



PLANEJAMENTO SEMANAL



Olá meus queridos alunos! Continuamos aqui sempre juntinhos de vocês com tarefas divertidas e produtivas, estamos à disposição para qualquer dúvida e desejamos uma abençoada semana!!

EDUCAÇÃO FÍSICA

QUARTA-FEIRA

26/5/2026

TURMA

1º ANO

Turma: 1º Ano Fundamental 1 Unidade tematica: Jogos e Brincadeiras

TEMA: RIO VERMELHO

Revisão de conteúdo para prova bimestral

HABILIDADES: (EF12EF01) (EF12EF02)

METODOLOGIA Desenvolvimento: Colocaremos todos os alunos no fundo da quadra e será escolhido 1 aluno para ser o Mestre. O Mestre ficará de frente para o restante da turma. A brincadeira se inicia da seguinte forma: 1 - A turma grita bem Alto: Podemos atravessar o Rio Vermelho? 2 - O Mestre responde bem alto: Sim 3 - A turma pergunta novamente: Que cor precisa? 4 - Neste momento o Mestre escolherá uma determinada cor, e os alunos que tiverem esta cor, na roupa, nos calçados ou em algum acessório, poderão atravessar o "Rio" sem ser pegos. Já os demais alunos que não tiverem a cor terão de correr pois o mestre irá pega-los antes que eles tentem atravessar o "Rio Vermelho". 5 - Assim que atravessarem o Rio Vermelho, todos os alunos voltam para o fundo da quadra para reiniciar a brincadeira. 6 - Os alunos que foram pegos, se tornarão pegos também na próxima rodada.

Parte Final: A turma será reunida no centro da quadra onde faremos um breve alongamento.



PLANEJAMENTO SEMANAL

Olá meus queridos alunos! Continuamos aqui sempre juntinhos de vocês com tarefas divertidas e produtivas, estamos à disposição para qualquer dúvida e desejamos uma abençoada semana!!



QUARTA-FEIRA

26//05/2026

TURMA

2° ANO

EDUCAÇÃO FÍSICA

Turma: 2° Ano Fundamental 1

Unidade Temática: Esportes

Tema: Esportes de Marca e Precisão

TEMA: ESPORTES DE MARCA E PRECISÃO – ESTAFETA COM PRECISÃO

Revisão de conteúdo para prova bimestral

HABILIDADE: (EF12EF05) (EF12EF06)

METODOLOGIA A Turma será posicionada em fila, e na frente de cada fila teremos 4 bambolês. Nos 3 primeiros bambolês teremos alunos dentro deles, e no 4 bambolê um aluno deverá segurá-lo. Ao sinal do Professor, o primeiro aluno da fila arremessará a bola para o primeiro aluno do arco, que arremessará para o segundo, que arremessará para o terceiro. No momento que a bola chegar no terceiro aluno, ele deverá arremessar dentro do arco que está sendo segurado pelo quarto aluno a equipe que acerta primeiro dentro do bambolê marcará 1 ponto. Em seguida acontece um rodízio, cada aluno avançará uma casa.



PLANEJAMENTO SEMANAL

Olá meus queridos alunos! Continuamos aqui sempre juntinhos de vocês com tarefas divertidas e produtivas, estamos à disposição para qualquer dúvida e desejamos uma abençoada semana!!



EDUCAÇÃO FÍSICA

QUARTA-FEIRA

26/05/2026

TURMA

3º ANO

Turma: 3º Ano Fundamental

Unidade Temática: Esportes

Tema: Esportes de Invasão

Revisão de conteúdo para prova bimestral

HABILIDADES: (EF12EF05) . (EF12EF06)

METODOLOGIA Vamos dividir nossa turma em 2 equipes, e posicionaremos em filas, uma de cada lado da quadra. No centro da quadra colocaremos os cones representando o gol. A equipe A fará gol no lado A, e a equipe B fará gol no lado

B. Em determinado momento o professor gritará um número, e o respectivo número de

cada equipe deverá sair correndo e tentar marcar gol. O seu adversário deverá tentar impedir. Nesse momento não teremos fora nas laterais, somente na parte de trás dos cones. O aluno que conseguir fazer o gol, marcará 1 ponto. Se a bola sair, ninguém marcará o ponto. Vence a equipe que no final pontuar mais.



PLANEJAMENTO SEMANAL

Olá meus queridos alunos! Continuamos aqui sempre juntinhos de vocês com tarefas divertidas e produtivas, estamos à disposição para qualquer dúvida e desejamos uma abençoada semana!!



EDUCAÇÃO FÍSICA

QUARTA-FEIRA

26/05/2026

TURMA

4º ANO

Turma: 4º Ano Fundamental 1

Unidade Temática: futebol

TEMA: ESPORTES DE INVASÃO

Revisão de conteúdo para prova bimestral

HABILIDADES:(EF12EF05). (EF12EF06)

METODOLOGIA Vamos dividir nossa turma em 2 equipes, e posicionaremos em filas, uma de cada lado da quadra. No centro da quadra colocaremos os cones representando o gol. A equipe A fará gol no lado A, e a equipe B fará gol no lado

B. Em determinado momento o professor gritará um número, e o respectivo número de

cada equipe deverá sair correndo e tentar marcar gol. O seu adversário deverá tentar impedir. Nesse momento não teremos fora nas laterais, somente na parte de trás dos cones. O aluno que conseguir fazer o gol, marcará 1 ponto. Se a bola sair, ninguém marcará o ponto. Vence a equipe que no final pontuar mais.



PLANEJAMENTO SEMANAL



Olá meus queridos alunos! Continuamos aqui sempre juntinhos de vocês com tarefas divertidas e produtivas, estamos à disposição para qualquer dúvida e desejamos uma abençoada semana!!

EDUCAÇÃO FÍSICA

QUARTA-FEIRA

26/05/2026

TURMA

5º ANO

TEMA: GINASTICA GERAL

Revisão de conteúdo para prova bimestral

HABILIDADES:

EF35EF07) .(EF35EF08)

METODOLOGIA A turma será dividida em 2 equipes e posicionadas em filas. Na frente de cada fila teremos o nosso obstáculo, e mais a frente um pouco teremos 1 bambolê. Ao sinal do Professor, o primeiro aluno de cada fila deverá sair correndo, saltar sobre o obstáculo, pegar o bambolê e passar dentro dele. Em seguida ele voltará correndo para sua fila e dará a mão para o o próximo aluno, e os 2 juntos repetirão o mesmo processo. Assim sucessivamente até todos os integrantes da equipe terem participado, e formarem uma grande corrente. Parte Final: Faremos um breve alongamento com a turma e discutiremos os pontos positivos e negativos da nossa proposta, logo isso retornaremos a sala de aula.