

Educação Física

6º Ano



Senhores pais e queridos alunos

Nas aulas de Educação Física aprendemos muitas coisas, entre elas, aprendemos sobre os Esportes de Marca que são aqueles nos quais o resultado da ação motora é um registro quantitativo de tempo, distância ou peso. O Atletismo é um exemplo de Esporte de Marca.



Vamos treinar um pouco?

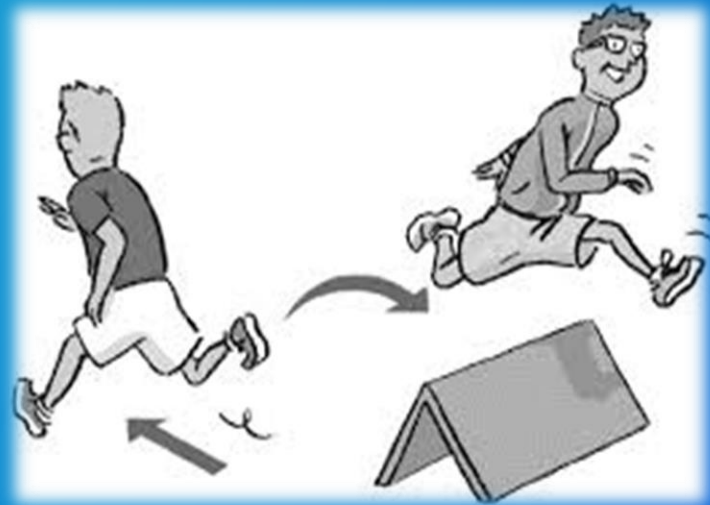


Saltar um obstáculo

*Coloque um obstáculo que você considere com
uma altura que seja possível saltar.*

Corra e salte.

Assim que ficar fácil, aumente o desafio.



Saltar um obstáculo

Agora salte o obstáculo lateralmente.



*Você conhece essa
brincadeira?
Sabe o nome dele? Pula cela!
Já brincou?
Ela é uma brincadeira que
você realiza saltos?
Vamos experimentar?
Convide alguém da sua
família!*



*Posicionem- se em fila.
Deve haver um espaço entre vocês de aproximadamente 2 metros.
Vocês devem inclinar o tronco para frente e apoiar as mãos nos joelhos. Ao
sinal, quem estiver por último deve saltar sobre os que estão parados à sua
frente. Quando chegar ao primeiro da fila, deve posicionar-se 2 metros à
frente deste e dar um sinal para que o último comece a saltar.*

*Se possível , peça
para alguém da sua
família registrar
você fazendo as
atividades.*





Esperamos que todos possam aproveitar essas atividades!



Prefeitura de
TAUBATÉ

A professora Fernanda Marcon, trabalha na Equipe de Práticas Pedagógicas, Secretaria de Educação. Ela preparou este material conforme a habilidade: (HCEFo6EFo5AT) Experimentar e fruir esportes de marca valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.