



## SEMANAS 3 e 4 SALA DE AULA



Disciplina: Educação Física

1ª e 2ª séries da EJA

### EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR



 A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR FOI MUITO INFLUENCIADA PELA PANDEMIA DO COVID-19. SE POR UM LADO, DURANTE A MAIOR PARTE DO ANO PASSADO, OS ESTUDANTES NÃO PUDERAM PRATICAR JOGOS, ESPORTES E OUTRAS ATIVIDADES NAS ESCOLAS, POR OUTRO LADO, PODE-SE OBSERVAR ALGUNS PONTOS POSITIVOS:

- DIVERSAS ESCOLAS AMPLIARAM O USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS;
- A UTILIZAÇÃO DE DOCUMENTÁRIOS, VÍDEOS E OUTRAS ATIVIDADES POSSIBILITARAM NOVAS APRENDIZAGENS SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA;
- EMBORA COM PRÁTICAS RESTRITAS, DIVERSOS TEMAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA PUDERAM SER TRABALHADOS À DISTÂNCIA, TAIS COMO OS JOGOS, ESPORTES, DANÇAS, GINÁSTICA E LUTAS.

#### **MEXA-SE!**

DURANTE ESSE ANO, VAMOS MANTER INICIALMENTE ATIVIDADES À DISTÂNCIA, MAS NÃO PODEMOS ESQUECER A IMPORTÂNCIA DE NOS MOVIMENTARMOS PARA AJUDAR NO DESENVOLVIMENTO FÍSICO E NA SAÚDE.



 AGORA É A SUA VEZ!!!

1) REFLITA E RESPONDA ORALMENTE:

A) VOCÊ PRATICAVA ALGUMA ATIVIDADE FÍSICA ANTES DA PANDEMIA?  
CONSEGUIU CONTINUAR OU PRECISOU PARAR?

B) VOCÊ ACHA IMPORTANTE PRATICAR UMA ATIVIDADE FÍSICA? POR QUÊ?

C) VOCÊ SENTIU FALTA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PRESENCIAIS?

2) ASSINALE NA LISTA ABAIXO, AS ATIVIDADES QUE TE DÃO PRAZER:

( ) CAMINHAR/CORRER NA PRAIA

( ) DANÇAR

( ) JOGAR BOLA

( ) FAZER EXERCÍCIOS EM CASA

( ) FREQUENTAR ACADEMIA

( ) ALONGAMENTO



## **FAÇA O SEU MELHOR!**

ENFRENTAR OS DESAFIOS E SUPERAR AS DIFICULDADES FAZ PARTE DA VIDA DAS PESSOAS. COMPROMETA-SE A FAZER O SEU MELHOR NESSE ANO. SE TIVER ACESSO À INTERNET, VEJA ESSE VÍDEO:



TENHA GARRA. NUNCA DESISTA. 03:17

<https://youtu.be/6Nmna8gBqbY>