

#ESTUDOEMCASA

AULA N.º 5

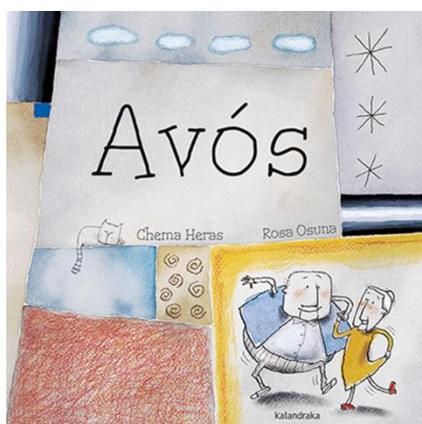
DISCIPLINA Educação Física

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: 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 seleccionada 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, fiques "retido" na rede, significa que foste "pescado" e deves trocar de função com o teu familiar.