EMEF. DEZENOVE DE ABRIL.

ATIVIDADE REFERENTE A SEMANA 29 - **29/09/2025 a 03/10/2025.**
COMPONENTE CURRICULAR: **EDUCAÇÃO FÍSICA**
TURMAS: **62**
PROFESSOR(A): **TIAGO SOARES**
OBSERVAÇÕES**: O planejamento da aula poderá sofrer alterações conforme a necessidade do professor(a).**
ORIENTAÇÕES:

Conteúdo: Esportes, jogos e brincadeiras

Objetivo: Trabalhar as habilidades básicas e os fundamentos da modalidade esportiva.

Aquecimento: caça moeda.

Segunda atividade: iniciação a modalidade de handebol.
Passe em movimento: Alunos em duplas, um correndo e o outro passando a bola, trocando de posição.
Circuito de passes: Montar um circuito com cones, onde os alunos devem passar a bola entre si, contornando os cones.

Terceira atividade: Arremesso ao alvo: Utilizar alvos na parede ou no gol para os alunos praticarem o arremesso, variando a distância.
Arremesso em suspensão: Praticar o arremesso em suspensão sem a bola, focando na técnica do salto e movimento do braço.
Arremesso com goleiro: Dividir a turma em grupos e praticar arremessos ao gol com um aluno atuando como goleiro.

Quarta atividade: Handebol 3x3 ou 4x4: Jogos com número reduzido de jogadores para maior participação e contato com a bola.
Handebol com regras modificadas: Adaptar as regras para facilitar o jogo e o aprendizado (ex: permitir mais passos, arremesso de mais perto).

Alongamentos

Recursos: quadra de esportes, bolas, cones e coletes.