



CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL FREI SILVANO

DIRETORA: TATIANA GUERRA

PROFESSORA: DÉBORA LÚCIA ZANATTO

ALUNO(A):.....

TURMA: 1º ANO

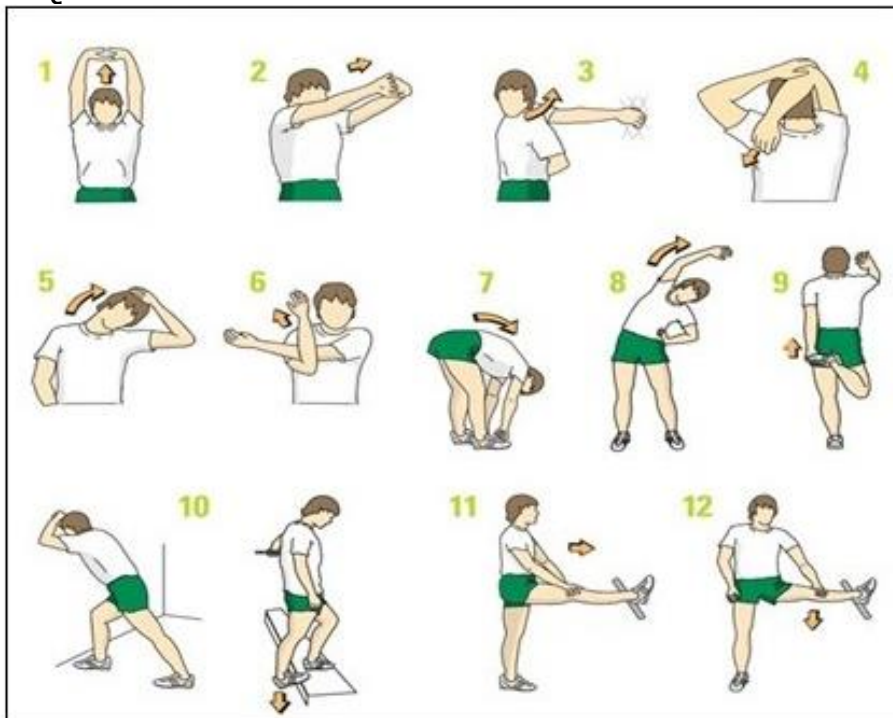
TURNO:

ANO: 2021

EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADE 1

ALONGAMENTOS: 20 SEGUNDOS PARA CADA EXERCÍCIO – SEGUIR A SEQUENCIA.



EM UM POTE, MISTURE DOIS TIPOS DE FEIJÕES DIFERENTES OU PODE SER FEIJÃO PRETO E MILHO. (DISTRIBUA UMA GRANDE QUANTIDADE). PEÇA PARA A CRIANÇA SEPARAR OS ALIMENTOS DE ACORDO COM A SUA COR. ISSO AJUDARÁ A DESENVOLVER A SUA ATENÇÃO E A COORDENAÇÃO MOTORA FINA, TRABALHANDO O MOVIMENTAR DO PINÇAR COM OS DEDOS.



CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL FREI SILVANO
Rua Dom Daniel Hostin/245 - Bairro: Vila Nova - Água Doce SC - Fone/Fax : (49) 3524-0467
E_mail: fsilvano@aguadoce.sc.gov.br /Blog:www.freisilvano.blogspot.com

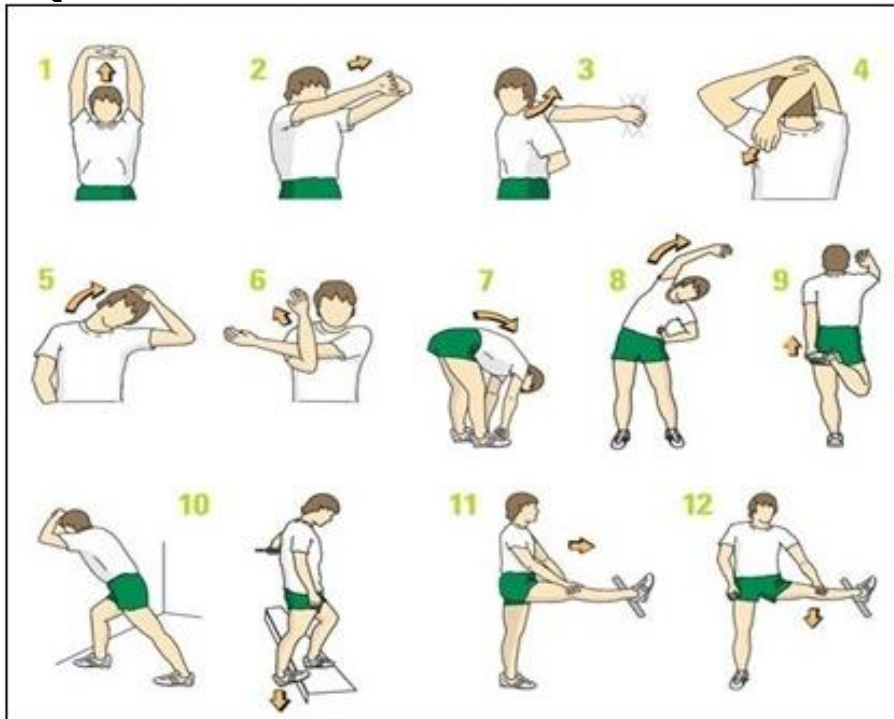




EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADE 2

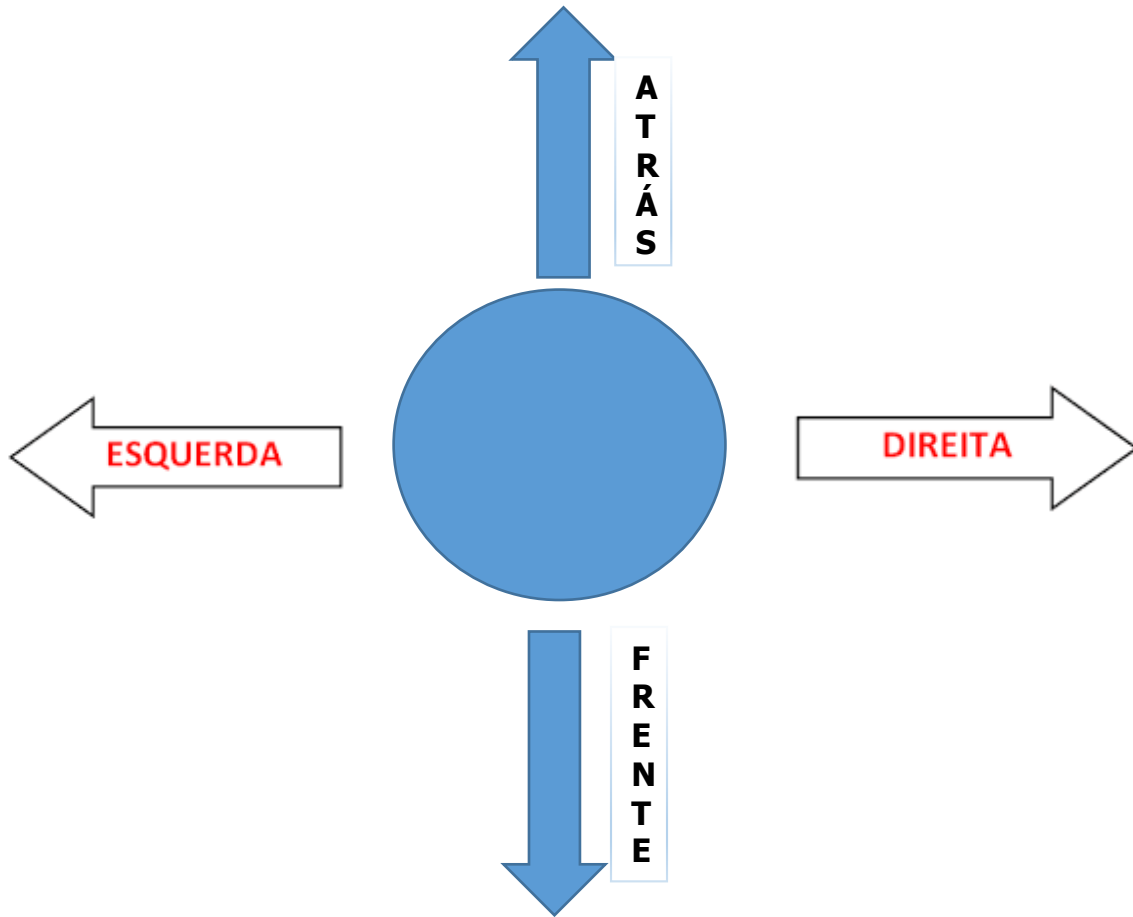
ALONGAMENTOS: 20 SEGUNDOS PARA CADA EXERCÍCIO – SEGUIR A SEQUENCIA.



DEVERÁ SER DESENHADO NO CHÃO UM CÍRCULO (SE TIVER PODE SER BAMBOLÊ) ONDE A CRIANÇA FICA DENTRO, UM ADULTO DARÁ OS COMANDOS: PARA FRENTE, PARA A DIREITA, PARA A ESQUERDA, PARA TRÁS. A BRINCADEIRA COMEÇA DEVAGAR ATÉ A CRIANÇA ENTENDER, REPETIR VÁRIAS VEZES.



CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL FREI SILVANO
Rua Dom Daniel Hosten/245 - Bairro: Vila Nova - Água Doce SC - Fone/Fax : (49) 3524-0467
E_mail: fsilvano@aguadoce.sc.gov.br /Blog:www.freisilvano.blogspot.com

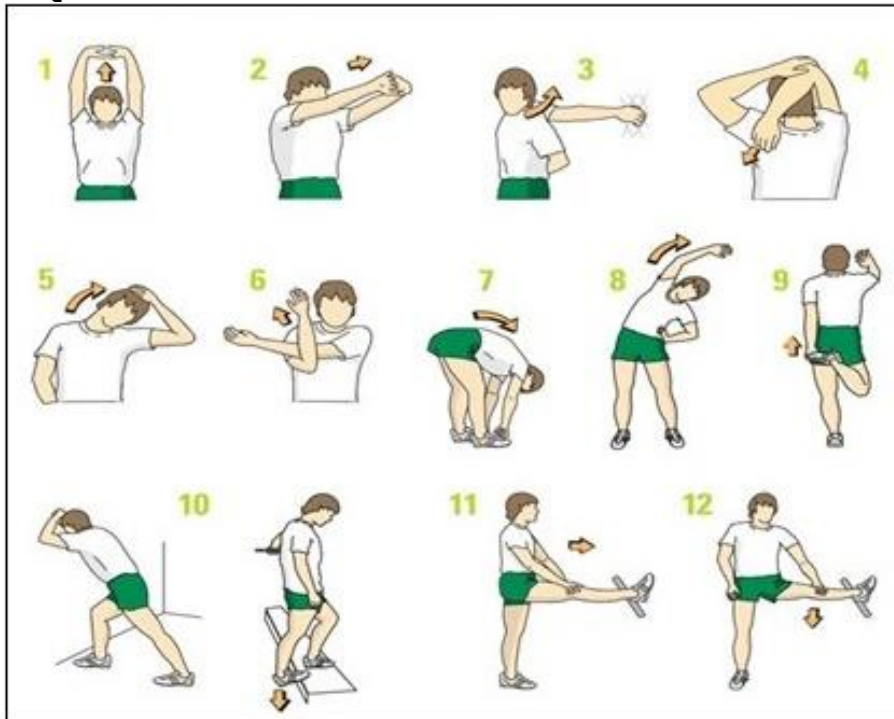




EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADE 3

ALONGAMENTOS: 20 SEGUNDOS PARA CADA EXERCÍCIO – SEGUIR A SEQUENCIA.



PARA ESTA ATIVIDADE CHAME ALGUM FAMILIAR PARA TE AJUDAR!
PRIMEIRO DEVE SER ESCOLHIDO UM TEMA, POR EXEMPLO: FRUTAS. EM SEGUIDA, FRENTE A FRENTE COM UMA BOLA, COMEÇAM A JOGAR UM PARA O OUTRO E VÃO FALANDO AS LETRAS DO ALFABETO. A,B,C,D,E.... QUEM DEIXAR A BOLA CAIR DEVERÁ FALAR UMA FRUTA QUE COMECE COM A LETRA DA VEZ. POR EXEMPLO: SE A BOLA CAIU AO FALAR A LETRA "M", QUEM DEIXOU CAIR PODERÁ DIZER MAMÃO, MELANCIA, MAÇÃ. CONTINUA A BRINCADEIRA ATÉ QUE DIVERSAS LETRAS TENHAM CAIDO. PODE TAMBÉM MUDAR O TEMA SE QUISER.



CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL FREI SILVANO
Rua Dom Daniel Hostin/245 - Bairro: Vila Nova - Água Doce SC - Fone/Fax : (49) 3524-0467
E_mail: fsilvano@aguadoce.sc.gov.br /Blog:www.freisilvano.blogspot.com

