

PLANEJAMENTO SEMANAL/EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSORA: NATACHA

1º ANO

➤ 2ª feira (30/03)

* A criança deverá correr colocando as folhas de jornal no chão e pisando nelas, trocando o jornal à medida que colocam ou retiram o pé. Na volta, as crianças entregam o pedaço ao próximo da fila, podendo realizar várias vezes, incluindo cronômetro para dificultar atividade.



➤ 3ª feira (31/03)

* O responsável deverá colocar obstáculos pelo meio da casa, como por ex.: livros sobrepostos para que a criança passe por cima, corda amarrada em uma altura baixa na perna da cadeira, calçados enfileirados para que a criança possa realizar um ZIG ZAG, porém, ao passar por todos os obstáculos, a criança deverá estar segurando uma bola, ou um objeto mais esférico com as mãos espalmadas, se o objeto cair no meio do percurso deverá voltar ao início, até que consiga realizar todo o trajeto sem deixar o objeto cair.



➤ 2ª feira (06/04)

- * Os alunos deverão desenhar o formato das mãos e dos pés na folha de papel chamex.
- * Deverão colocar em 3 filas de forma embaralhada.
- * A corrida começa e o aluno deverá colocar os pés e as mãos na mesma direção do desenho, não pode errar, caso aconteça deverá outra pessoa iniciar atividade, até que se chegue à linha final.

➤ 3ª feira (07/04)

- * Os alunos deverão enumerar as folhas de papel chamex de 1 a 10. Irão colar as folhas no chão com um formato arqueado, como se fosse uma ponte, formando um caminho, dando um espaço entre um papel e outro. Depois deverão dispor o papel em forma de cobrinha para que o grau de dificuldade seja aumentado.
- * O aluno deverá pegar uma bola pequena ou uma bola de papel e junto com a vassoura tentar passar pelo arqueado do papel até que se chegue ao último papel.

* Podem fazer variações de tempo, quem conseguir passar a bola por todos os “gols” em menor tempo ganha e assim por diante.

“Deus prova o seu amor para conosco, em que Cristo morreu por nós, sendo nós ainda pecadores”.

Romanos 5:8

