



EMEF. DEZENOVE DE ABRIL.

ATIVIDADE REFERENTE A SEMANA 38 - **01/12/2025 a 05/12/2025.**

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” pega pega das cores.

Segunda atividade: atividade de lateralidade com deslocamento entre cones. Variações com saltos e rotações.

Terceira atividade: estafetas locomotoras de velocidade e agilidade com utilização de materiais como bambolês e cones.

Quarta atividade: Circuito psicomotor

<https://www.youtube.com/watch?v=n8dC1VYVBc>

Alongamentos dos principais membros do corpo.

Recursos: coletes, bolas, cordas, chinesinhos, colchonetes e bambolês.