



Secretaria Municipal de Educação
E.M.E.B. Professor Vitoldo Alexandre Czech
Diretora: Lucélia Aparecida Gabrielli
Assessora Pedagógica: Maria Claudete T. Gervásio
Assessora Administrativa: Rosane Eva Bucco
Professor (a): Claiton Antonio Pereira
Disciplina: Educação Física
Série/ano: 3º ao 5º
Aluno (a):

Circuito fundamental
Ciclo 2 – 3º/ 4º e 5º anos

Habilidade:

(EF35EF01) Experimentar e desfrutar de brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.

(EF35EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas. Desenvolver a iniciativa de organizar de forma autônoma atividades corporais simples nos jogos e brincadeiras.

Conhecer suas habilidades e limitações corporais estabelecendo metas pessoais de quantidade e qualidade.

Prática pedagógica: O aluno deve colocar objetos no chão com uma distância que possa passar entre eles com folga. Lembrando que os objetos do vídeo podem ser mudados por alguns que não ofereçam perigo.

Circuito:

1º exercício: Andar lateralmente entre os objetos.

2º exercício: Com um pé só entre os objetos. Primeiro com o pé direito depois com pé esquerdo.

3º Dar uma volta em cada obstáculo.

4º Ir de frente e costas em cada obstáculo.

5º Saltar por cima dos obstáculos.

6º Salto por cima dos obstáculos e fazer um polichinelo em cada um deles.

7º Abre as pernas nos objetos e fecha entre eles.

8º Caminhar em quatro apoios entre os obstáculos.

Duração: 45 min.

Materiais: Objetos para fazer o circuito que não ofereçam perigo.

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

