

## EDUCAÇÃO FÍSICA – Proposta de Atividades (5º anos) – Professora Beatriz – 2ª Quinzena

**Olá, queridas e queridos estudantes!**

Como foram as duas semanas passadas por aí com os familiares? Espero que tudo tenha ocorrido bem e que estejam sendo amorosos com as pessoas que cuidam de vocês. Nesse momento todos precisamos colaborar, não é mesmo?

Estou com saudades!

---

### ***Jogos e Brincadeiras da Cultura Africana***

Ao longo do ano passado praticamos vários jogos e brincadeiras da cultura africana.

1. Aqui temos um vídeo com algumas atividades feitas por nós nas aulas e outras que são novas:

<https://www.youtube.com/watch?v=tR3yJqi97Bg>

*Você pode dar pausa, ir e voltar, para conseguir ler o que está escrito no vídeo.*

2. Olhando o vídeo: quais brincadeiras aprendemos e realizamos juntos nas aulas de educação física?

---

---

---

3. *Escolha uma brincadeira do vídeo.*

4. *Convide os familiares e/ou as pessoas que estão em casa para brincar junto. Há várias brincadeiras para praticar.*

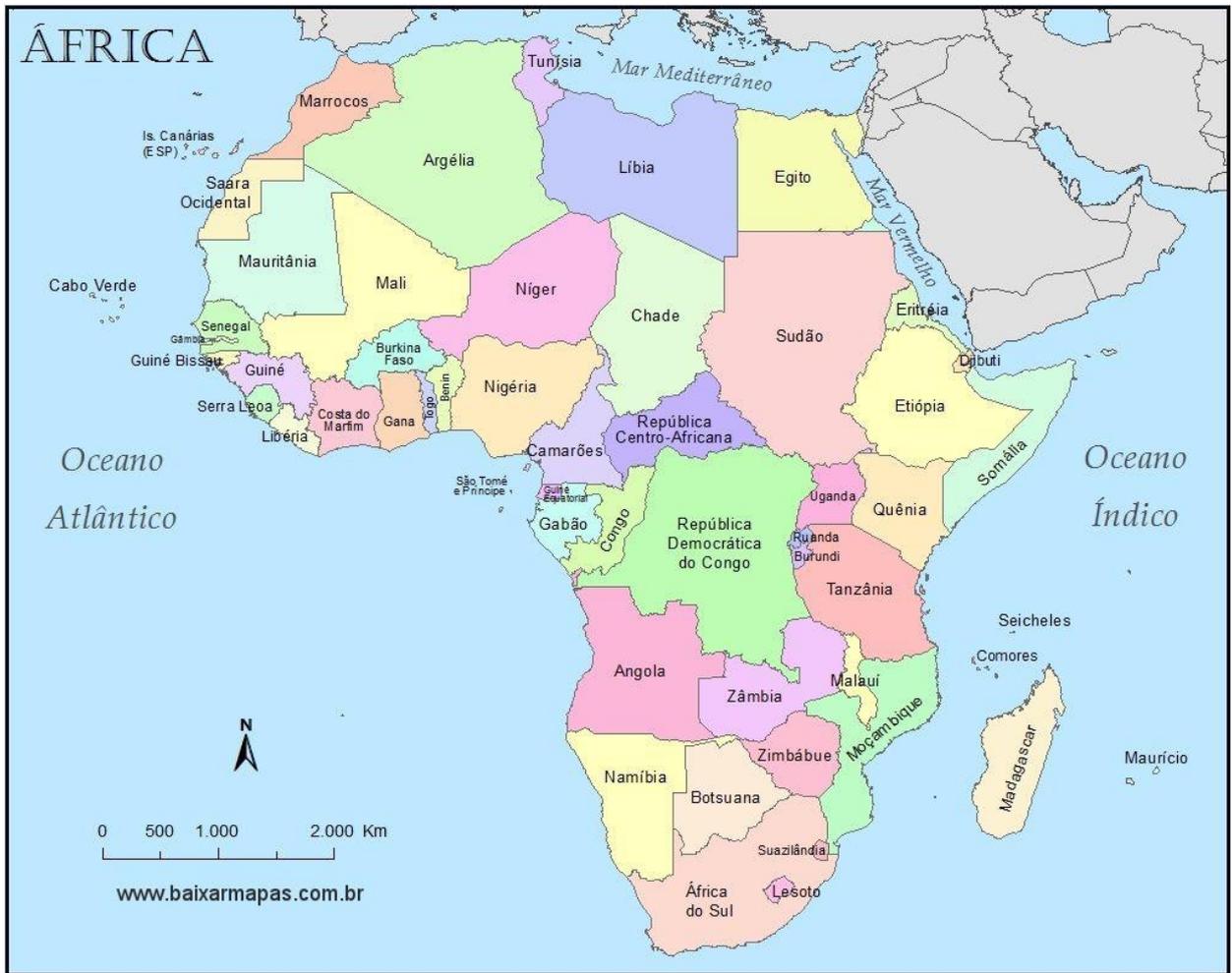
5. Vamos assistir novamente o vídeo e prestar atenção na música. Sobre **quais países** os cantores falam? Consegue escrever aqui os nomes dos países?

---

---

---

6. Agora vamos encontrar esses países no mapa do continente africano:



<http://www.baixarmapas.com.br/mapa-da-africa/>

7. Para quem quiser, temos mais uma brincadeira para aprender:

<https://www.youtube.com/watch?v=QjlmRDk9kti>

## Capoeira

A capoeira foi uma criação dos africanos no Brasil.



Há dois tipos de capoeira em nosso país:

*Capoeira Angola:* <https://www.youtube.com/watch?v=gPi78MfVG4&t=120s>

*Capoeira Regional:* <https://www.youtube.com/watch?v=aiehFxUskEQ&t=120s>

**A partir da visualização dos vídeos, responda:**

1. Qual capoeira é mais rápida?

---

2. Qual capoeira é jogada mais próxima do chão?

---

3. Como se inicia a roda de capoeira? Onde e como ficam os capoeiristas para iniciar o jogo?

---

---

---

4. Vamos lembrar a ginga e alguns golpes da capoeira?

Ginga - <https://www.youtube.com/watch?v=b3ZRZ-si2z8>

Benção - <https://www.youtube.com/watch?v=fCJ1rTO5Xbw>

Martelo - <https://www.youtube.com/watch?v=l8vf4HHkBA>

Esquiva - <https://www.youtube.com/watch?v=1P2uouwP1Vg>

5. Que tal ensinar a **ginga** para quem estiver em casa?

Aqui temos uma música para vocês jogarem: <https://www.youtube.com/watch?v=54JRejHOixA>



---

*Divirtam-se!*