**Atividade domiciliar de educação Física- Atividade remota**

**= AGOSTO=**

 PAIS E RESPONSÁVEIS, REALIZAR OS REGISTROS DAS ATIVIDADES ATRAVÉS DE FOTOS OU VÍDEOS E ME ENVIAR NO WHATSAPP PARTICULAR.

REALIZAR UMA ATIVIDADE POR SEMANA.

* Semana de 03 a 28/8/2020
* Professor Jean
* 1°B, C e 2°A,B,C
* Horas- 1 hora aula

ATIVIDADE 1 ;SEMANA 3 A 7/08/2020

​ BOLINHA NO BALDE; PARA ESTA ATIVIDADE VOCÊ PRECISARÁ DE UM BALDE QUE SERÁ O NOSSO ALVO.

OBJETIVO:​ ARREMESSAR A BOLINHA DENTRO DO BALDE.

 UTILIZE AS LINHAS DOS PISOS OU RISQUE AS LINHAS, CONFORME O DESENHO. POSICIONADO NA PRIMEIRA LINHA, PRÓXIMO AO BALDE, EXECUTE O ARREMESSO DA BOLINHA DENTRO DO BALDE. ACERTANDO, PASSE PARA A SEGUNDA LINHA E ASSIM POR DIANTE. CASO ERRE O ARREMESSO, REPETIR DA MESMA LINHA.

VARIAÇÕES: PARA AUMENTAR O GRAU DE DIFICULDADE, FAÇA OS ARREMESSOS DE DIFERENTES MANEIRAS.



ATIVIDADE 2;SEMANA 10 A 14/08/2020

​ BOLICHE

 ENUMERE AS GARRAFAS E POSICIONE-AS CONFORME A FIGURA ABAIXO. A CRIANÇASE POSICIONARÁ A CERTA DISTÂNCIA DOS PINOS (APROXIMADAMENTE 5 PASSOS) E DEVERÁ DERRUBÁ-LOS COM UM ARREMESSO DE CADA VEZ. A CADA RODADA CONTE OS PONTOS REFERENTE AOS NÚMEROS PINOS QUE CAÍRAM O OBJETIVO É ATINGIR A MAIOR PONTUAÇÃO.

VOCÊ TAMBÉM PODE FAZER A PONTUAÇÃO DA SEGUINTE FORMA:

PINO 1: 100 PONTOS PINO 2: 50 PONTOS PINO 3: 10 PONTOS PINO 4: PERDE METADE DOS PONTOS PINO 5: PERDE TUDO!

**ATIVIDADE 3; SEMANA 17 A 21/08/2020**

​ALONGAMENTO LÚDICO NESTA ATIVIDADE A CRIANÇA REALIZARÁ UM ALONGAMENTO LÚDICO. PARA COMEÇAR, DEVERÃO ESTAR SENTADAS E FAZEREM “PERNINHAS DE BORBOLETINHA”.

 AO CANTAR A MÚSICA DA ​BORBOLETINHA, A CRIANÇA DEVERÁ MEXER AS PERNAS COMO SE FOSSEM AS ASAS DA BORBOLETINHA. CANTAR APENAS UMA VEZ E DEPOIS CANTAR A MÚSICA BORBOLETÃO E REALIZAR OS MOVIMENTOS SOLICITADOS. REALIZAR DIFERENTES TIPOS DE ALONGAMENTOS APÓS A MÚSICA DO BORBOLETÃO. MÚSICA PARA ALONGAMENTO: BORBOLETINHA, BORBOLETINHA, TÁ NA COZINHA /FAZENDO CHOCOLATE PARA MADRINHA/POTI, POTI, PERNA DE PAU/OLHO DE VIDRO E NARIZ DE PICA PAU.

MÚSICA PARA ALONGAMENTO: BORBOLETÃO, BORBOLETÃO, TÁ NO FOGÃO/FAZENDO MACARRÃO PARA O SEU JOÃO. / E BATE AS MÃOS/E AGORA AS ASAS/E DÁ UM PULO/ E DEPOIS UMA ABAIXADA.

 LINK DO VÍDEO EXPLICATIVO:<https://www.youtube.com/watch?v=-tXGAsAaxnU&feature=youtu.be>

 AGORA VOCÊ DEVERÁ REALIZAR OS MOVIMENTOS IGUAIS AS IMAGENS ABAIXO. VAMOS TENTAR!



ATIVIDADE 4; SEMANA 24 A 28/08/2020

JOGO DA VELHA

Para esta atividade vamos precisar de giz, carvão, fita crepe ou sulfite. Precisaremos, também, de dez tampinhas de garrafa, 5 de cada cor, ou dois tipos de marcadores diferentes (Por exemplo: 5 feijões e 5 grãos de milho). Desenhe o “jogo da velha” no chão ou na folha sulfite, conforme o modelo abaixo, e deixeos marcadores separados e longe do desenho do “jogo da velha”. Ao sinal, cada jogador deverá pegar apenas uma tampinha ou marcador por vez, correr até o desenho, colocar em uma casinha, voltar, pegar outra e assim até que o jogador coloque três tampinhas em uma linha reta, podendo ser vertical ( | ), horizontal ( \_ ) , ou diagonal ( / ). O jogador que conseguir colocar as tampinhas em alguma dessas linhas ganhará o jogo. Se acabar todas as tampinhas e ninguém colocar 3 tampinhas em linha, o jogo ficará empatado. A dica é: depois que colocar a primeira tampinha, não precisará esperar o outro jogador para colocar a próxima

