

CEMEI APARECIDA GUILHERME GARCIA

ROTINA SEMANAL DO APOSTILADO DO SISTEMA ETAPA.

DATA:16/08/2021 à 20/08/2021.

Professor(a) :Américo Alves Rossato ETAPA :2ª Etapa

Especialista: Educação Física.

SEGUNDA-FEIRA

16/08/2021.

4ªSEMANA 3ºBIMESTRE

Introdução as aulas de Educação Física.

1ª parte da aula: Alongamento e aquecimento explicados na 1ª e 2ª aula.

Atividade 1: Equilíbrio sobre a linha

Fazer uma risca ou colocar uma linha no chão de 2 a 3 metro. Falar para a criança passar se equilibrando sem pisar fora da linha. A criança deve ir andando de frente, andando de costa, andando de lado e se conseguir ir pulando com um pé só.

Atividade 2: Pular amarelinha

A amarelinha tradicional é desenhada no chão com giz e tem o formato de uma cruz, com um semicírculo em uma das pontas, onde está a palavra céu, lua ou cabeça.