

EDUCAÇÃO FÍSICA – Proposta de Atividades (5º anos) – Professora Beatriz

4ª Quinzena – 16 a 30 de junho

Bom dia, minha gente bonita!

Estamos aqui contando os dias para recomeçarem as aulas, da maneira como podemos agora, à distância, com todos em segurança em suas casas. Que bom que vamos nos ver outra vez (mesmo que seja apenas pela telinha do celular ou computador)!

Vocês sentem falta da escola? O que causa mais saudade?



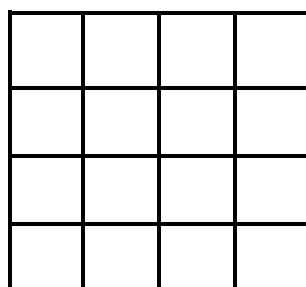
Amarelinha Africana

Para quem estava com saudade de brincar e das aulas de educação física, temos hoje a proposta da Amarelinha Africana.

Quem lembra da música?

Minuê / Minuê / Me gusta / la dancê / Me gusta / la dancê / La dança Minuuuê

E brincamos em um quadrado grande feito com outros quadrados pequenos (4x4)



Vamos preparar o espaço:

Você pode desenhar essa “grade” no chão com giz, com fitas, com cordas, com folhas coladas no chão... ou com o quê sua imaginação quiser inventar.

Vamos brincar?

1. Treinamos primeiro a música: em cada marcação vermelha há uma pequena pausa. Você pode bater uma palma quando chega nessa parte, para treinarmos a música. Vamos lá:

























Minuê / Minuê / Le gusta / la dancê / Le gusta / la dancê / La dança Minuuuê

- Observe que na última parte tem duas pausas/palmas: *La dança Minuuuê* (no *i* e no *ê*)

2. Treinamos agora a passagem pelos quadrados, junto com a música:

- Lembre: é ida e volta



<p><i>Minuê</i></p> 	<p><i>ê, Minuê</i></p>  <p>→</p>  <p><i>Le gusta</i></p>	<p><i>ê, le gusta</i></p>  <p>→</p>  <p>←</p> <p><i>ê</i></p>	<p><i>a la dancê</i></p>  <p>←</p>
<p><i>la dancê</i></p> 	<p><i>la dança Mi</i></p>  <p>→</p>  <p><i>Minuê</i></p>	<p><i>nuuuê</i></p>  <p>→</p>  <p>←</p> <p><i>Minuê</i></p>	<p><i>ê</i></p>  <p>←</p>
<p><i>Le gusta</i></p> 	<p><i>la dancê</i></p>  <p>→</p>  <p><i>La dança Mi</i></p>	<p><i>le gusta</i></p>  <p>→</p>  <p>←</p> <p><i>la dancê</i></p>	 <p>←</p>
<p><i>nuuuê</i></p> 	<p><i>Minuê</i></p>  <p>→</p>  <p><i>la dancê</i></p>	<p><i>ê, Minuê</i></p>  <p>→</p>  <p>←</p> <p><i>le gusta</i></p>	<p><i>ê</i></p>  <p>←</p>

- Observe que no momento da pausa (quando você fala a letrinha em vermelho) é quando você pisa no chão.

- Há diversas formas de jogar: Indo de frente, de costas, com outra pessoa... lembre-se do que fizemos nas aulas de educação física!

Para quem quiser, pode assistir o vídeo

<https://www.youtube.com/watch?v=SfGfBoPIo0w>

Divirtam-se!