

# #ESTUDOEMCASA

AULA N.º 8

DISCIPLINA Educação Física

ANO(s) 1.º/2.º

ÁREA(S) DE CONHECIMENTO  
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/PERFIL DOS ALUNOS

Jogos Infantis.  
Desenvolvimento das competências relacionadas com o Bem  
Estar/Saúde, Consciência e Domínio do Corpo.

## Título/Tema(s) da Aula: O dia em que me tornei desportista.



### Tarefas/ Atividades/ Desafios

#### 1. A minha tabela de basquetebol!

Com auxílio de um familiar e utilizando alguns materiais disponíveis executa a tua tabela de basquetebol!

Depois aproveita a companhia e desafio-a para um jogo de basquetebol!

Para realizares a tabela necessitas do seguinte material:

- Cartão, cola, fita cola colorida.

Fases de construção:

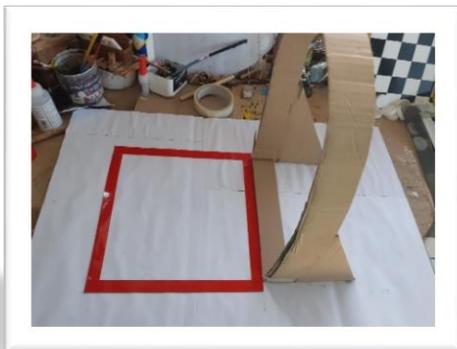
1. Desenha duas tiras de cartão com 5 cm de largura e, aproximadamente, 60 cm de comprimento;
2. Recorta as duas tiras de cartão e cola uma por cima da outra;



- Molda as tiras de cartão coladas, formando um pequeno aro de cartão;



- Com auxílio da fita cola colorida “desenha” um pequeno retângulo (20 cm/10 cm), delimitando a área da tabela;
- Cola as extremidades do “aro” de cartão, nos vértices inferiores do retângulo;
- Corta dois triângulos de cartão e cola-os por baixo do aro, conferindo-lhe estabilidade;



- Coloca a tabela elaborada apoiada numa porta.



Agora que a tua tabela está pronta e colocada num sítio elevado, executa os gestos técnicos aprendidos durante a aula.  
Bom jogo!!