



ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

4º BIMESTRE

Esportes de marca e precisão

2º ANO

TAMPINHAS NA CAIXINHA

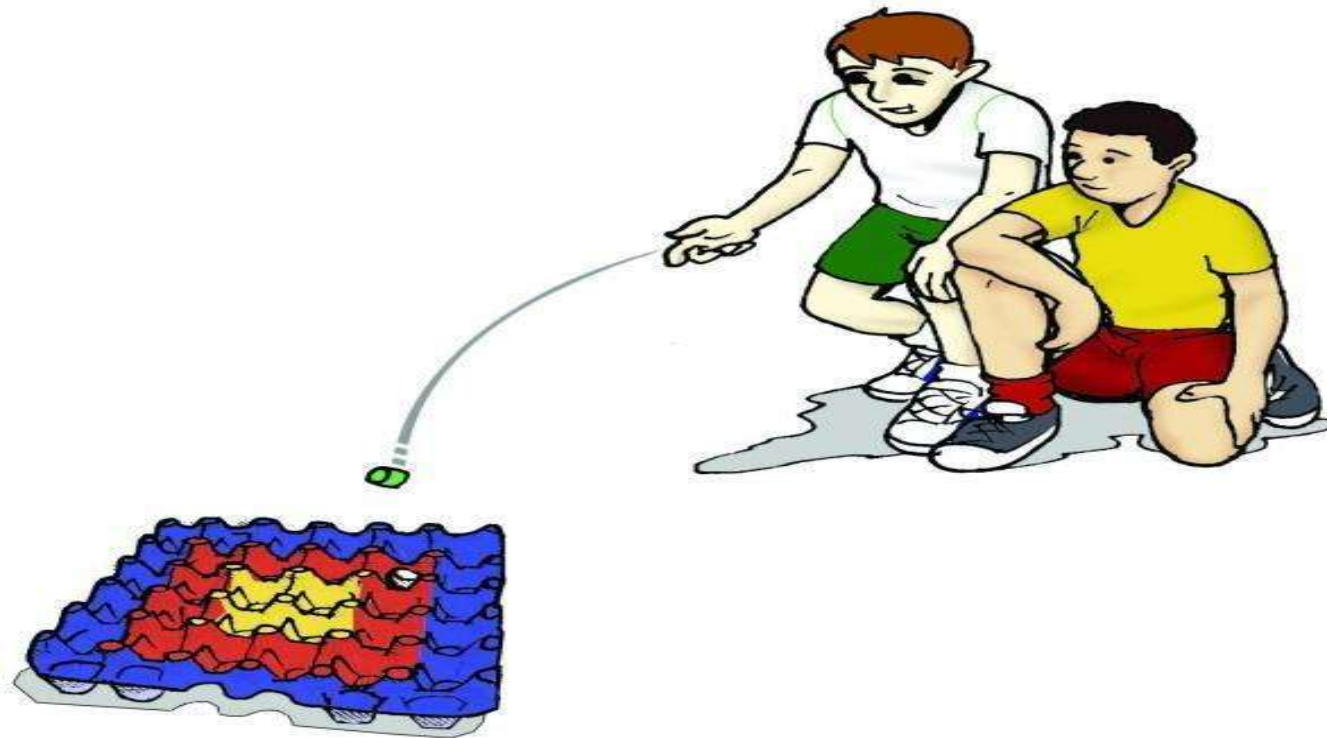
Materiais: embalagem para ovos, caixa de sapatos ou qualquer caixa pequena. Não havendo divisões na caixa, criá-las com o uso de papelão ou colocar dentro dela pequenas vasilhas plásticas. Tampinhas de garrafa plástica ou bolinhas de papel.

Desenvolvimento: sentada no chão, a criança irá lançar as tampinhas, com o objetivo de colocá-las dentro da caixa.

Variações: tampinhas ou bolinhas de papel com cores diferentes, para diversificar a pontuação. Aumentar ou diminuir a distância entre a criança e a caixa. Utilizar os dois braços para os lançamentos. Lançar de frente, de costas, de lado e com os olhos fechados.



TAMPINHAS NA CAIXINHA



<https://www.youtube.com/watch?v=InopCbtwhjo&feature=youtu.be>



BOLICHE

Materiais: bolas, garrafas PET, papel crepom, cartolina e canetinhas hidrográficas. Na ausência de materiais para o boliche, sugerimos a utilização de opções alternativas, com orientações para confecção:

1. Pinos: utilize dez garrafas PET e encha-as com papel crepom. 2. Bola: pode-se utilizar bola comum ou confeccionar uma com meia ou papel crepom. 3. Painel de pontuação: utilize uma cartolina e canetinhas coloridas para diferenciar as equipes. Leve as crianças para um local plano e forme pequenos grupos de aproximadamente três integrantes. Distribua igualmente a cada grupo o mesmo número de pinos por pista, e estabeleça diferentes distâncias de marcação no chão do local de lançamento. Antes de iniciar a atividade, elabore com as crianças, as regras básicas do boliche.



BOLICHE



ILUSTRAÇÕES: MILA HORTÊNCIO

//////
Boliche com garrafa PET.

<https://www.youtube.com/watch?v=36cFSSEzIW4>



CORRIDA DE VELOCIDADE

A criança irá realizar uma corrida de ida e volta. A distância será de 25 passos grandes, lembrando que é ida e volta. Marque o tempo da sua primeira corrida e repita novamente sempre marcando o tempo em um papel e depois envie para seu professor.



CORRIDA DE VELOCIDADE



<https://youtu.be/-zjUY2uJBKU>



SALTO EM DISTÂNCIA

Materiais: trena, giz ou fita crepe, colchão.

Na organização dessa atividade, deve-se dar preferência a locais com superfícies diferentes, de modo que as crianças possam analisar as características desses ambientes no momento da execução dos saltos para amortecer os impactos, tais como gramado e caixa de areia. Na ausência dessas superfícies, deve-se ter um cuidado maior com a aterrissagem e com equilíbrio ao final do salto. Explore a oralidade das crianças questionando sobre as características físicas; por exemplo: duro e macio. Peça-lhes que avaliem o espaço mais seguro para realizar as atividades.



SALTO EM DISTÂNCIA



//////
Criança saltando um "riacho".

https://www.youtube.com/watch?v=k_TgZZjNayQ



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)

