



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIBEIRÃO CORRENTE
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
“ESCOLA MUNICIPAL FARID SALOMÃO”

ATIVIDADES DOMICILIARES
DISTANCIAMENTO SOCIAL – COVID 19
Atividade domiciliar de Educação Física- Atividade Remota

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

1º C e D e 2º C

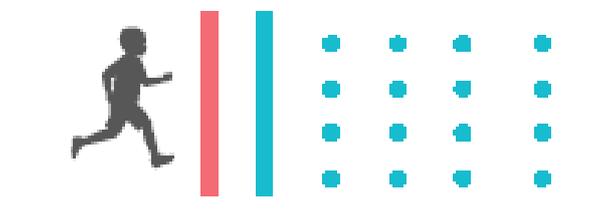
REALIZAR UMA ATIVIDADE POR SEMANA.

- **Atividades de 05 a 30/04/2021 -**

ATIVIDADE 1 - SEMANA 05 A 09/04/2021 – AUMENTA-AUMENTA

MATERIAL NECESSÁRIO: ALGUM MATERIAL PARA FAZER DUAS LINHAS NO CHÃO (GIZ OU CARVÃO OU BARBANTE OU CORDA ETC.).

A BRINCADEIRA FUNCIONA DA SEGUINTE MANEIRA: AS DUAS LINHAS DEVERÃO FICAR PARALELAS, UMA DE FRENTE PARA A OUTRA, COM UMA DISTÂNCIA BEM PEQUENA. A CRIANÇA DEVERÁ VIR CORRENDO E SALTAR SOBRE AS LINHAS DE MODO A CHEGAR DO OUTRO LADO. NA PRÓXIMA RODADA AS LINHAS DEVERÃO SER AFASTADAS UM POUCO E A CRIANÇA REPETE A ATIVIDADE. VAI AUMENTANDO AOS POUCOS ATÉ QUE A CRIANÇA NÃO CONSIGA PASSAR PELAS LINHAS.



ATIVIDADE 2 - SEMANA 12 A 16/04/2021 – RIO VERMELHO

MARQUE DOIS ESPAÇOS UM DE FRENTE PARA O OUTRO (PODEM SER DUAS PAREDES, DUAS LINHAS RISCADAS NO CHÃO OU DUAS CORDAS NO CHÃO):



A CRIANÇA FICA DO LADO **A** E DEVE PASSAR PARA O LADO **B** E DEPOIS DO LADO **B** PARA O LADO **A** FAZENDO MOVIMENTOS DIFERENTES CONFORME VOCÊ FOR PEDINDO:

ATRAVessar pulando com um pé só. Atravessar imitando um leão. Atravessar saltando com os dois pés. Atravessar andando de costas. Atravessar com passinhos de formiga. Com passos de gigante. Atravessar correndo o mais rápido que conseguir. Atravessar de lado como um caranguejo. Igual um sapo. Atravessar girando em pé. Atravessar marchando

COMO SOLDADO. ATRAVESSAR SALTANDO DE COSTAS. ATRAVESSAR DO JEITO QUE MAIS GOSTOU OU DE UM JEITO DIFERENTE QUE A CRIANÇA ESCOLHER.

ATIVIDADE 3 – SEMANA 19 A 23/04/2021–ATIVIDADE AVALIATIVA

MATERIAL NECESSÁRIO: LÁPIS E PAPEL

NESTA SEMANA OS ALUNOS FARÃO UM DESENHO DE UMA DAS BRINCADEIRAS/ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NESTE BIMESTRE. PEÇA PARA QUE ELES LEMBREM AS ATIVIDADES QUE FIZERAM DE EDUCAÇÃO FÍSICA, ESCOLHAM UMA QUE ACHOU BEM LEGAL E FAÇA UM DESENHO DE COMO FOI A ATIVIDADE. COLOCAR O NOME DA ATIVIDADE/BRINCADEIRA.

ATIVIDADE 4 – SEMANA 26 A 30/04/2021–MORTO - VIVO

NESTA ATIVIDADE, O ADULTO QUE ESTIVER AUXILIANDO NA ATIVIDADE SERÁ O “LÍDER” E FICARÁ RESPONSÁVEL POR DAR AS INSTRUÇÕES AO ALUNO.

QUANDO O LÍDER DISSER: ‘MORTO!’, A CRIANÇA TERÁ QUE AGACHAR. QUANDO O LÍDER DISSER: ‘VIVO’, A CRIANÇA TERÁ QUE DAR UM PULINHO E FICAR EM PÉ. QUANDO O LÍDER DISSER: ‘MUITO MORTO’, A CRIANÇA DEITARÁ NO CHÃO. QUANDO O LÍDER DISSER: ‘MUITO VIVO’, A CRIANÇA DARÁ UM PULO BEM ALTO COM OS BRAÇOS PARA CIMA.

SE ERRAR O COMANDO, INICIA NOVAMENTE.

A VELOCIDADE DOS COMANDOS DEFINE A DIFICULDADE DA BRINCADEIRA. PODE FAZER UMA VEZ FALANDO DEVAGAR E DEPOIS FALAR A SEQUÊNCIA MAIS RAPIDAMENTE.

AQUI ESTÁ UMA SUGESTÃO DE SEQUÊNCIA DOS COMANDOS PARA SER UTILIZADA:

MORTO! – VIVO! – VIVO! – MORTO! – MUITO MORTO! – MUITO VIVO! – MORTO! – MORTO! – VIVO! – MUITO VIVO! – MORTO! – VIVO – MUITO VIVO!!!