Educação Física

Olá senhores pais e responsáveis!

Vocês estão recebendo as atividades de Educação Física.
Neste material existem algumas recomendações. Estamos listando algumas aqui, *por favor leiam até o final*

📌 *Não é necessário entregar nenhum registro* das atividades no caderno ou folhas para o professor

📌 Recomendamos que as atividades sejam realizadas em casa com a família *evitando aglomerações*;

📌 Realize as atividades em *local seguro*, longe de móveis, aparelhos eletrônicos etc;

📌 Realize 1 atividades por semana, que contém 2 ou 3 brincadeiras.

📌 *É recomendável que algumas atividades* sejam supervisionadas por um adulto para a segurança das crianças;

📌 Se após ler *todas as recomendações e atividades* e mesmo assim tiver alguma dúvida, me coloco a disposição via* e-mail e whatsapp do grupo da sala para esclarecimentos;

Professor de Educação Física Thiago
e-mail: profthiagoeuca@gmail.com

📌 Dúvidas serão respondidas de segunda/quarta e sexta das 8h às 12h e terça das 13h às 17h.

📌 Obrigado e até breve.

Att,

Professor Thiago

Educação Física

BRINCADEIRAS E JOGOS DA CULTURA POPULAR
3º ANO

ATIVIDADE 01

Sugestão de atividades:

Converse com seu filho(a) sobre as brincadeiras da sua infância. Conte para ele(a) sua brincadeira favorita e com quem você costumava brincar, quem te ensinou a brincar e qual sua lembrança desses momentos.

Na prática:

1ª Semana:

Brincadeira 1:Amarelinha

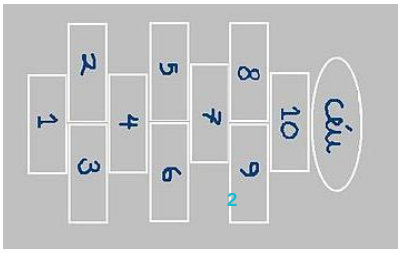
Com um giz ou pedacinho de tijolo, desenhar o diagrama composto de 10 partes, e depois numerá-los de 1 a 10.

Feito isso, para começar a jogar, a criança joga a pedrinha no número 1, se acertar ela deve pular com um pé (nas casas solitárias) ou dois pés (nas casas duplas), sem pisar na casa onde está a pedrinha, até o número 10 e voltar. Na volta ela deve pegar a pedrinha do chão ainda sem pisar no número 1.

Se a criança errar, ou seja, não conseguir se equilibrar para pegar a pedrinha, então será a vez do próximo jogador. Isso se repete até que se complete todos os números.

Obs.: caso a criança esteja jogando sozinha, ela vai tentando até acertar.

Se você conhece outro formato de amarelinha ou outras regras compartilhe com sua criança e se divirta com ela.



Brincadeira 2:Aumenta-aumenta

Duas crianças seguram a corda (pode ser um barbante ou fita) pelas pontas bem próxima ao chão e as outras pulam. A altura da corda vai aumentando aos poucos. A brincadeira termina quando resta apenas um participante é capaz de pular a corda àquela altura.

Variação: marcar no chão um ponto da onde a criança irá saltar e a corda ou barbante um pouco a frente. Ir aumentando a distância até a criança não conseguir mais.

Registre com vídeo você brincando e poste no grupo do whatsapp da sala ou envie no meu e-mail disponibilizado para os registros ou dúvidas: profthiagoeuca@gmail.com