

EDUCAÇÃO FÍSICA 2ª SEMANA

TEMA: ESPORTES DE MARCA - PARTE 2

QUERIDA CRIANÇA, VAMOS CONTINUAR NOSSA APRENDIZAGEM SOBRE OS ESPORTES DE MARCA?

BREVE APRESENTAÇÃO:

OS ESPORTES DE MARCA SÃO AQUELES EM QUE OS COMPETIDORES DISPUTAM ATRAVÉS DA COMPARAÇÃO ENTRE SUAS MARCAS. NAS CORRIDAS, POR EXEMPLO, VENCE QUEM REALIZAR O PERCURSO NO MENOR TEMPO POSSÍVEL. NOS ARREMESSOS, A META É ATINGIR A MAIOR DISTÂNCIA. JÁ NOS LEVANTAMENTOS DE PESO, VENCE QUEM LEVANTAR A MAIOR QUANTIDADE DE PESO.

Disponível em: <http://www.csfx.org.br/disciplinas/pdf/ed.fisica_6_2.pdf>. Acesso em: 04 ago. 2021.

PARA SABER MAIS:

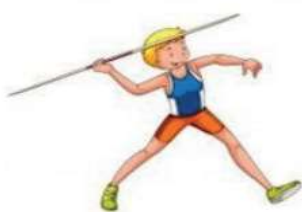
VEJA O VÍDEO DO CANAL SÉRGIO SILVA EDUCAÇÃO FÍSICA E CONHEÇA MAIS SOBRE OS ESPORTES DE MARCA. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=DzCwaF4z_10/>. Acesso em: 04 ago. 2021.

ATIVIDADES

1- AGORA QUE VOCÊ JÁ CONHECEU ALGUNS ESPORTES DE MARCA, COMPLETE OS NOMES DAS PROVAS DO ATLETISMO:



SALT___ C___M V___R___



LANÇ___ M___NTO D___ D___RDO



C___RRID___ C___M B___RREIR___S

Imagens disponíveis em: <https://br.pinterest.com/pin/23503229294414245/>. Acesso em: 04 ago. 2021.

2 - VARAL DAS CORES

PARA ESTA BRINCADEIRA, VOCÊ VAI PRECISAR DE:

- 1 BARBANTE OU CORDA PARA FAZER UM VARAL
- PREGADORES DE ROUPA
- PAPÉIS VERDE, AZUL, AMARELO E VERMELHO

FAÇA UM VARAL PARA QUE VOCÊ POSSA PENDURAR OS PAPÉIS COLORIDOS E A CERTA DISTÂNCIA DESENHE UMA LINHA DE PARTIDA, ONDE VOCÊ DEVERÁ DEIXAR OS PAPÉIS. CONVIDE ALGUÉM DA SUA CASA PARA BRINCAR COM VOCÊ, ESSA PESSOA SERÁ O "MESTRE". QUANDO O MESTRE FALAR O NOME DE UMA COR, VOCÊ DEVERÁ PEGAR O PAPEL DAQUELA COR, CORRER ATÉ O VARAL E PENDURAR O PAPEL, USANDO O PREGADOR. VOLTE PARA A LINHA DE CHEGADA. O MESTRE DIRÁ OUTRA COR E VOCÊ DEVERÁ FAZER DA MESMA FORMA, REPETINDO ASSIM ATÉ TERMINAR TODAS AS CORES DE PAPÉIS.

3 - SALTANDO NOS CÍRCULOS

PARA ESTA ATIVIDADE, VOCÊ PRECISARÁ DE GIZ, BAMBOLÊ OU DE UM BARBANTE.

MARQUE UMA LINHA DE PARTIDA, ASSIM COMO NA ATIVIDADE ANTERIOR. PARA COMEÇAR, COLOQUE O BAMBOLÊ PERTO DE VOCÊ. O OBJETIVO É PULAR DA LINHA DE PARTIDA PARA DENTRO DO BAMBOLÊ. NA SEGUNDA VEZ, TENDE COLOCAR O BAMBOLÊ UM POUCO MAIS LONGE PARA DIFICULTAR. NA TERCEIRA VEZ, COLOQUE AINDA MAIS LONGE.

ATENÇÃO! COLOQUE O BAMBOLÊ EM DISTÂNCIAS QUE VOCÊ CONSIGA PULAR, RESPEITE SEUS LIMITES!

(SE NÃO TIVER BAMBOLÊ, PODE IR DESENHANDO OS CÍRCULOS NO CHÃO.)



Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=MG1rLHnn5uw/>. Acesso em 04 ago. 2021.