

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 07

DISCIPLINA Educação Física

ANO(S) 1º CEB x

<p>APRENDIZAGENS ESSENCIAIS</p>	<p><b>Perícias e Manipulações</b> Lançar e receber uma bola</p> <p><b>Deslocamentos e Equilíbrios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rolar sobre si próprio em diferentes posições</li> <li>- Saltar sobre obstáculos de alturas e comprimentos variados</li> <li>- Deslocar-se sobre superfícies reduzidas, mantendo o equilíbrio</li> <li>- Transpor obstáculos em corrida colocados a distâncias irregulares</li> </ul>
---------------------------------	--

**Exercício físico nas 4 estações**



**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 às estações do ano e animais que participaram neste bloco pedagógico.

1 ciclo/1º, 2º, 3º e 4º ano

Incentivar a criatividade, propondo a realização de outros animais.