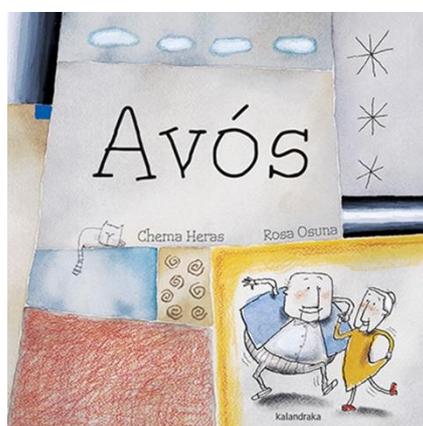


# #ESTUDOEMCASA

|   |   |            |                 |
|---|---|------------|-----------------|
| AULA N.º  | 4   | DISCIPLINA | Educação Física |
| ANO(s)  | 1.º/2.º   |            |                 |
| ÁREA(S) DE CONHECIMENTO<br>APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/PERFIL DOS ALUNOS | Jogos Infantis.<br>Desenvolvimento das competências relacionadas com o Bem Estar/Saúde, Consciência e Domínio do Corpo. |            |                 |

## Título/Tema(s) da Aula: Jogos dos meus Avós.



### Tarefas/ Atividades/ Desafios

#### 1. Lista de jogos infantis

Com o auxílio de um adulto, telefona aos avós ou a um familiar mais velho e faz uma lista dos jogos que eles praticavam quando tinham a tua idade. Depois organiza o material necessário e respeitando as indicações fornecidas, realiza os jogos sugeridos com o auxílio dos familiares. 1.º /2.º ano(s)

#### 2. Jogos Infantis (Jogo da colher, jogo dos peixinhos e o jogo O Rei manda)

Aproveitando os conhecimentos transmitidos durante a aula, convida a família para uma tarde de jogos! 1.º /2.º ano(s)

**Jogo da colher** - Realiza um percurso predeterminado, segurando uma bola (bola de papel) em equilíbrio sobre uma colher. Se a bola cair, sabes que deves regressar ao ponto de partida.

**Jogo O Rei manda** - Respeitando as indicações prestadas, quem estiver a jogar terá que movimentar-se em função das orientações verbalizadas pelo Rei.

**Jogo dos peixinhos** - Na área selecionada para o jogo, delimita um pequeno espaço que simboliza a rede (ex. tapete) e, enquanto o teu familiar realiza uma contagem pré-determinada, tens de transitar livremente sobre área total de exercício, passando pelo espaço da “rede”. Se no final da contagem, ficares “retido” na rede, significa que foste “pescado” e deves trocar de função com o teu familiar.