

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 06

DISCIPLINA Educação Física

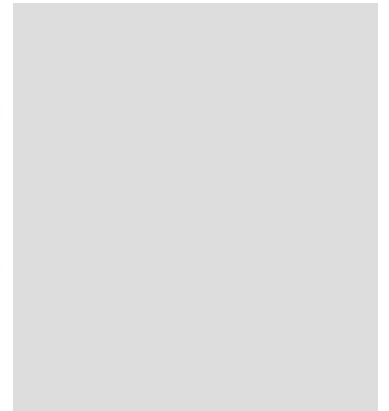
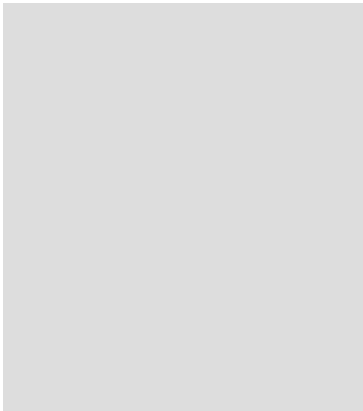
ANO(S) 1º CEB x

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

Deslocamentos e Equilíbrios

- Rolar sobre si próprio em diferentes posições
- Saltar sobre obstáculos de alturas e comprimentos variados
- Deslocar-se sobre superfícies reduzidas, mantendo o equilíbrio
- Transpor obstáculos em corrida colocados a distâncias irregulares

Deslocamentos e Equilíbrios - Uma história desportiva no castelo mágico



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. História

Aproveitando os conhecimentos transmitidos durante o bloco pedagógico, convida a família para uma tarde de exercício!

Utilizar o contexto da história para realizar deslocamentos semelhantes aos que fizemos neste bloco.

1 ciclo/1º, 2º, 3º e 4º ano

Incentivar a criatividade, propondo a realização de outros deslocamentos.