

Professor: Maetê Dewes de Sousa	Componente curricular: Linguagem – Educação Física
Nível de ensino: 5º ano 311/312	

HABILIDADES

- Construir um jogo de garrafa pet.
- Jogar o jogo que foi construído, escolhendo suas variações.

ROTINA DE ESTUDOS:

Realizar as TAREFAS, referente aos períodos de Educação Física do dia 18 a 20/MAIO

TAREFA 1: Vamos alongar???? Escolha 5 exercícios de alongamento da imagem e execute.

TAREFA 2: Construir o jogo, PETBOL, com garrafas pet.

TAREFA 3: Escolher uma variação do jogo para jogar em sua casa.

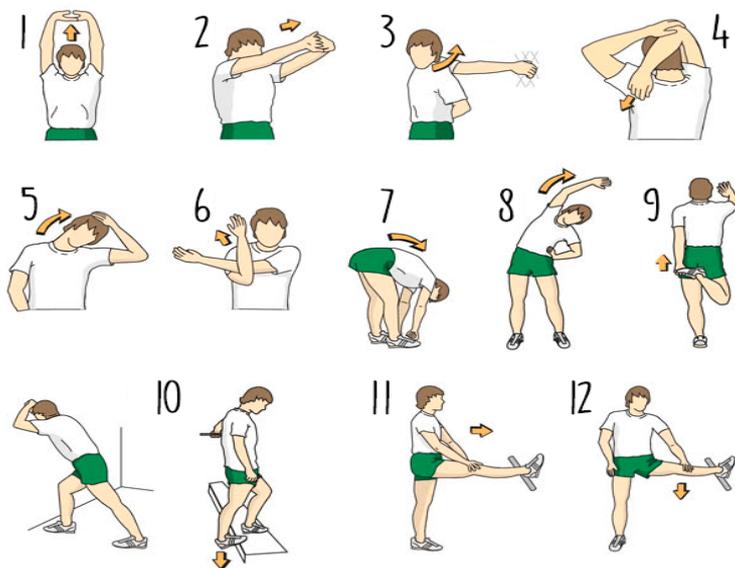
***AVALIAÇÃO:** Os alunos terão suas devolutivas avaliativas das tarefas domiciliares, no retorno das aulas conforme as orientações dadas pelos professores de cada componente curricular.

TAREFA 2: Alongamento

Hoje vamos iniciar nossa aula como se estivéssemos na escola.

Pelo **ALONGAMENTO!**

Desta imagem, escolha 5 exercícios de alongamento, e execute-o.



TAREFA 2: VAMOS BRINCAR?

JOGO DE GARRAFA PET BOL

Materiais:

- 2 garrafas Pet, limpas e secas com tampa.
- 1 bolinha pequena (pingpong, borracha, papel, etc...).
- Tesoura.



Como fazer:

- Recorte a garrafa pet na última linha, ou pela metade. Vamos utilizar a parte da boca com a tampa, o fundo não será usado. PEÇA AJUDA DE UM ADULTO.
- Caso não tenha nenhuma bolinha, faça uma de papel, lembrando que o tamanho deve ser pequeno, para que a bola encaixe e entre no buraco da garrafa pet.

Como jogar:

VARIACIONES:

1. **Individual:** Jogando a bolinha contra a parede, sem deixar cair no chão, a bola sempre deve encaixar dentro da garrafa.
2. **Em duplas:** Jogar a bolinha, um para o outro, usando a garrafa pet como se fosse a raquete, caso um jogador deixe a bola cair no chão, o adversário marca ponto.

3. **Na mesa:** Deve ser jogado em duplas, um em cada ponta da mesa, a mesa deve ser dividida com uma linha. Jogar um para o outro, pode fazer combinações, deixar ou não a bola quicar na mesa, mas não pontua aquele que deixar a bola cair no chão.

LINK DE VÍDEOS DA PROFESSORA EXECUTANDO A ATIVIDADE:

<https://www.youtube.com/watch?v=Zl42XKoyzfA>

LINKS DE VÍDEOS EXTRAS:

https://www.youtube.com/watch?v=vBuShT6I_MQ

<https://www.youtube.com/watch?v=nE5XKcSps3k>

TAREFA 3: Vamos jogar?

- Escolha pelo menos 1 das variações, convide sua família e divirta-se.
- Na volta as aulas, marcaremos um dia para jogar na escola.

Atenção!

NOSSO ENCONTRO VIRTUAL, TODAS AS QUARTAS-FEIRAS, na aula online, juntamente com as Professoras Jacqueline e Rosângela.

BOM TRABALHO