|  |  |
| --- | --- |
| ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES: 2010 | ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES.  DIRETORA: IVÂNIA NORA.  ASSESSORA PEDAGÓGICA: SIMONE ANDRÉA CARL.  ASSESSORA TÉCNICA ADM.: TANIA N. DE ÁVILA.  PROFESSORA: Fernanda Branco de Camargo  DISCIPLINA: Educação Física  CATANDUVAS – SC  ANO 2020 - TURMA 1º ano/ matutino |
|  | |
| **Atividade: Movimentos ginásticos** (03/11 a 06/11) | |
| Nesta semana as crianças serão desafiadas a experimentar diferentes posições corporais e assim contribuir para o desenvolvimento de potencias motoras como a força, a resistência, o equilíbrio e a coordenação motora ampla  Posições ginásticas:   * **Rolamento lateral** – deitado no chão, de barriga para baixo e com os braços estendidos acima da cabeça a criança deverá rolar o seu corpo para ambos os lados * **Vela** – Com as costas apoiadas no chão a criança deverá elevar suas pernas e seu quadril para o alto o mais alto que conseguir tentando manter suas pernas na posição ereta * **Avião** – De pé, as crianças deverão apoiar-se em uma das pernas estendendo a outra para trás e os braços estendidos na direção dos ombros abaixando o tronco buscando o equilíbrio.   OBS: Será importante assistir o vídeo explicativo que será postado pela professora no grupo de whatsapp. | |