

Escola Municipal de Educação Básica Augustinho Marcon

Catanduvas-SC

Diretora: Tatiana M. B. Menegat

Assessora: Técnica-Pedagógica Maristela Apª. B. Baraúna

Assessora: Técnica-Administrativa Margarete Dutra

Professora: Marli Monteiro de Freitas

5º ano

**AULA 06 – SEQUÊNCIA DIDÁTICA DE ARTES – 15 A 19/JUNHO DE 2020.**

**TEMA:** Melhorando a respiração com a dança

**CONTEÚDO:** Apreciação musical (cultura brasileira)



Dando continuidade na aula da semana passada sobre o aparelho respiratório. Você sabia que a **dança** aumenta a frequência cardíaca, estimula a circulação do sangue, **melhora a capacidade respiratória** e queima muitas calorias. Você sentirá até que seu fôlego aumentou, dá elasticidade e melhora a postura ao caminhar. A respiração pode ser praticada como um exercício físico, como uma atividade de integração social ou como uma atividade de lazer.

Os movimentos realizados no decorrer de uma dança trazem uma série de efeitos benéficos para o cérebro. As mudanças de movimento que ocorrem na atividade impactam positivamente o hipocampo, que é a área do cérebro que armazena as memórias, e ainda ajudam a aprimorar o equilíbrio. Decorar coreografias ou a simples sequência de passos e movimentos, além de trabalhar a memória, desenvolve a concentração, autoestima e sensação de bem-estar.

**NÃO PRECISA COPIAR O TEXTO, SOMENTE LEIA COM ATENÇÃO E REALIZE A ATIVIDADE PRÁTICA.**

**ATIVIDADE PRÁTICA:** Escolha uma das músicas abaixo e realize uma coreografia de dança, divirta se.

**Obs.:** Estarei postando os vídeos das danças no grupo para os alunos que não tem acesso.

# Opção 1- Dança do canguru - Aline Barros - coreografia | Fit Dance Kids

[https://www.youtube.com/watch?v=tlv5itag5gm](https://www.youtube.com/watch?v=tLV5itAg5GM)

# Opção 2- Tô nem ai - Larissa Manoela | Fit Dance Kids (coreografia)

[https://www.youtube.com/watch?v=jznqtywgbgo](https://www.youtube.com/watch?v=JznqTywgBgo)

O registro deve ser feito por fotos ou vídeo.

Não se esqueça de enviar o registro da atividade para a professora de artes.