

ROTEIRO 9
EDUCAÇÃO FÍSICA
3º ANO A



► **Atividade 1- Circuito sobre Handebol. Material necessário: bola.**

- Andar batendo bola no chão e arremessar na parede (5x) (imagem 1).
- Realizar 3 passos segurando a bola, arremessar na parede e voltar batendo bola no chão (5x) (imagem 2).
- Realizar os 3 passos segurando a bola, jogar a bola para o alto e segurar e arremessar a bola na parede (5x) (imagem 3).
- Ficar na posição da “cadeirinha” durante 10 segundos, pegar a bola e arremessar na parede (5x) (imagem 4).
- **Imagens no próximo slide.**



Imagem 1



Imagem 2



Imagem 3



Imagem 4



- ▶ Atividade 2- Realizar as atividades sobre “Ginástica”.
- ▶ Seguir orientações do vídeo abaixo:



- ▶ **Aula on-line:** dia 17/06- 10 horas.
- ▶ Microsoft Teams: rafael.maturana@luterano.com.br
- ▶ **Material necessário:** uma bola e 4 chinelos.

- ▶ **Avaliação:** enviar uma foto da criança realizando alguma atividade proposta ou pedir para a criança desenhar a atividade que mais gostou e enviar uma foto do desenho. Enviar pelo **Microsoft Teams**, entrando na **Disciplina (Educação Física)** e incluindo em **Arquivos**.



▶ Boas atividades para vocês!

▶ Um abraço, Prof. Rafael.

