|  |  |
| --- | --- |
| Descrição: Descrição: Descrição: Descrição: ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES: 2010 | ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES.  RUA: CORONEL RUPP BAIRRO CENTRO OESTE  CATANDUVAS – SC ANO 2021  CNPJ – 78502697/0001-96  DIRETORA: IVÂNIA NORA.  ASSESSORA PEDAGÓGICA: SIMONE ANDRÉA CARL.  ASSESSORA TÉCNICA ADM: TANIA N. DE ÁVILA.  PROFESSORA: MARLI M.DE FREITAS. ALUNO(A):..............................................................................  1ºANO 2º ANO |

**AULA 11 - SEQUÊNCIA DIDÁTICA – ARTE 03 /05 / A 07 /05/2021**

**11-ATIVIDADE: DANÇA (COREOGRAFIA)**

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.

ELA 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

**ATIVIDADE PRÁTICA: VAMOS TREINAR A COREOGRAFIA DE UMA DANÇA?**

ACESSE O LINK ABAIXO:

[HTTPS://YOUTU.BE/K1HSWULVB\_E](https://youtu.be/k1hSwuLVB_E)

ASSISTA O VÍDEO COM ATENÇÃO.

OBSERVE A COREOGRAFIA.

TREINE BASTANTE E REALIZE UM VÍDEO DANÇANDO A COREOGRAFIA.