

EDUCAÇÃO FÍSICA – 2.ANO

1.BIMESTRE – ENSINO FUNDAMENTAL

OLÁ FAMÍLIA,

- ▶ Nas aulas de educação física seu(a) filho(a) aprende muitas coisas, entre elas, aprende o que chamamos de Práticas lúdicas esportivas de marca, através de brincadeiras e esportes, com o objetivo de percorrer o espaço de corrida com o controle do seu corpo, respeitando seus limites e vencendo os desafios. A corrida de velocidade e a corrida de revezamento são exemplos, elas desenvolvem noções de espaço, tempo, coordenação motora, entre outros.



VOCÊ SABIA?

A origem da corrida está na pré-historia, quando os homens precisavam se movimentar rapidamente para caçar ou fugir dos animais.



VAMOS BRINCAR E EXERCITAR ALGUMAS HABILIDADES?

► MATERIAIS:

Jornal, folha de revista ou folha de papel, fita crepe ou giz ou outro marcador.

► OBJETIVO:

Correr no espaço combinado sem segurar o jornal.

► DESCRIÇÃO:

- ❖ Marque o espaço da largada e chegada com fita crepe.
- ❖ Separe uma folha de jornal;
- ❖ Cada participante apoia a folha no peito e corre sem segurá-lo, na chegada entrega a folha para o próximo participante.
- ❖ A corrida também pode ser feita em zigue zague.



Pronto! Agora é só se divertir com a família.

Se possível, tire uma foto de seu(a) filho(a) desenvolvendo habilidades nessa corrida junto a família!





O Professor Dario Ferreira da Silva
preparou este material conforme
habilidade: HCEF02EF05T

Experimentar e fruir Práticas lúdicas esportivas de marca, prezando pelo trabalho coletivo e protagonismo e identificar os elementos comuns dessas práticas.