

**ATIVIDADE PARA ESTUDO DOMICILIAR
SEMANA: DE 25 a 27/MAIO**

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

HABILIDADES

- Conhecer e entender o que é Coordenação Motora na teoria.
- Praticar sua coordenação motora e mais habilidades em um jogo online chamado, “JOGO da ROLETA DOS EXERCÍCIOS”.

ROTINA DE ESTUDOS:

REALIZAR AS TAREFAS, REFERENTE AOS PERÍODOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO DIA 25 A 27/MAIO

TAREFA 1: LEITURA E CÓPIA DO TEXTO SOBRE “COORDENAÇÃO MOTORA”.

TAREFA 2: ENTRAR NO LINK SOLICITADO DO “JOGO DA ROLETA” E DESENVOLVER AS ATIVIDADES QUE SERÃO SOLICITADAS.

TAREFA 3: VAMOS ALONGAR? ESCOLHA 5 EXERCÍCIOS DE ALONGAMENTO DA IMAGEM E EXECUTE.

***AVALIAÇÃO:** OS ALUNOS TERÃO SUAS DEVOLUTIVAS AVALIATIVAS DAS TAREFAS DOMICILIARES, NO RETORNO DAS AULAS CONFORME AS ORIENTAÇÕES DADAS PELOS PROFESSORES DE CADA COMPONENTE CURRICULAR.

NA REALIZAÇÃO DE MUITAS ATIVIDADES, ANTERIORES E ESTÁ QUE VAMOS REALIZAR HOJE, EM NOSSA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, TRABALHAMOS ALGUNS CONCEITOS IMPORTANTES.

HOJE VAMOS CONHECER UM DELES!

A COORDENAÇÃO MOTORA

TAREFA 1 : LEITURA E CÓPIA DO TEXTO ABAIXO

COORDENAÇÃO MOTORA É A CAPACIDADE DE USAR DE FORMA MAIS EFICIENTE OS MÚSCULOS DO CORPO, ELA PERMITE REALIZAR OS MAIS DIVERSOS MOVIMENTOS DE FORMA COORDENADA. É TAMBÉM, O RESULTANDO DE UM MOVIMENTO MOTOR, NA PRÁTICA. ESTE TIPO DE COORDENAÇÃO PERMITE A CRIANÇA OU ADULTO DOMINAR O CORPO NO ESPAÇO, CONTROLANDO SEUS MOVIMENTOS, SEM CAIR, ESBARRA E ATÉ SE MACHUCAR. É GRAÇAS A ELA, QUE SOMOS CAPAZES DE, ANDAR, CORRER, ESCREVER, PULAR, PINTAR E DESENHAR, CHEGANDO A FAZER MOVIMENTOS MAIS DIFÍCEIS.

AGORA VAMOS DESENVOLVER ESSE CONCEITOS NA PRÁTICA

Com a proposta da atividade da semana

TAREFA 2: ATIVIDADE PRÁTICA DA SEMANA

JOGO DA ROLETA DOS EXERCÍCIOS

A ROLETA DOS EXERCÍCIOS, É UM JOGO SIMPLES E TOTALMENTE PRÁTICO DE ROLETA, JOGUE NA ROLETA E EXECUTE OS EXERCÍCIOS QUE SERÃO SOLICITADOS.

PARA JOGAR VOCÊ DEVE ACESSAR O **LINK ABAIXO** E INICIAR O JOGO.

CLIQUE EM CIMA DA ROLETA PARA QUE ELA GIRE E EXECUTE O EXERCÍCIOS QUE CAIR.

JOGUE A ROLETA NO MÍNIMO 3 VEZES, PARA EXECUTAR 3 EXERCÍCIOS

JOGUE SOZINHO, COM SUA FAMÍLIA E APROVEITE PARA MOVIMENTAR-SE DURANTE ESSE PERÍODO.

OS ÚNICOS MATERIAIS UTILIZADOS NA ATIVIDADE SÃO:

- CORDA.
- CADEIRA.

<https://wheelofnames.com/pt/827-yhv>

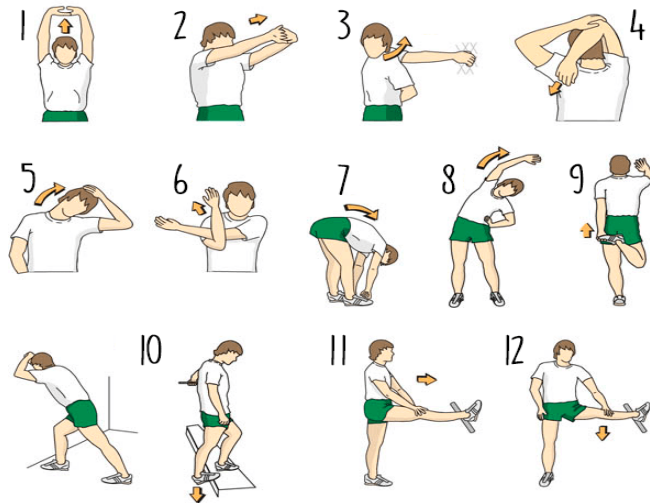
LINK DO VÍDEO DA PROFESSORA EXECUTANDO A ATIVIDADE

ASSISTAM

<https://www.youtube.com/watch?v=Vc6WWBDS6yk>

TAREFA 3: PARA ENCERRAR A ATIVIDADE, VAMOS ALONGAR

HOJE VAMOS INICIAR NOSSA AULA COMO SE ESTIVÉSSEMOS NA ESCOLA. PELO ALONGAMENTO!
DESTA IMAGEM, ESCOLHA 5 EXERCÍCIOS DE ALONGAMENTO, E EXECUTE-O.



BOM TRABALHO!!!!!!