

# EMEB Olívio Faleiros - Itirapuã/SP

## Educação Física

### ROTEIRO DE ATIVIDADES

<b>Disciplina:</b> Educação Física	<b>Professor(a):</b> Willian Campos Amorim
<b>Ano/Série:</b> 4º e 5º anos	
<b>Tema:</b> Jogos e Brincadeiras	
<b>Semana 1:</b> Brincadeiras e Jogos Inclusivos	
<b>Habilidades:</b> EF35EF06 - Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).	
<b>Objetivos:</b> Experimentar e fruir o desenvolvimento destas habilidades cognitivas apresentadas seja realizado em conjunto com o desenvolvimento de competências e habilidades socioemocionais, extremamente relevantes diante do contexto de retomada de atividades presenciais no ambiente escolar.	
<b>Aula Remota:</b> 18 a 22 de outubro de 2021	
<b>Nome do(a) Aluno (a):</b>	

#### **Atividade 1 -** Retomando e vivenciando os elementos gímnicos

Para esta atividade irá realizar algumas brincadeiras de equilíbrio.

**Amarelinha** - desenhe a amarelinha com linhas ou giz tente pular em todas as casas em um pé só. Na hora de pegar o objeto que jogou na casa, você deverá fazê-lo com o corpo em posição de avião. Você pode fazer variações dessa brincadeira, mudando a forma de pegar o objeto na casa com outras posições.



#### **Atividade 2:** “Joquempô”

Com um giz ou uma fita crepe, desenhe em um espaço aberto um caminho cheio de curvas. Convide alguém para brincar com você. Ao sinal, o primeiro de cada coluna andar (não pode correr) na ponta dos pés, com os braços abertos nas laterais, pela trilha, o mais rápido que puder sem pisar fora da linha desenhada até encontrar o colega da outra equipe. Nesse momento, ambos deverão jogar uma partida de “joquempô”. Serão realizadas algumas adaptações para os movimentos da ginástica descritos a seguir:

#### **Como jogar?**

Para jogar o “joquempô”, alguns termos devem ser aprendidos e adaptados:

1. Mão fechada - significa pedra. Substituir por: agachar e fechar o corpo.
2. Mão aberta - significa papel. Substituir por: estender o corpo na ponta dos pés, com os braços abertos.
3. Mão fechada com apenas os dedos indicador e médio estendidos, no formato em “V” Substituir por: salto com as pernas afastadas.

Algumas regras do jogo: para obter o resultado para pontuação, faz-se necessário seguir as orientações abaixo:

1. A tesoura em competição com o papel será vencedora, pois ela o corta;
2. O papel em competição com a pedra será vencedor, pois ele a cobre;
3. A pedra em competição com a tesoura será vencedora, pois ela a quebra.

O jogador vencedor do “joquempô” segue pela trajetória desenhada, enquanto o perdedor volta para o final da sua fileira, para outro jogador do início da fila encontrar o jogador da equipe contrária que venceu, ele e o adversário deverão novamente jogar o “joquempô”. Vencerá a equipe que alcançar a extremidade da trilha da equipe adversária.

