

Faixa etária ou ano:

1º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA

Data:

De 21 a 25/06/2021

Atividade:

EXERCÍCIO COM BALÃO

O que envolvem essas atividades: atenção, tempo de reação e coordenação motora.

Número de participantes: 1 (um).

Materiais: 1 (uma) bexiga ou 1 (uma) sacolinha plástica de supermercado cheia de ar como bexiga e 1 (uma) vassoura ou só o cabo dela ou 1 (um) pedaço de barbante no comprimento de um cabo de vassoura ou 1 (um) pedaço de fita crepe fixada no chão e com o mesmo comprimento de um cabo de vassoura.

Desenvolvimento: escolha um lugar que seja possível se movimentar bem. Coloque a vassoura no chão (ou qualquer uma das outras opções dadas acima) para dividir o campo de jogo. Jogue a bexiga para o alto, corra para o campo da frente e tente retorne para o campo de onde você jogou a bexiga para cima antes que ela toque o chão. Se você perceber que não conseguirá retornar a tempo de rebater com a mão, poderá rebater com o pé também – mas só se estiver muito próximo do chão (no site abaixo é possível visualizar a atividade).



<https://www.facebook.com/educacaofisicadadepressaoo/videos/vb.500968106672719/669649217298501/?type=2&theater>

Atividade adaptada à pessoa com deficiência

Esta atividade deverá ser adaptada de acordo com a característica do tipo de deficiência e com o apoio de um adulto. A princípio, não deverá ser usado a vassoura ou outro recurso para dividir o campo. No caso da deficiência visual, usar um balão sonoro (colocar dentro da bexiga um pouquinho de arroz ou feijão, para fazer barulho) e amarrar a ponta do balão com um barbante comprido num varal. Dessa forma será trabalhado o objeto dentro do campo visual do aluno.

Forma de registro:

O registro deverá ser feito da forma mais viável para o aluno e sua família (foto, vídeo, registro escrito ou desenhado da atividade proposta) e enviado ao professor (a).

Dúvidas sobre o presente roteiro de estudo, pergunte no link/endereço que segue:

https://docs.google.com/forms/d/1wuKaDjRA3HpfZiisQXOfIcQ_-ze4Rwb6t5o-UqjM00/viewform?edit_requested=true