

EDUCAÇÃO FÍSICA

RESSIGNIFICAÇÃO DAS RELAÇÕES DO CORPO COM OS MATERIAIS - GINÁSTICA PARA TODOS



BOLA

Clique e escute aqui o áudio de introdução da aula.



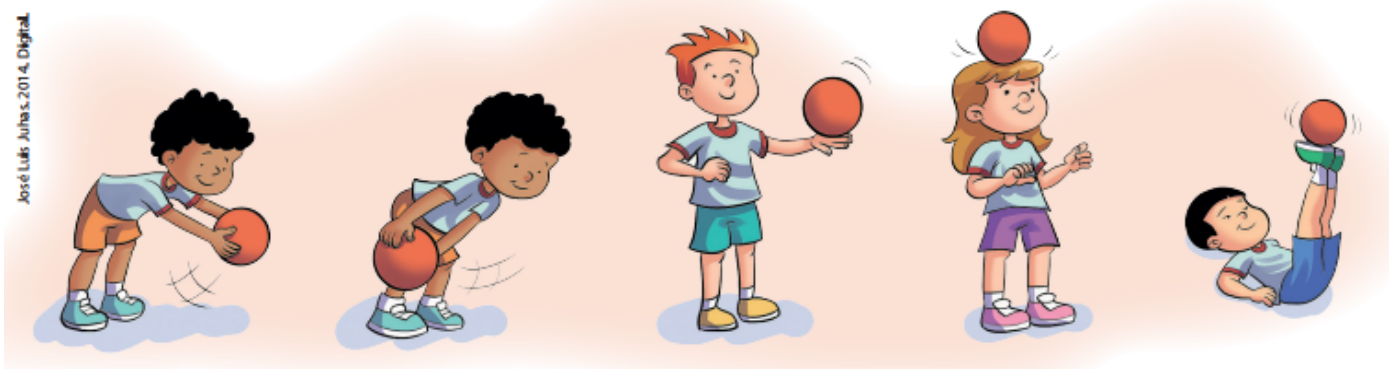
Quais esportes você conhece com bola?
E quais brincadeiras?

VAMOS EXPERIMENTAR ALGUNS MOVIMENTOS DIFERENTES COM BOLA?

EQUILIBRAR E BALANCEAR

Que tal experimentar os movimentos abaixo?

Balancear com uma das mãos; com as duas mãos juntas; à frente, atrás e ao lado do corpo; nos planos baixo, médio e elevado; em movimento ou parados



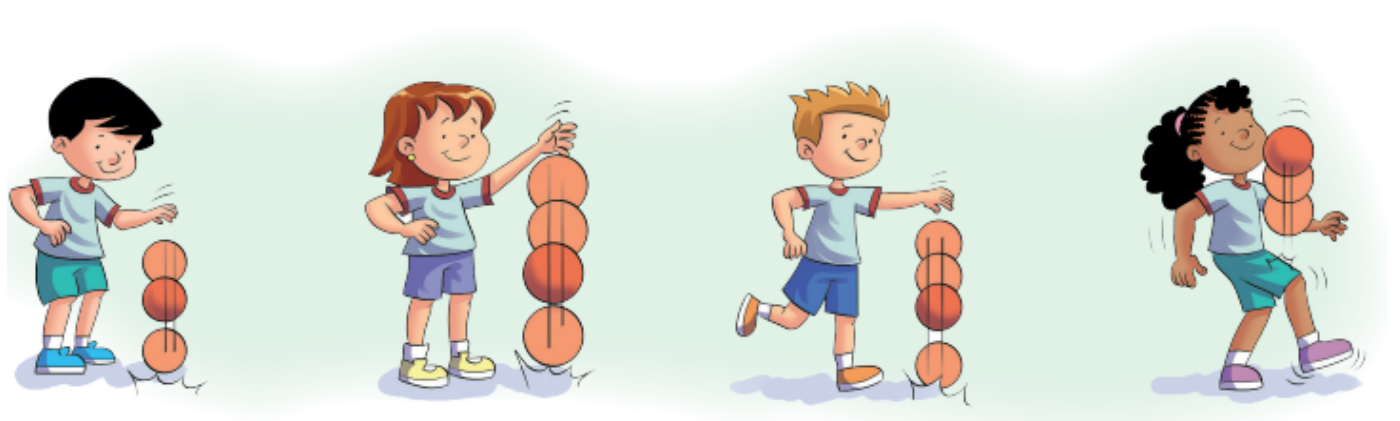
As habilidades de balanceio podem ser complementadas com as ações de equilibrar a bola em uma das mãos; no(s) pé(s); nas costas; no(s) braço(s); na cabeça; no(s) ombro(s); no pescoço; etc.

ROLAR



Rolar sobre um braço; sobre os braços unidos; de um braço ao outro, passando pelo peito ou pelas costas; sobre uma perna; sobre as pernas unidas; etc.

QUICAR



Quicar com as mãos, o peito, o ombro, o cotovelo, o joelho, os pés, a cabeça; quicar em diferentes alturas, variando a força da impulsão da bola.

Tente o maior número de quiques consecutivos;

A maior diversidade de quiques com partes diferentes do corpo;

Quiques em partes do corpo sem deixar a bola cair, entre outros.

ROTEIRO: LUIZE MORO

DIREÇÃO: POSITIVO SOLUÇÕES DIDÁTICAS LTDA.

CRÉDITOS:

ÁUDIO E TEXTO LUIZE MORO E MATERIAL DIDÁTICO DO 4º ANO - POSITIVO

FOTOS: MATERIAL DIDÁTICO DO 4º ANO - POSITIVO

IMAGENS DISPONÍVEIS NO CANVA.

© TODOS OS DIREITOS RESERVADOS, NOS TERMOS DA LEI FEDERAL NO9.610/98. NÃO É PERMITIDA A REPRODUÇÃO DE TEXTOS ORIGINAIS E DEMAIS OBRAS INTELECTUAIS PUBLICADAS NESTE DOMÍNIO, NO TODO OU EM PARTES, SEM PRÉVIA E EXPRESSA AUTORIZAÇÃO DOS TITULARES DOS DIREITOS AUTORAIS PATRIMONIAIS E DE IMAGEM.

TODAS AS LICENÇAS CONCEDIDAS PARA ESTE ROTEIRO DE AULA INTERATIVO A AUTORIZAM A SUA REPRODUÇÃO EXCLUSIVAMENTE NESSE CANAL PELA POSITIVO SOLUÇÕES DIDÁTICAS LTDA. – SENDO VEDADA A REALIZAÇÃO DE CÓPIAS OU REPRODUÇÕES EM QUAISQUER OUTRAS MÍDIAS E/OU FORMATOS, SOB PENA DE CARACTERIZAR CRIME DE CONTRAFAÇÃO (ART. 5º O, VI E VII DA LEI 9.610/98 E ART. 184 DO CÓDIGO PENAL).