

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

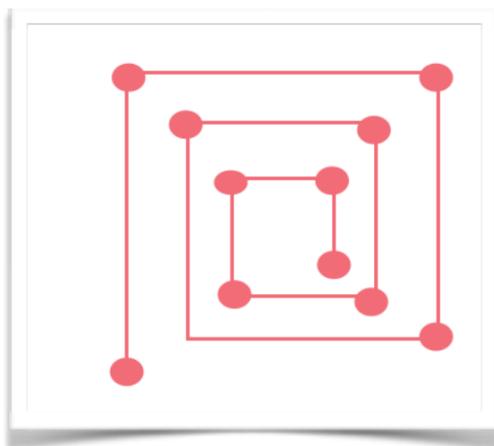
BRINCADEIRAS E JOGOS DA CULTURA POPULAR 5º ANO

Atividade 02

2ª Semana

Brincadeira 1- Labirinto

Esta é uma brincadeira popular de Moçambique que tem regras bem legais e muito fácil de brincar. Você pode desenhar o labirinto no chão ou mesmo no papel. Joga-se em duplas.



A cada rodada tira-se “Já quem pô”, quem vencer avança para cada marca do labirinto. Ganha o jogo quem chegar primeiro no centro do labirinto. Se jogar usando o papel, você deve usar duas pedrinhas ou tampinhas de garrafa.

Brincadeira 2 -Pular elástico

Para esta brincadeira você precisará de um elástico medindo aproximadamente três (3) metros, amarrando uma ponta na outra. São necessários três participantes. Uma dica: você pode improvisar este brinquedo usando meias-calças.

Duas pessoas, distantes dois metros uma da outra, colocam o elástico ao redor de suas pernas, formando um retângulo, o terceiro participante se posiciona ao lado do elástico esticado e pula no vão do retângulo, de diversas maneiras.(Por ex: pular dentro, pular fora, pular pisando no elástico, pular cruzando os pés). Para avançar no jogo você deve repetir a sequência em três alturas (tornozelo, joelho e coxa). Se você errar, deve passar a vez para o próximo participante e ficar no lugar dele segurando o elástico. Use a sua criatividade e invente várias maneiras de pular.

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