

#ESTUDOEMCASA

AULA N.º 2

DISCIPLINA Educação Física

ANO(s) 1.º e 2.º

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

Perícia e manipulações/deslocamentos e equilíbrios.  
Desenvolvimento das competências relacionadas com o Bem Estar/Saúde,  
Consciência e Domínio do Corpo.

Título/Tema(s) da Aula: Brincar e aprender em casa



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. Realização de um jogo de Bowling em casa.

Com a colaboração da família, são formadas duas equipas, que devem colocar-se, ordenadamente, atrás de uma linha. Cada equipa possui uma bola (ou um objeto similar) e um pino (um objeto a ser derrubado) à sua frente. O objetivo do jogo é cada equipa derrubar o pino o maior número de vezes possível, lançando uma bola. Cada elemento lança apenas uma vez a bola, passando a vez ao familiar seguinte. Os jogadores têm de contar em voz alta o número de vezes que vão derrubando o pino, somando os pontos de todos os elementos da sua equipa.