



## 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=n8dC1VVYVBc>

Alongamentos dos principais membros do corpo.

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