁTICAS CORPORAIS QUE COMBINAM VÁRIOS ELEMENTOS GINÁSTICOS DE FORMA CRIATIVA E EXPRESSIVA.

VAMOS DAR UMA ALONGADINHA,

ALONGUE BEM OS BRAÇOS E PERNAS ANTES DEPOIS DE REALIZAR AS ATIVIDADES.



SERÁ FEITO NUM TEMPO DE 10 SEGUNDOS CADA LADO.

3- COMO VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS:

SEGUIREMOS A SEQUÊNCIA NUMÉRICA ABAIXO:

1- ORIGEM:

COMO VIMOS NAS AULAS ANTERIORES 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, OS MOVIMENTOS DA AULA DE HOJE FAZ PARTE DA BRINCADEIRA DO DIA ADIA DE MUITAS CRIANÇAS, ESTES AJUDAM NO FORTALECIMENTO DE BRAÇOS E PERNAS.

2- QUAIS MOVIMENTOS VAMOS REALIZAR NESTA ATIVIDADE?

MOVIMENTOS GINÁSTICOS: TESOURA E ESTRELA / RODA

COMO FAZER:

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

NO SALTO TESOURA PARA FRENTE ASSISTA O VÍDEO COM PASSO A PASSO PARA FAZER SALTO TESOURA.

<https://www.youtube.com/watch?v=pk8f6BK8Nz4>





PASSO 1: POSICIONE-SE EM PÉ COM UM PÉ NA FRENTE DO OUTRO AFASTADOS EM POSIÇÃO DE AFUNDO. FLEXIONE OS JOELHOS A 90 GRAUS E EXECUTE O AFUNDO.



PASSO 2: DÊ UM SALTO DIRETO PARA CIMA O MAIS ALTO POSSÍVEL ATERRISSE SUAVEMENTE.

3- ESTRELINHA OU RODA GINÁSTICA

<https://www.youtube.com/watch?v=AeC0ZbuX7Qw>





SE POSSÍVEL ASSISTA VÍDEO DA GIGI, ELA DA O PASSO A PASSO PRA FAZER ESTE MOVIMENTO, LEMBRANDO QUE AS SUAS PRIMEIRAS ESTRELINHAS SERÃO “DESENGONÇADAS”, COM PERNA BAIXA, MAS IMPORTANTE É REALIZAR E BUSCAR MELHORAR O MOVIMENTO AOS POUÇOS.



4- DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

1- REGISTRE ATREVES DO QUADRO ABAIXO. VOCÊ DEVERÁ COLORIR A CARETINHA CORRESPONDENTE AO SEU DESEMPENHO:

2- E QUAL SALTO DA GINÁSTICA VOCÊ ACHOU MAIS DIFÍCIL REALIZAR.

 ITENS	 SIM	 + OU -	 NÃO
CONSEGUI ALGUÉM PARA REALIZAR A ATIVIDADE COMIGO?			
ACHEI FÁCIL REALIZAR O SALTO TESOURA?			
ACHEI FACIL REALIZAR A ESTRELINHA?			
GOSTEI DE REALIZAR A ATIVIDADE?			