

ATIVIDADE PARA ESTUDO DOMICILIAR
4º SEMANA: DE 13 A 15/ ABRIL

Professor: Maetê Dewes de Sousa	Componente curricular: Linguagem – Educação Física
Nível de ensino: 3º ano 311/312	

HABILIDADES

- Conhecer e definir os tipos de habilidades motoras.
- Explicar, por meio de linguagem corporal, uma atividades que contenha duas habilidades motoras.

ROTINA DE ESTUDOS:

Realizar as TAREFAS, referente aos períodos de Educação Física do dia 13 A 15/ABRIL

TAREFA 1: Realizar leitura e cópia, da Tarefa 1, em seu caderno de Educação Física.

TAREFA 2: Realizar um circuito em sua casa, usando materiais do seu dia - dia, materiais que tenham em sua casa, tudo adaptando para a habilidade escolhida, observando o textos abaixo.

TAREFA 3: Tire fotos, filme, para compartilhar na volta as aulas.

***AVALIAÇÃO:** Os alunos terão suas devolutivas avaliativas das tarefas domiciliares, no retorno das aulas conforme as orientações dadas pelos professores de cada componente curricular.

TAREFA 1: LEITURA E CÓPIA.

HABILIDADES MOTORAS

A IMPORTÂNCIA DAS HABILIDADES MOTORAS FUNDAMENTAIS SÃO ELAS OS PRINCIPAIS ALICERCES PARA O DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES ESPORTIVAS ESPECÍFICAS, E DOS MOVIMENTOS MAIS COMPLEXOS. O ESTÁGIO DE AMADURECIMENTO DAS HABILIDADES SE DÁ POR VOLTA DOS 6 ANOS DE IDADE.

HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS

Habilidades manipulativas	Habilidades locomotoras	Habilidades de estabilização
Arremessar	Andar	Flexionar
Quicar	Correr	Equilibrar-se
Chutar	Saltar	Estender
Lançar	Saltitar	Girar
Rebater	Escorregar	Posições invertidas
Cabecear	Escalar	
Agarrar	Rolar-se	
Rolar	Desviar	

TAREFA 2:

1. CIRCUITO DE HABILIDADES MOTORAS

REALIZAR UM CIRCUITO EM SUA CASA, USANDO MATERIAIS DO SEU DIA - DIA, MATERIAIS QUE TENHAM EM SUA CASA, TUDO ADAPTANDO PARA A HABILIDADE ESCOLHIDA.

2. ORIENTAÇÕES

- ✓ OBSERVE TODAS AS HABILIDADES MOTORAS BÁSICA, NO TEXTO ACIMA.
- ✓ MONTE, EM SUA CASA, UM CIRCUITO PRÁTICO.
- ✓ USE MATERIAIS QUE VOCÊ TENHA EM CASA (CADEIRA, BOLA, MESA, CORDA, BALDES, GARRAFAS, MANGUEIRAS, BAMBOLÊ, RAQUETES, COLCHÃO, COLCHONETE, COBERTAS, ETC...). ADAPTANDO OS MESMO PARA A HABILIDADE ESCOLHIDA.
- ✓ CASO NECESSITE, PESQUISE NOS MEIOS DIGITAIS.
- ✓ ABUSE DE SUA CRIATIVIDADE, APROVEITE PARA PRATICAR ALGUMA ATIVIDADE FÍSICA, NESSE PERÍODO.
- ✓ NO CIRCUITO DEVE CONTER NO MÍNIMO:
 - * 1 HABILIDADES MANIPULATIVAS
 - * 1 HABILIDADES LOCOMOTORAS
 - * 1 HABILIDADES DE ESTABILIZAÇÃO

IMPORTANTE:

TAREFA 3: TIRE FOTOS, FILME, PARA COMPARTILHAR NA VOLTA AS AULAS.

BOM TRABALHO

E DIVIRTA-SE!