

# **ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**



**3º BIMESTRE**

***Ginástica***

**2º ANO**

# CONHEÇA AS OLIMPIÁDAS



<https://www.youtube.com/watch?v=WhqdOINGjXU>

# CONHEÇA A HISTÓRIA



Os Jogos Olímpicos tiveram origem em Olímpia (Grécia antiga) em meados de 776 a.C.

Naquele período, os jogos eram realizados em homenagem aos deuses gregos, sendo que Zeus era o mais homenageado. Além disso, os jogos eram realizados com a intenção de promover a amizade e integração entre os povos.

As Olimpíadas são um evento esportivo mundial no qual participam diversos países com a finalidade estimular a competição saudável entre os povos. As Olimpíadas tiveram origem na cidade de Olímpia e eram disputados os seguintes jogos: atletismo, pugilato, pentatlo, corrida de bigas e pancrácio.

Considerado o maior evento esportivo do planeta, os Jogos Olímpicos têm como objetivo estimular a competição sadia entre os povos dos cinco continentes. Como já dizia o Barão de Coubertin (Pierre de Coubertin), considerado o fundador dos Jogos Olímpicos da Era Moderna, **“o importante não é vencer, mas competir”**.

# CONHEÇA A HISTÓRIA



**OLIMPIADAS / CURIOSIDADES:** <https://www.youtube.com/watch?v=3vPHrGzr5c>

# Ginástica: **ESTÁTUAS MUSICAIS**



Convide a criança a encontrar o seu próprio espaço na área de jogo. Quando a música é tocada, a criança se move pela área usando habilidades locomotoras, como caminhar, correr, pular, pular, pular, etc.

Quando a música parar, a criança deve realizar um equilíbrio e mantê-lo contando até cinco. Reinicie a música e altere a habilidade locomotora para repetir a atividade.

# Ginástica: ESTÁTUAS MUSICAIS



## VARIAÇÕES:

- Varie o andamento da música e incentive os alunos a acompanhar a batida, promovendo assim a compreensão do ritmo.

# Ginástica: ANDE NA LINHA



A criança caminha ao longo de uma linha no chão (pode ser , uma linha pintada no chão, uma tira de fita adesiva ou uma linha de marcadores).

Convide a criança a:

- virar completamente no meio sem perder o equilíbrio ou cair da linha
- completar a tarefa com os olhos fechados (em pares com um aluno servindo como guia)
- mantenha uma forma e conte até três enquanto eles se equilibram na linha.

# Ginástica: ANDE NA LINHA



## VARIAÇÕES:

- Complete a atividade com um parceiro, incluindo um equilíbrio em pares.
- Você consegue se movimentar em torno de seu parceiro sem sair da linha?