

ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1º BIMESTRE

2º ANO



ELÁSTICO

Materiais: vários elásticos de tecido de aproximadamente 10 cm de largura e 3 metros de comprimento, daqueles que se usam na costura de roupas. Duas crianças ficam distantes, aproximadamente, 2 a 3 metros um do outro e o terceiro se posiciona entre os dois. A brincadeira tem início com o elástico posicionado na altura dos tornozelos dos estudantes que estão nas extremidades. A criança que está no meio inicia a brincadeira com saltos de fora do elástico e realiza saltos verticais. Auxilie as crianças a se organizarem em trios e, a seguir, explique e apresente a eles as instruções da brincadeira: 1. Duas crianças, distantes 2 metros uma da outra, colocam o elástico ao redor dos tornozelos, formando um retângulo. 2. O terceiro participante se posiciona ao lado do elástico esticado e pula no vão do retângulo com os dois pés dentro dele. 3. Depois pula para fora, deixando o vão entre as próprias pernas. 4. Pula para a esquerda, mantendo um pé fora e outro dentro do vão, e repete o mesmo salto para a direita. 5. Retorna para fora, deixando o vão entre as pernas para realizar outro salto, agora pulando sobre o elástico com os dois pés, um em cada lado do elástico, prendendo-o ao chão. 6. Pula com os dois pés dentro do vão, liberando o elástico para o próximo salto. 7. Pula para fora do elástico, com os pés juntos do mesmo lado. 8. Por fim, faz uma manobra de gancho, usando os dois pés paralelos para levar um lado do elástico até o outro lado, transpassando-o. A atividade prossegue com o elástico posicionado até o prolongamento dos braços, acima da cabeça.



ELÁSTICO



MILA HORTENCIO

////
Brincadeira do elástico.

<https://www.youtube.com/watch?v=Wtegw8D1XA8>



ESCONDE-ESCONDE

Materiais: colchonetes, caixas de papelão, tatame.

Escolha o local para a prática da atividade. Se possível ou necessário, com o auxílio de tatames, caixas de papelão ou colchonetes, monte alguns esconderijos para aumentar as possibilidades para as crianças. Escolha quem será o pegador da primeira rodada e quem serão os fugitivos. A atividade, então, pode ser realizada da seguinte maneira:

1. O pegador deve ficar com os olhos fechados em frente a um local para “bater cara”, também chamado de “pique”, concentrado em uma atividade de contar até certo número combinado entre os participantes (até 10 ou até 20, normalmente), até que todos se escondam.
2. Ao concluir a contagem, o pegador anuncia “lá vou eu”, saindo, então, em busca de encontrar cada participante em seu esconderijo.
3. Ao localizar um participante, o pegador deve correr até o “pique” e bater no local três vezes com a mão, anunciando para que todos ouçam de onde estiverem “um, dois, três, Fulano pego”. Por sua vez, o participante que for descoberto no esconderijo deve esforçar-se para chegar ao “pique” antes do pegador, anunciando em voz alta “um, dois, três, Fulano salvo”, batendo a mão três vezes no “pique”.
4. A brincadeira segue até que todos sejam pegos.



ESCONDE-ESCONDE

IAKOV FILIMONOV/SHUTTERSTOCK



Brincadeira esconde-esconde. Fotografia de 2018.

<https://www.youtube.com/watch?v=RI7HSp2f5sw>



CORRE CUTIA

Material: lenço ou qualquer objeto pequeno.

1. Disponha as crianças em roda e peça-lhes que se sentem no chão.
2. Escolha quem será a primeira criança, que deverá andar em volta da roda, enquanto os demais cantam a cantiga:
“Corre cutia, na casa da tia. Corre cipó, na casa da avó. Lencinho na mão, caiu no chão. Moça bonita, do meu coração. Posso jogar? Pode! Ninguém vai olhar? Não!”.
3. Ao final da cantiga, as crianças que estão na roda devem fechar os olhos, enquanto a que está com o lenço deve colocá-lo atrás de um dos colegas.
4. Ao comando do responsável, todos devem abrir os olhos e observar se o lenço está atrás de si.
5. A criança que estiver com o lenço deve levantar-se e correr atrás do colega que o colocou nas costas dela, correndo em torno da roda, tentando pegá-lo.
6. O colega deve fugir e tentar ocupar o lugar deixado vago sem ser pego.
7. Se ele for pego antes de se sentar, deverá continuar na mesma função. Caso consiga sentar-se, a criança que encontrou o lenço caminhará em torno da roda para deixá-lo atrás de outro participante, e assim segue a dinâmica da brincadeira.



CORRE CUTIA

FERNANDO FAVRETTO/CPRIAR IMAGEM



Brincadeira corre cutia. Fotografia de 2013.

<https://www.youtube.com/watch?v=NjVsyDeuLV0>

TIPOS DE PEGA-PEGA

Pega-pega americano

O jogo começa com um pegador. As crianças que forem pegos devem ficar parados, com as pernas afastadas, de modo que outro fugitivo possa passar engatinhando entre elas, dando-lhe a oportunidade de voltar a fugir.

Pega-pega gelo

O jogo se inicia com um pegador. Os fugitivos devem se espalhar pelo espaço disponível para a realização da brincadeira. Os que forem pegos precisam ficar parados (congelados na mesma posição em que foram tocados), podendo voltar a correr quando algum fugitivo tocar em qualquer parte de seu corpo.



TIPOS DO PEGA-PEGA



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



BATATA QUENTE

Material: bola ou outro objeto que possa ser manuseado com facilidade e segurança

Procedimentos: Um dos alunos deve ficar fora do círculo, de costas para ele ou de olhos fechados. É ele quem vai dar o comando “Queimou!”.

Os demais participantes precisam passar a bola (ou o objeto escolhido) de mão em mão, um para o outro, ao mesmo tempo que cantam: “Batata quente, quente, quente, quente...”.

Quando o aluno de fora disser “Queimou!”, o participante que ficar com o objeto troca de lugar com ele e passa a dar o comando.

Certifique-se de que todos deem o comando pelo menos uma vez.



BATATA QUENTE



casadaeducacao.com.br

<https://www.youtube.com/watch?v=AN0xLjMZdMI>



REFERÊNCIAS

Buriti mais educação física: manual do professor / organizadora Editora Moderna; obra coletiva concebida, desenvolvida e produzida pela Editora Moderna ; editora responsável Marisa Martins Sanchez. 1. ed. São Paulo: Moderna, 2021. (Buriti mais educação física ; v. 1) 1o e 2o anos: ensino fundamental: anos iniciais; Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Presente mais educação física: manual do professor. 1. ed. São Paulo: Moderna, 2021. Vários autores. 1º e 2º anos: ensino fundamental: anos iniciais; Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

