



PLANEJAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 1 Pré 2

Tema: Apresentação e Circuito

Objetivo: Conhecer pais e alunos e enfatizar a importância da atividade física.

Recursos Materiais: vídeo e cone corda

Procedimentos didáticos:

Atividade 1: alongamento

Atividade 2: A professora propôs que os pais manda cem um vídeo se apresentando e apresentando seus filhos e para a mim. E para os alunos presenciais eu me apresentei e pedi para os alunos se apresentar

Atividade 3 Mandei um vídeo para os pais passar para seu filho que fala sobre a importância da Atividade física e para os alunos presenciais também passei vídeo. Para presenciais fizemos um circuito de diferentes formas.

<https://www.youtube.com/watch?v=UN-EHhrwyuQ>



PLANEJAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 2 Pré 2

Tema: Trabalhar a Lateralidade Movimento e Atenção

Objetivo: Identificar mão direita mão Esquerda desenvolver Raciocínio e atenção.

Recursos Materiais: Bola e Balde bola de papel.

Procedimentos didáticos:

Atividade 1: alongamento

Atividade 2: Roda simples com um participante no centro movimentação um participante será escolhido, para iniciar com posse da bola. Este deverá arremessar a bola na direção do participante do centro da roda se o participante do centro conseguir pegar a bola tomara o lugar do arremessador este ocupara o lugar do centro da roda.

Atividade 3 Em uma determinada distancia o aluno ira arremessar a 10 bolas uma de cada vez tentando acertar dentro do balde uma vez com a mão direita e outra vez com a mão esquerda depois com um pé só e de posse da bola levava dentro do balde uma bola de cada vez da mesma forma uma vez com o pé direito e outra vez com pé esquerdo depois com a debaixo do queixo uma de cada vez.

