



SEMANAS 21 e 22

SALA DE AULA



Disciplina: Educação Física

Infantil I

ESPORTES

EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR



OLÁ! NESTA ATIVIDADE, FALAREMOS SOBRE ESPORTES!!! SABE O QUE É UM ESPORTE? CONHECE MUITOS ESPORTES?

ESPORTES SÃO ATIVIDADES QUE FAZEMOS MOVIMENTANDO NOSSO CORPO E QUE TÊM FORMAS CERTAS DE JOGAR.

VAMOS FAZER DOIS CIRCUITOS: VOCÊ VAI VIRAR UM SUPERATLETA QUE FAZ VÁRIOS ESPORTES, OK?

CIRCUITO 1 - SEPARE UM ESPAÇO NA SUA CASA, CONFORME A IMAGEM ABAIXO.

COLOQUE UMA BOLINHA DE PAPEL E UM BALDE (CESTO OU POTE) EM UM DOS CANTOS E FIQUE EM OUTRA PONTA, COMO O MENINO DO DESENHO AO LADO. PREPARADO? VAMOS LÁ!

PARA COMEÇAR, VOCÊ SERÁ UM **NADADOR** E DEVERÁ IR ATÉ A OUTRA PONTA, RODANDO OS BRACINHOS COMO SE ESTIVESSE NADANDO.

AGORA, VOCÊ VIROU UM **JOGADOR DE BASQUETE** E DEVERÁ CAMINHAR ATÉ A BOLINHA DE PAPEL, FAZENDO DE CONTA QUE ESTÁ BATENDO A BOLA NO CHÃO. CHEGANDO NA BOLINHA, PEGUE E ARREMESE, FAZENDO CESTA!!!

AGORA, VOCÊ É UM **GINASTA** E DEVERÁ IR ATÉ A OUTRA PONTA FAZENDO AVIÃO, COMO APRENDEMOS NA ATIVIDADE ANTERIOR.

CHEGAMOS NA ÚLTIMA ETAPA, ONDE VOCÊ DEVERÁ **SALTAR** O MAIS LONGE QUE CONSEGUIR.

PARABÉNS!!! ESSA VOCÊ VENCEU!



CIRCUITO 2 – NO MESMO ESPAÇO, VOCÊ TROCARÁ O BALDE POR UM PAR DE CHINELOS, AFASTADOS, FORMANDO UM “GOL”. A BOLINHA DE PAPEL FICARÁ COM VOCÊ, NO CHÃO, NO INÍCIO DO CIRCUITO.

PARA COMEÇAR, VOCÊ SERÁ UM **JOGADOR DE FUTEBOL** E DEVERÁ LEVAR A BOLA COM OS PÉS ATÉ A PONTA. QUANDO CHEGAR LÁ, CHUTARÁ A BOLINHA TENTANDO FAZER UM GOL, OU SEJA, ELA DEVERÁ PASSAR ENTRE OS DOIS CHINELOS.

AGORA VOCÊ VIROU UM **CORREDOR** E DEVERÁ CORRER, O MAIS RÁPIDO QUE CONSEGUIR, ATÉ O PRÓXIMO ESPAÇO.

CHEGANDO LÁ VOCÊ SE TORNARÁ UM **CARATECA** E IRÁ ATÉ O FINAL DANDO SOCOS NO AR, COMO SE ESTIVESSE LUTANDO CONTRA UM AMIGO IMAGINÁRIO.

MUITO BEM!!! VOCÊ VENCEU NOVAMENTE!



“A atividade física não é apenas uma das mais importantes chaves para um corpo saudável. Ela é a base da atividade intelectual criativa e dinâmica.”

John F. Kennedy