



ESCOLA



sem

MUROS



#fiqueemcasa

ESCOLA
MADRE CECÍLIA
TAUBATÉ

EMEEEIF MADRE CECÍLIA



EDUCAÇÃO FÍSICA

“MOVIMENTE-SE!”

SEMANA 25



OBJETIVOS



DESENVOLVER A:
COORDENAÇÃO MOTORA, AGILIDADE E EQUILÍBRIO.



HABILIDADES



(HCEF02EF08SP)

PLANEJAR E UTILIZAR ESTRATÉGIAS PARA A EXECUÇÃO DE COMBINAÇÕES DE ELEMENTOS BÁSICOS DA GINÁSTICA E DA GINÁSTICA GERAL, DE FORMA INDIVIDUAL E EM PEQUENOS GRUPOS.



VOCÊ PRECISARÁ DE:

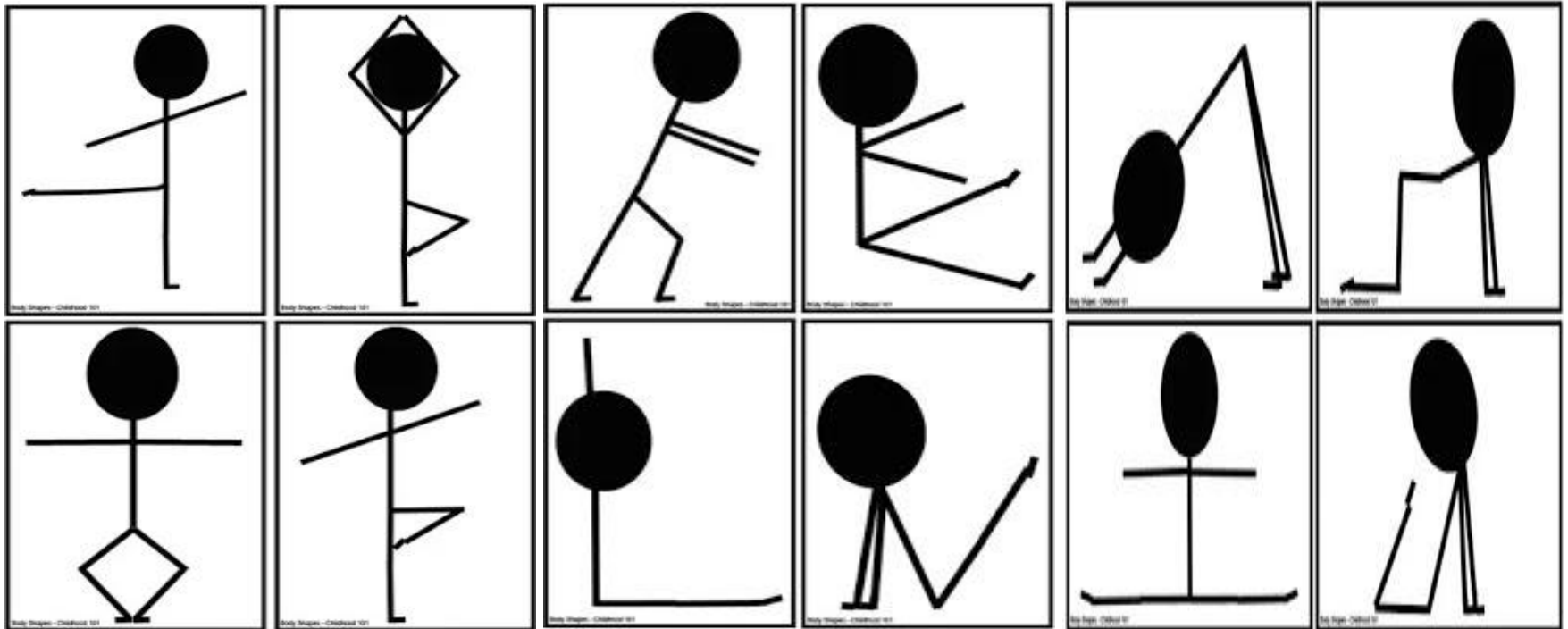
- TESOURA





MOVIMENTE-SE !!!

RECORTE AS FIGURAS QUE DEVERÃO FICAR NAS MÃOS DO RESPONSÁVEL PARA EXECUÇÃO DA ATIVIDADE.





MOVIMENTE-SE !!!

O RESPONSÁVEL COM AS FIGURAS EM MÃOS, LEVANTARÁ UM QUADRADO E MOSTRARÁ PARA O ALUNO QUE DEVERÁ IMITAR A FIGURA, E ASSIM POR DIANTE, MOSTRANDO UMA FIGURA DE CADA VEZ.





MOVIMENTE-SE !!!

AUMENTE A DIFICULDADE, LEVANTANDO 2 FIGURAS AO MESMO TEMPO, ESPERE A EXECUÇÃO DAS DUAS IMITAÇÕES E REPITA VÁRIAS VEZES, LEVANTANDO DE DOIS EM DOIS.





ORIENTAÇÕES:

- OS RESPONSÁVEIS PODEM AUXILIAR O PARTICIPANTE SE NECESSÁRIO, ORIENTANDO OS MOVIMENTOS POR VOZ PARA QUE O EDUCANDO EXECUTE-O.
- PODE-SE TAMBÉM SER FEITO SENTADO EM UMA CADEIRA, FAZENDO AS MOVIMENTAÇÕES APENAS COM AS MÃOS. ESSA ORIENTAÇÃO É INDICADA PARA CADEIRANTES.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS



REFERÊNCIAS:

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. 2ª versão. Brasília: MEC, 2016.

KUNZ, E. Educação Física: ensino e mudanças. Ijuí: UNIJUÍ, 1991.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. Lazer e educação. 2. ed. Campinas: Papirus, 1990, p. 164.
ROSADAS, S. C. de. Atividade Física Adaptada e Jogos Esportivos para o Deficiente. Eu posso. Vocês duvidam? Rio de Janeiro / São Paulo: Atheneu, 1989.

WINNICK. J.P. Educação Física e Esportes Adaptados. 3 ed. Barueri - SP: Manole, 2004.