



EMEF. DEZENOVE DE ABRIL.

ATIVIDADE REFERENTE A SEMANA 32 - **20/10/2025 a 24/10/2025.**

COMPONENTE CURRICULAR: **EDUCAÇÃO FÍSICA** TURMA: **11**

PROFESSOR(A): **TIAGO SOARES**

OBSERVAÇÕES: **O planejamento da aula poderá sofrer alterações conforme a necessidade do professor(a).**

ORIENTAÇÕES:

CONTEÚDO: brincadeiras e jogos.

OBJETIVOS: Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares.

Primeira atividade: aquecimento movimentos aeróbicos.

Segunda atividade: “circuito de ginástica”, atividades de interação que promovam o desenvolvimento motor, equilíbrio e coordenação de forma lúdica.

Terceira atividade: estafetas manipulativas com cones, os estudantes devem reproduzir nos saltos a sequências dos cones e dos bambolês. Ex; dois cones juntos o salto é com os pés juntos, cones afastados o salto será com os pés afastados.

Quarta atividade: atividades manipulativas com bolas, bambolês e cordas.

Alongamentos dos principais membros do corpo.

Recursos: coletes, bolas, bastões, chinesinhos, colchonetes e cones.