



17º / 18º QUINZENA
DEZEMBRO

PLANEJAMENTO PARA A SEMANA DE 30 DE NOVEMBRO A 04 DE DEZEMBRO

	SEGUNDA – 30	TERÇA – 01	QUARTA – 02	QUINTA – 03	SEXTA – 04
COMPONENTES CURRICULARES	LÍNGUA PORTUGUESA	MATEMÁTICA	INGLÊS	EDUCAÇÃO FÍSICA	ARTE

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 30/11/2020

LÍNGUA PORTUGUESA: JOGO DA MEMÓRIA

OBJETIVO: REFLETIR SOBRE O SISTEMA DE ESCRITA E REALIZAR UMA ATIVIDADE AGRADÁVEL.

EMEB LUIZA MARIA DE FARIAS

SBC, SEGUNDA - FEIRA DIA DE DE

NOME:

ALFABETO:

JOGO DA MEMÓRIA

HOJE, IREMOS REALIZAR UMA ATIVIDADE BRINCANDO, COM A AJUDA DE UM ADULTO, VOCÊ IRÁ ENCONTRAR NO **ANEXO**, O **JOGO DA MEMÓRIA** ANTES DE COMEÇAR A JOGAR VOCÊ DEVE OBSERVAR OS DESENHOS E COMPLETAR COM AS VOGAIS, DESCOBRINDO OS NOMES DOS PERSONAGENS DEPOIS PRECISA PINTAR E RECORTAR (TESOURA SEM PONTA) OS QUADRADOS UM ADULTO DEVERÁ LER AS REGRAS DO JOGO . ENTÃO É SÓ BRINCAR!

REGRAS DO JOGO DA MEMÓRIA- MÍNIMO DE 2 PESSOAS

PARA COMEÇAR O JOGO, AS PEÇAS SÃO POSTAS COM AS FIGURAS VOLTADAS PARA BAIXO, PARA QUE NÃO POSSAM SER VISTAS. CADA PARTICIPANTE DEVE, NA SUA VEZ VIRAR DUAS PEÇAS E DEIXAR QUE TODOS AS VEJAM. CASO AS FIGURAS SEJAM IGUAIS, O PARTICIPANTE DEVE RECOLHER CONSIGO ESSE PAR E JOGAR NOVAMENTE. SE FOREM DIFERENTES, ESTAS DEVEM SER VIRADAS NOVAMENTE, E SENDO PASSADA A VEZ AO PARTICIPANTE SEGUINTE. GANHA O JOGO QUEM TIVER MAIS PARES NO FINAL.

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 01/12/2020

MATEMÁTICA: SITUAÇÃO PROBLEMA COM DÚZIA E MEIA DÚZIA.
OBJETIVO: RELACIONAR E COMPARAR QUANTIDADES DE DÚZIA E MEIA DÚZIA.

EMEB LUIZA MARIA DE FARIAS

SBC, TERÇA - FEIRA, DIA DE DE

NOME:

COMPLETE A SEQUÊNCIA NUMÉRICA ABAIXO.

1									10
11									20
21									30
31									40
41									50
51									60
61									70
71									80
81									90
91									100

ATIVIDADE DA PÁGINA 59 - LIVRO EMAI (REALIZAR A ATIVIDADE NESTA APOSTILA)
1) DE VOLTA PARA CASA, FERNANDA E BERNARDO GANHARAM DE PRESENTE DE SUA AVÓ DOIS CESTINHOS COM OVOS, EM CADA CESTINHO HAVIA 12 OVOS, OU SEJA, UMA DÚZIA DE OVOS.



A) QUANTOS OVOS ELES GANHARAM?

R: _____

B) NO CAMINHO DE VOLTA PARA CASA, BERNARDO DEIXOU SUA CESTINHA CAIR E QUEBRARAM MEIA DÚZIA DE OVOS, OU SEJA, 6 OVOS. QUANTOS OVOS SOBRARAM INTEIROS NA SUA CESTA?

R: _____

C) COM QUANTOS OVOS FERNANDA E BERNARDO CHEGARAM EM CASA?

R: _____

D) CHEGANDO EM CASA, SUA MÃE FEZ UM BOLO E USOU 4 OVOS. QUANTOS OVOS SOBRARAM?

R: _____

**SUGESTÃO DE ATIVIDADE (PARA QUEM RETIROU O LIVRO DO EMAI)
ATIVIDADE 11.5 - PÁGINA 60**

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 02/12/2020

INGLÊS: SAUDAÇÃO HELLO (OLÁ)

OLÁ PESSOAL...AQUI É A TEACHER MICHELA !!! TUDO BEM COM VOCÊS?
ESTOU COM SAUDADES DE TODOS!!!
ESTÁ CHEGANDO O FINAL DO ANO E VAMOS SENTIR FALTA DE NOSSAS AULAS.
NA ATIVIDADE DE HOJE VAMOS APRENDER A ESCRITA DE NOSSA SAUDAÇÃO
DE TODOS OS DIAS NO INÍCIO DA AULA.

HELLO (OLÁ)



VAMOS FAZER UM LINDO DESENHO E USAR A PALAVRA EM NOSSA PRODUÇÃO.
USE A SUA IMAGINAÇÃO!!!

E PARA TERMINAR ASSISTA O VÍDEO SE PUDER.
HELLO- SUPER SIMPLE SONGS

Clique na imagem, para
assistir ao vídeo.



ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 03/12/2020

EDUCAÇÃO FÍSICA

OBJETIVO: CONHECER A HISTÓRIA DO FUTEBOL E SE APROPRIAR DESSAS INFORMAÇÕES PARA ADAPTAR UMA BRINCADEIRA COM MATERIAIS DE FÁCIL ACESSO.

OLÁ CRIANÇAS! HOJE CONHECEREMOS UM POUCO DA HISTÓRIA DO FUTEBOL E NA AULA SEGUINTE, CONFECCIONAMOS UM CAMPO PARA VIVENCIARMOS A MODALIDADE BRINCANDO!

O FUTEBOL É CONSIDERADO A PAIXÃO NACIONAL E, SEM DÚVIDAS, O MAIS POPULAR DO MUNDO, COMEÇOU A SER PRATICADO NA INGLATERRA. ESPORTE QUE TRILHOU UMA LONGA JORNADA, SEM NENHUM TIPO DE



GLAMOUR E COM POUCOS HOLOFOTES, ATÉ CHEGAR A ESSE PATAMAR.

AO LONGO DAS DÉCADAS, NOVAS REGRAS FORAM IMPLEMENTADAS E MUITAS OUTRAS MODIFICADAS ATÉ O FUTEBOL CHEGAR AO FORMATO QUE É CONHECIDO HOJE. ENTRE AS MUDANÇAS, MUITAS COLABORAM PARA QUE O JOGO FICASSE MAIS LIMPO E JUSTO.



A HISTÓRIA DO FUTEBOL FEMININO BRASILEIRO É MAIS DO QUE LEMBRAR GOLS, VITÓRIAS, DERROTAS, LANCES MARCANTES E SEUS PERSONAGENS. É FALAR SOBRE RESISTÊNCIA, DESCASO E BARREIRAS QUEBRADAS. É LEMBRAR PERÍODOS DE PROIBIÇÃO, PRECONCEITO E AMADORISMO. ESSE CENÁRIO VEM SENDO MODIFICADO, E TEMOS POR EXEMPLO, A BRASILEIRA MARTA VIEIRA DA SILVA, A MARTA, É A PRINCIPAL JOGADORA DE FUTEBOL DO MUNDO, ELEITA SEIS VEZES COMO A MELHOR JOGADORA DO MUNDO.

TUDO ESSE SUCESSO REPRESENTA UMA VITÓRIA PARA O FUTEBOL FEMININO, MAS AINDA HÁ MUITO PROGRESSO A SER FEITO.

O FUTEBOL PARALÍMPICO CONSISTE NA ADAPTAÇÃO DO FUTEBOL REGULAR PARA ATLETAS COM ALGUMA DEFICIÊNCIA.

ESTES DESPORTOS SÃO JOGADOS COM MODIFICAÇÕES QUANTO AO TERRENO DE JOGO, EQUIPAMENTO, NÚMERO DE JOGADORES, E OUTRAS REGRAS NECESSÁRIAS PARA TORNAR O JOGO ADEQUADO AOS ATLETAS.

AS DUAS PRINCIPAIS VERSÕES DO FUTEBOL PARALÍMPICO SÃO O FUTEBOL DE CINCO, PARA ATLETAS COM DEFICIÊNCIAS VISUAIS, E O FUTEBOL DE SETE, PARA ATLETAS COM PARALISIA CEREBRAL.

NA PRÓXIMA AULA, CONSTRUIREMOS UM CAMPO E APRENDEREMOS UM JOGO DE FUTEBOL.



ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 04/12/2020

ARTE

OBJETIVO: CONHECER, VALORIZAR E FRUIR OBRAS DE ARTES ANTIGAS. AS IMAGENS ABAIXO SÃO DE PEÇAS DE ARTE EGÍPCIAS ANTIGAS. AS DUAS ESCULTURAS DE HIPOPÓTAMO SÃO AZUIS E DECORADAS COM DESENHOS DE PLANTAS AQUÁTICAS.

A PALAVRA HIPOPÓTAMO É DE ORIGEM GREGA E SIGNIFICA “CAVALO DO RIO” ESSES ANIMAIS VIVEM GRANDE PARTE DE SUA VIDA DENTRO DA ÁGUA.
ESCULTURA DE HIPOPÓTAMO DECORADO



https://www.suapesquisa.com/uploads/site/escultura_egipcia_hipopotamo.jpg

COM PLANTAS. ANTIGO EGITO, CERCA DE 2050-1786 ANTES DE CRISTO. FAIANÇA AZUL, 12,70CM. MUSEU DO LOUVRE, PARIS, FRANÇA.

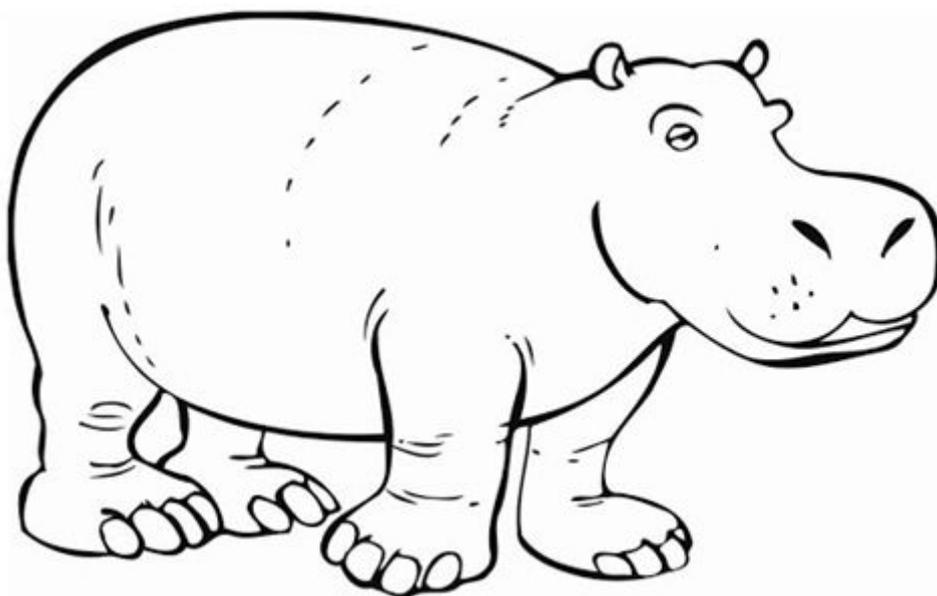
https://http2.mlstatic.com/D_NQ_NP_737134-MLB32940119752_112019-O.jpg



ESCULTURA DE HIPOPÓTAMO DECORADO COM PLANTAS. ANTIGO EGITO, CERCA DE 1900 ANTES DE CRISTO. MUSEU DE ARTES METROPOLITANA DE NOVA YORK, ESTADOS UNIDOS.

ATIVIDADE:

VOCÊ VAI TRABALHAR ESTE HIPOPÓTAMO COM CORES E DESENHOS DA SUA IMAGINAÇÃO, USE PLANTAS AQUÁTICAS, LINHAS E FORMAS!



PLANEJAMENTO PARA A SEMANA DE 07 A 11 DE DEZEMBRO

	SEGUNDA – 07	TERÇA – 08	QUARTA – 09	QUINTA – 10	SEXTA – 11
COMPONENTES CURRICULARES	LÍNGUA PORTUGUESA	MATEMÁTICA	INGLÊS	EDUCAÇÃO FÍSICA	ARTE

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 07/12/2020

LÍNGUA PORTUGUESA: PALITOCHE CHAPEUZINHO VERMELHO.
OBJETIVO: RECONTAR A HISTÓRIA, PRESERVANDO OS FATOS. UTILIZAR A IMAGINAÇÃO E CRIATIVIDADE.

VAMOS RECONTAR A HISTÓRIA DA CHAPEUZINHO VERMELHO, UTILIZANDO OS PALITOCHESES QUE IREMOS MONTAR?

SIGA O PASSO A PASSO:

1º VÁ ATÉ OS ANEXOS E ENCONTRE AS IMAGENS DO PALITOCHE.

2º PINTE COM MUITO CAPRICHOS!

3º RECORTE EM VOLTA DAS IMAGENS.

4º VOCÊ VAI PRECISAR DE PALITO DE SORVETE OU CANUDO.

5º COLE O PALITO DE SORVETE ATRÁS DA IMAGENS OU UTILIZE O DUREX PARA COLAR O CANUDO NA IMAGEM.

6º AGORA SE DIVIRTA!!!! CONTE A HISTÓRIA DA CHAPEUZINHO VERMELHO PARA SUA FAMÍLIA OU MELHOR RECONTE A HISTÓRIA JUNTO COM ELES! ^^



ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 08/12/2020

MATEMÁTICA: SITUAÇÃO PROBLEMA COM SISTEMA MONETÁRIO.
OBJETIVO: RECONHECER E RELACIONAR VALORES DE MOEDAS E CÉDULAS DO SISTEMA MONETÁRIO BRASILEIRO.

EMEB LUIZA MARIA DE FARIAS

SBC, TERÇA - FEIRA, DIA DE DE

NOME:

COMPLETE A SEQUÊNCIA NUMÉRICA ABAIXO.

1									10
11									20
21									30
31									40
41									50
51									60
61									70
71									80
81									90
91									100

**SUGESTÃO DE ATIVIDADE (PARA QUEM RETIROU O LIVRO DO EMAI)
ATIVIDADE 13.2 - PÁGINA 66**

1) A BONECA LILICA 20 REAIS. JULIANA QUER COMPRÁ-LA E ESTÁ FAZENDO ECONOMIA. VEJA O DINHEIRO QUE ELA JÁ TEM.



A) QUAIS CÉDULAS ELA TEM? QUAL O VALOR DE CADA CÉDULA?

R: _____

B) QUANTAS MOEDAS ELA TEM? QUAL O VALOR DE CADA MOEDA?

R: _____

C) QUANTOS REAIS JULIANA TEM?

R: _____

D) A QUANTIA QUE JULIANA POSSUI É SUFICIENTE PARA COMPRAR A BONECA?

SIM	
-----	--

NÃO	
-----	--

E) QUANTO FALTA PARA JULIANA COMPRAR A BONECA?

R: _____

**SUGESTÃO DE ATIVIDADE (PARA QUEM RETIROU O LIVRO DO EMAI)
ATIVIDADE 13.3 - PÁGINA 67**

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 09/12/2020

INGLÊS: SAUDAÇÃO GOOD MORNING (BOM DIA)

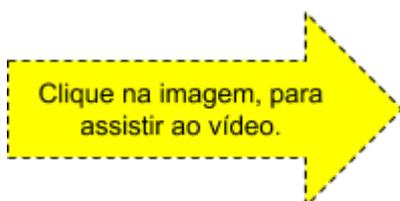
OLÁ PESSOAL...AQUI É A TEACHER MICHELA !!! TUDO BEM COM VOCÊS?
ESTOU COM SAUDADES DE TODOS!!!
ESTÁ CHEGANDO O FINAL DO ANO E VAMOS SENTIR FALTA DE NOSSAS AULAS.
NA ATIVIDADE DE HOJE VAMOS APRENDER A ESCRITA DE GOOD MORNING
(BOM DIA) TODOS SE LEMBRAM NÉ... SEMPRE USAMOS DE MANHÃ.



VAMOS FAZER UM LINDO DESENHO E USAR A PALAVRA EM NOSSA PRODUÇÃO.
USE A SUA IMAGINAÇÃO!!!

--

E PARA TERMINAR ASSISTA O VÍDEO SE PUDER.
GOOD MORNING MR. ROOSTER- SUPER SIMPLE SONGS



KISSES (BEIJOS)

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 10/12/2020

ARTE E EDUCAÇÃO FÍSICA

OBJETIVO: TRABALHAR A COORDENAÇÃO MOTORA, MIRA E ESTRATÉGIA.

FUTEBOL COM TAMPINHAS

ARTE

OLÁ, TURMINHA! HOJE FAREMOS A PARTE ARTÍSTICA DA NOSSA AULA INTERDISCIPLINAR! MONTAREMOS O CAMPO PARA O FUTEBOL DE TAMPINHAS, LEMBRANDO QUE SEMPRE PODEMOS ADAPTAR OS MATERIAIS COM O QUE TEMOS EM CASA, HEIM! NADA DE FICAR COMPRANDO MATERIAL! ENTÃO, MÃO NA MASSA!

MATERIAIS:

- PAPELÃO, MADEIRA, MESA, SUPERFÍCIE LISA PARA SER O CAMPO;
- CANETINHA, FITA ADESIVA, PARA DELIMITAR A ÁREA;
- TAMPINHAS, BOTÕES, PEDRINHAS, PARA SER OS JOGADORES E MARCAR ÁREA DO GOL;
- USEI RÉGUA E CD PARA RISCAR O CAMPO.

PASSO-A-PASSO:

1- DEFINA A SUPERFÍCIE QUE IRÁ UTILIZAR. EU TINHA MADEIRA, MAS PODE SER PAPELÃO;



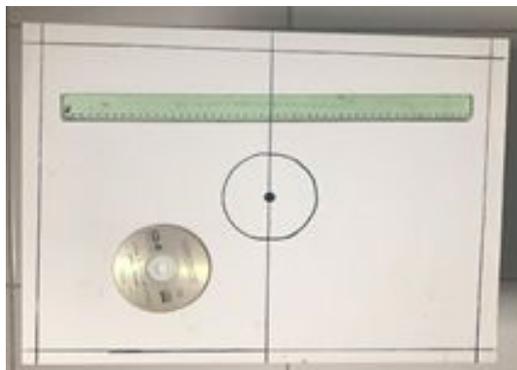
2- MARQUE O CENTRO DO CAMPO COM UM CD;



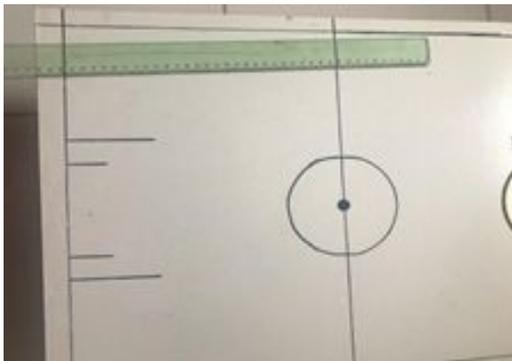
3- DEFINA AS LINHAS DE MARCAÇÕES DO CAMPO COM A RÉGUA;



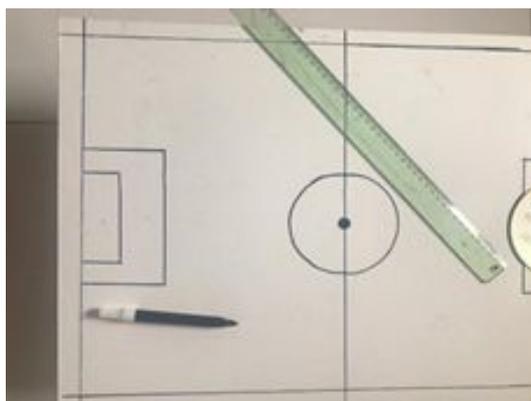
4- FAÇA TODAS AS DELIMITAÇÕES DO CAMPO;



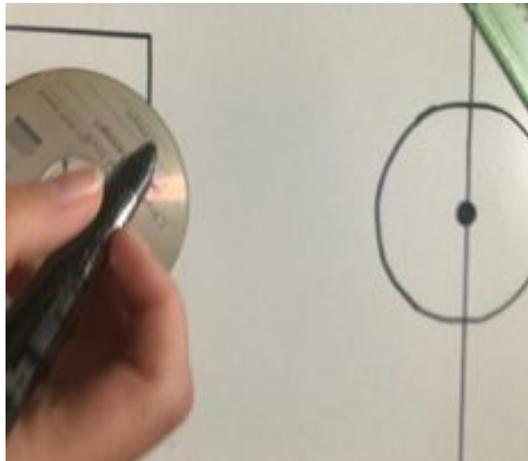
5- DELIMITE A ÁREA COM AUXÍLIO DE RÉGUA;



6-



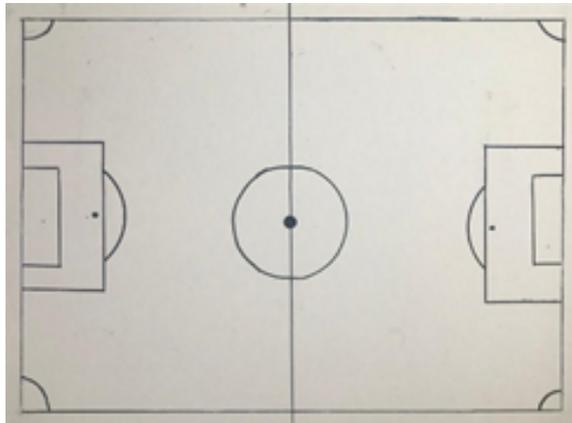
7- UTILIZE O CD PARA FAZER A ÁREA DO PÊNALTI;



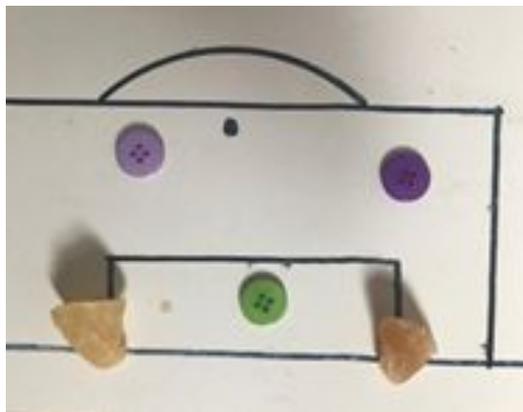
8- FAÇA AS LINHAS DE ESCANTEIO;



9- PRONTO!



10- ESCOLHA OS ITENS QUE VOCÊ TEM EM CASA PARA JOGAR. EU TINHA BOTÕES.



EDUCAÇÃO FÍSICA

CLIQUE NA IMAGEM E ASSISTA O VÍDEO EXPLICATIVO OU LEIA AS INSTRUÇÕES. DIVIRTAM-SE!!!



COMO BRINCAR

1. OS DOIS JOGADORES ATACAM COM AS MESMAS 3 TAMPINHAS.
2. O JOGADOR SORTEADO PARA INICIAR A PARTIDA POSICIONA AS 3 TAMPINHAS PRÓXIMAS AO SEU GOL, FORMANDO UM TRIÂNGULO.
3. DESLOQUE AS TAMPINHAS COM TOQUINHOS, COM A LATERAL DA PALMA DA MÃO OU COM A LATERAL DOS DEDOS DOBRADOS. SÓ NÃO VALE CONDUZIR OU EMPURRAR AS TAMPINHAS.
4. A TAMPINHA TOCADA DEVE SEMPRE PASSAR PELO MEIO DAS OUTRAS DUAS, FORMANDO UMA ESPÉCIE DE TRANÇA.

[Futebol com tampinhas](#)



5. SE, DURANTE O ATAQUE, ALGUMA DAS TAMPINHAS SAIR DO CAMPO PELA LATERAL OU PELA LINHA DE FUNDO, OU SE A TAMPINHA TOCADA NÃO PASSAR PELO MEIO DAS OUTRAS DUAS, O JOGADOR PERDE A VEZ E O ADVERSÁRIO INICIA SUA JOGADA COLOCANDO AS 3 TAMPINHAS, EM FORMATO DE TRIÂNGULO, NA FRENTE DO SEU GOL.
6. O OBJETIVO DO JOGO É FAZER MAIS GOLS QUE O ADVERSÁRIO.

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 11/12/2020

ARTE

OBJETIVO: ESTUDAR GRAVURAS BRASILEIRAS NAS QUAIS APARECEM BICHOS, DESENHAR ANIMAIS.

A ARTISTA BRASILEIRA ANGELA LEITE COSTUMA REPRESENTAR EM SUAS OBRAS TEMAS RELACIONADOS À PRESERVAÇÃO DO MEIO AMBIENTE. EM SEUS DESENHOS E GRAVURAS, MOSTRA MUITAS ESPÉCIES DE ANIMAIS AMEAÇADAS DE EXTINÇÃO. NA DÉCADA DE 1980, A ARTISTA PRESIDIU A UNIÃO EM DEFESA DAS BALEIAS, CONTRIBUINDO PARA A PROIBIÇÃO DA CAÇA A ESSE MAMÍFERO NOS MARES BRASILEIROS.



BELUGA E SEU BALEOTE, 2021 ANGELA LEITE, XILOGRAVURA

ATIVIDADE: NO ESPAÇO ABAIXO DESENHE UM ANIMAL, FAÇA SEU DESENHO GRANDE OCUPANDO TODO O ESPAÇO, PINTÉ COM LÁPIS DE COR BEM FORTE PARA QUE A IMAGEM E A COR FIQUEM NÍTIDAS, APÓS TERMINAR SEU DESENHO FOTOGRAFE E ENVIE PARA PROFESSORA DE ARTES.

GRAVURA DE ANIMAIS

NOME:

TURMA:

PLANEJAMENTO PARA A SEMANA DE 14 A 18 DE DEZEMBRO

	SEGUNDA – 14	TERÇA – 15	QUARTA – 16	QUINTA – 17	SEXTA – 18
COMPONENTES CURRICULARES	LÍNGUA PORTUGUESA	MATEMÁTICA / DIÁRIO DA QUARENTENA	INGLÊS	EDUCAÇÃO FÍSICA	ARTE

ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 14/12/2020

LÍNGUA PORTUGUESA: PLACA DE PALAVRAS- CHAPEUZINHO VERMELHO
OBJETIVO: REFLETIR SOBRE O SISTEMA DE ESCRITA.

HOJE VOCÊS VÃO MONTAR ALGUMAS PALAVRAS JÁ CONHECIDAS, **NA PLACA DA CHAPEUZINHO.**

- VÁ EM ANEXOS E PROCURE “PLACA DA CHAPEUZINHO”.
- RECORTE AS LETRAS QUE SÃO PARA SER UTILIZADA NA PLACA.
- MONTE E REMONTE AS PALAVRAS, QUANTAS VEZES QUISER.
- FAÇA O DESAFIO PARA OUTRAS CRIANÇAS!



ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 15/12/2020

MATEMÁTICA: JOGO DE TRILHA - DESAFIO DA SELVA.

OBJETIVO: AMPLIAR OS PROCEDIMENTOS DE CONTAGEM E A RÉCITA NUMÉRICA; EXPLORAR A ADIÇÃO E A SUBTRAÇÃO EM SITUAÇÃO DE JOGO.

JOGO DESAFIO DA SELVA

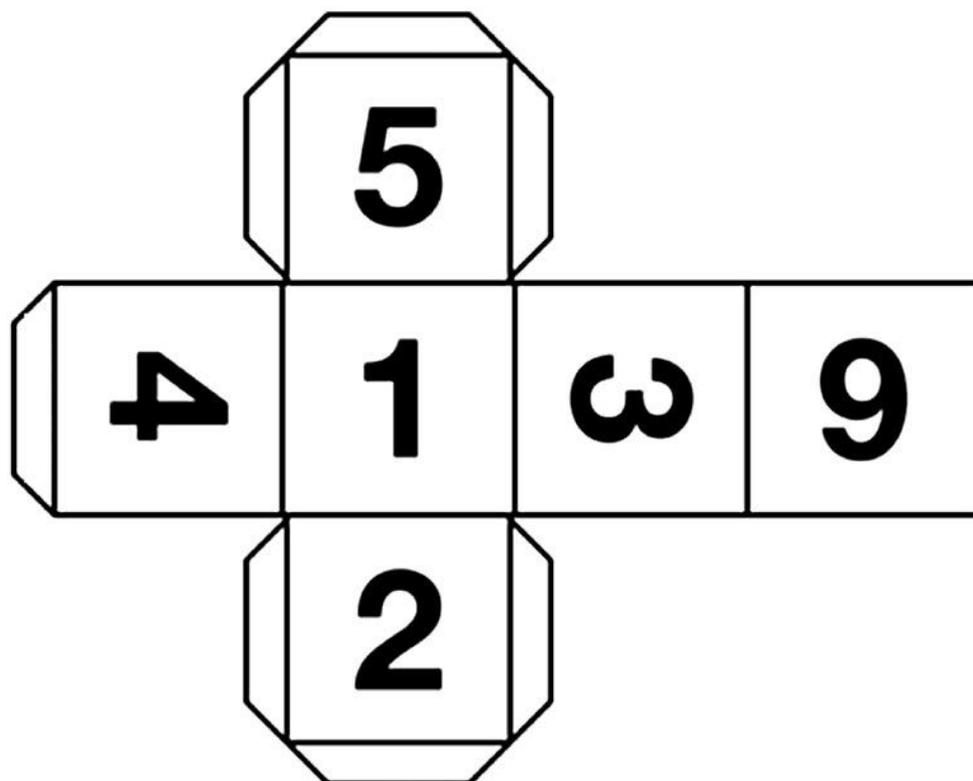
MATERIAL: TABULEIRO DA SELVA (ABAIXO), MARCADORES: UM PARA CADA JOGADOR, PODEM SER PEDRINHAS, TAMPINHAS OU O QUE ACHAR MELHOR, E O DADO (ABAIXO).

JOGADORES: 2 OU 3.

REGRAS:

- CADA JOGADOR POSICIONA SEU MARCADOR NA CASA DE NÚMERO 1.
- OS JOGADORES DECIDEM QUEM VAI COMEÇAR.
- QUEM COMEÇA, LANÇA O DADO E ANDA COM SEU MARCADOR O NÚMERO DE CASAS INDICADO NO DADO.
- CONFORME FOR PERCORRENDO A TRILHA, CADA JOGADOR DEVE LIDAR COM AS VANTAGENS E AS DESVANTAGENS DOS OBSTÁCULOS.
- GANHA QUEM CHEGAR PRIMEIRO À CASA NÚMERO 47 E AJUDAR O MACACO A COMER AS BANANAS.





ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 16/12/2020

INGLÊS: SAUDAÇÃO GOOD NIGHT (BOA NOITE)

OLÁ PESSOAL...AQUI É A TEACHER MICHELA !!! TUDO BEM COM VOCÊS?
ESTOU COM SAUDADES DE TODOS!!!

ESSA É NOSSA ÚLTIMA ATIVIDADE DO ANO. VOU SENTIR SAUDADES DE VOCÊS!!!

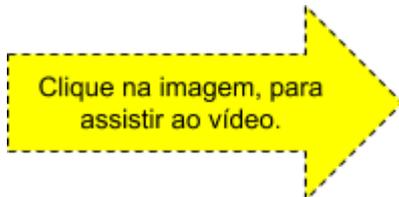
NA ATIVIDADE DE HOJE VAMOS APRENDER A ESCRITA DE GOOD NIGHT (BOA NOITE).

GOOD NIGHT



VAMOS FAZER UM LINDO DESENHO E USAR A PALAVRA EM NOSSA PRODUÇÃO.
USE A SUA IMAGINAÇÃO!!!

E PARA TERMINAR ASSISTA O VÍDEO SE PUDER.



QUERO DESEJAR A TODOS UM FELIZ NATAL!!!



ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 17/12/2020

**EDUCAÇÃO FÍSICA
OLIMPIADAS - BOXE**

OLÁ PESSOAL, COMO VOCÊS ESTÃO? ESPERO QUE TODOS ESTEJAM BEM! NA ÚLTIMA AULA DO PROJETO OLIMPIADAS, FEITO DE FORMA INTERDISCIPLINAR ENTRE OS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ARTES, FALAREMOS DE UMA MODALIDADE QUE ENVOLVE ESTRATÉGIA, FORÇA, AGILIDADE E UM MISTO DE CAPACIDADES E HABILIDADES FÍSICAS, ESSA MODALIDADE É O BOXE.



FIGURA 1 – LUTADORES TROCANDO GOLPES.

O BOXE É UMA MODALIDADE QUE TEM SUA ORIGEM NA ANTIGUIDADE E É UM DOS ESPORTES MAIS ANTIGOS DO MUNDO. HÁ RELATOS QUE NA PRÉ-HISTÓRIA JÁ HAVIAM LUTAS EM QUE SE USAVAM AS MÃOS DE FORMA ESPONTÂNEA E INSTINTIVA. MAS O RELATO MAIS FORTE DO SURGIMENTO DA MODALIDADE VEM DE 4.000-3.000 ANOS A.C. NO EGITO E NA GRÉCIA. CONHECIDO COMO PUGILATO, NÃO TINHA MUITAS REGRAS, O QUE O TORNAVA UM TANTO PERIGOSO. SUA PRIMEIRA APARIÇÃO NOS JOGOS OLÍMPICOS DA ANTIGUIDADE ACONTECEU EM 668 A.C. JÁ NA ERA MODERNA, COM MAIS REGRAS, PREZANDO PELA SAÚDE DE SEUS PRATICANTES APARECEU NOS JOGOS OLÍMPICOS DE SAINT LOUIS, EM 1904.

ESTA MODALIDADE PODE TRAZER GRANDES BENEFÍCIOS FÍSICOS COM SUA PRÁTICA ALÉM DA GERAÇÃO DE ATITUDES COMO O RESPEITO, ESPÍRITO ESPORTIVO, APRENDER A LIDAR COM VITÓRIAS E DERROTAS E ETC., MAS INFELIZMENTE O BOXE NÃO RECEBE GRANDE APOIO QUANDO O QUESITO É PATROCÍNIOS AQUI NO BRASIL, O QUE DIFICULTA MUITO O CRESCIMENTO DESTA MODALIDADE , ONDE OS ATLETAS GERALMENTE TÊM CARREIRAS DIFÍCEIS, PASSANDO POR GRANDES DIFICULDADES FINANCEIRAS. MESMO ASSIM O BRASIL JÁ REVELOU E CONTINUA REVELANDO GRANDES NOMES NO BOXE OLÍMPICO COMO: ROBSON CONCEIÇÃO, ÚNICO MEDALHISTA A CONSEGUIR O OURO OLÍMPICO NA HISTÓRIA DO BOXE BRASILEIRO, NO RIO DE JANEIRO EM 2016; OS IRMÃOS ESQUIVA FALCÃO (PRATA) E YAMAGUCHI FALCÃO (BRONZE), DISPUTANDO SUAS LUTAS EM CATEGORIAS DIFERENTES EM LONDRES, 2012.



FIGURA 2 - ROBSON CONCEIÇÃO, MEDALHISTA DE OURO NO RIO 2016.

REGRAS

ALGUMAS DAS REGRAS DO BOXE INCLUEM EFETUAR GOLPES APENAS ACIMA DA LINHA DE CINTURA, UTILIZAR SOMENTE OS PUNHOS PARA GOLPEAR, EVITAR CABEÇADAS OU ATITUDES ANTIDESPORTIVAS, UTILIZAR LUVAS ADEQUADAS À CATEGORIA DE PESO, BANDAGENS, PROTETOR BUCAL E DEPENDENDO DA COMPETIÇÃO CAPACETE. AS REGRAS PODEM VARIAR ENTRE COMPETIÇÕES AMADORAS E PROFISSIONAIS.

GOLPES

OS GOLPES MAIS CONHECIDOS DO BOXE SÃO:

GUARDA: NÃO É PROPRIAMENTE UM GOLPE, MAS MUITO IMPORTANTE PARA A DEFESA DO LUTADOR E EXECUÇÃO DE GOLPES. TRATA-SE DA POSTURA QUE O LUTADOR SE COLOCA PARA LUTAR PODENDO VARIAR DE ACORDO COM A TÉCNICA E TÁTICA DO ATLETA.

JAB: EXECUTADO EM LINHA RETA, COM A MÃO DA FRENTE DA POSTURA DE LUTA.

DIRETO: EXECUTADO EM LINHA RETA, COM A MÃO DE TRÁS DA POSTURA DE LUTA;

CRUZADO(GANCHO): FEITO GERALMENTE EM CURTA DISTÂNCIA, COM UM MOVIMENTO DA ESQUERDA PARA DIREITA, OU VICE-VERSA.

UPPERCUT: GOLPE FEITO NA CURTA DISTÂNCIA, SENDO EXECUTADO DE FORMA RÁPIDA, DE BAIXO PARA CIMA.

PROPOSTA DE ATIVIDADE

PARA UMA VIVÊNCIA DA PRÁTICA DO BOXE ATRAVÉS DA BRINCADEIRA “ARRANCANDO PRENDEDORES” VOCÊ PRECISARÁ DE APENAS 10 PRENDEDORES, E QUE VOCÊ E SEU PARCEIRO DE BRINCADEIRA ESTEJAM USANDO UMA CAMISA, PARA QUE ASSIM POSSAM PRENDER OS PRENDEDORES NAS ROUPAS.O OBJETIVO É RETIRAR OS PRENDEDORES DA ROUPA DO COLEGA EVITANDO QUE RETIRE DA SUA, QUEM RETIRAR TODOS PRIMEIRO GANHA.

PASSO 1:PRENDA 5 PRENDEDORES EM SUA ROUPA E DE SEU PARCEIRO. CASO NÃO TENHA PRENDEDORES, PODE-SE USAR PEDAÇOS DE FITA ADESIVA.



PASSO 2: FIQUE DE FRENTE PARA O OUTRO EM POSIÇÃO DE LUTA.



PASSO 3 : TENTE PUXAR UM PRENDEDOR POR VEZ DA ROUPA DO SEU COLEGA SEM QUE ELE TIRE OS PRENDEDORES DA SUA ROUPA. O VENCEDOR É QUEM CONSEGUIR ARRANCAR OS PRENDEDORES DO ROUPA DO ADVERSÁRIO PRIMEIRO.



<https://drive.google.com/file/d/1Zzkzi18aUcOsUUe88g9oZ8wvHbsFo2xE/view?usp=sharing>

OBSERVAÇÕES: O OBJETIVO É RETIRAR OS PRENDEDORES DA ROUPA DO COLEGA, SEM GOLPES COM OBJETIVO DE MACHUCAR, ACERTAR O ROSTO OU ABAIXO DA CINTURA, ESSAS ATITUDES ESTÃO TOTALMENTE PROIBIDAS.

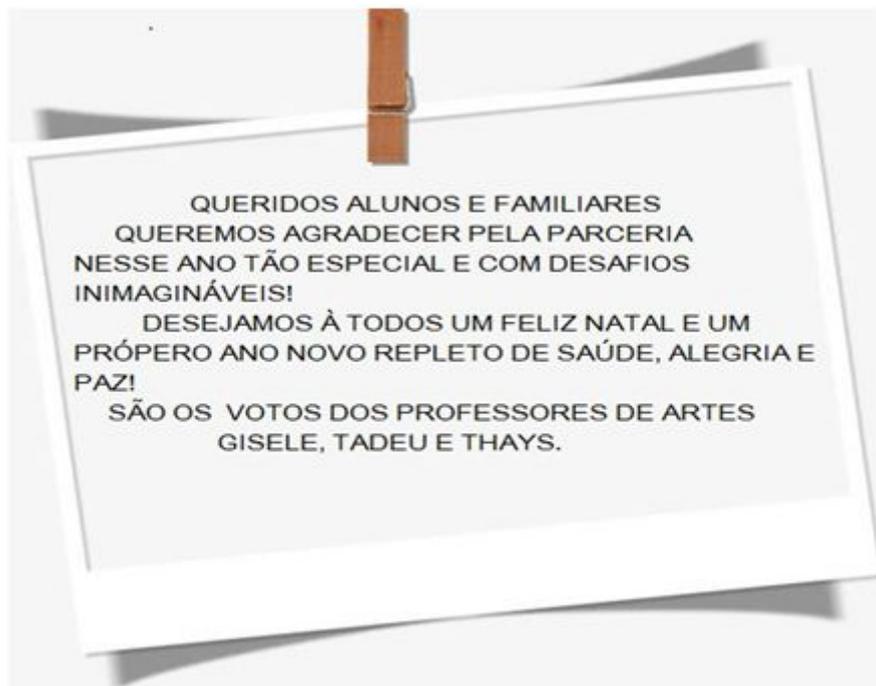
FÁCIL NÉ PESSOAL? ATRAVÉS DESTA ATIVIDADE TRABALHAMOS CAPACIDADES E HABILIDADES FÍSICAS COMO : AGILIDADE, VELOCIDADE E TEMPO DE REAÇÃO. ESPERO QUE SE DIVIRTAM BASTANTE E MANDEM FOTOS E VÍDEOS PARA A GENTE BRINCANDO. ABAIXO DEIXO ALGUNS LINKS DE VÍDEOS CONTANDO MAIS SOBRE O BOXE.

FECHAMOS O PERÍODO, AGORA É SÓ CURTIR AS FÉRIAS, BOM DESCANSO A TODOS!

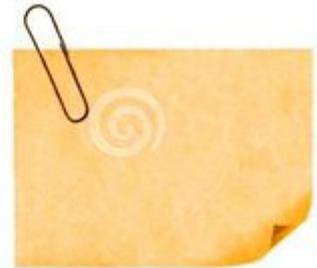
ATIVIDADES PARA SEREM REALIZADAS NO DIA: 18/12/2020

ARTE

OBJETIVO: ESCREVER MENSAGEM DE PAZ E AMOR EM *POST IT*.



ATIVIDADE: CHEGAMOS AO FINAL DE MAIS UM ANO LETIVO!
CHEGOU A HORA DE NOS DESPEDIR, VAMOS DESCANSAR E NOS PREPARAR PARA O PRÓXIMO ANO, PARA RETORNAR CHEIOS DE ENTUSIASMO E ALEGRIA! ABAIXO TEMOS VÁRIOS *POST IT* ESCREVA MENSAGENS DE AMOR, PAZ E PROSPERIDADE PARA AS PESSOAS QUE VOCÊ AMA!



ANEXO - JOGO DA MEMÓRIA



CH ___ P ___ Z ___ NH ___
V ___ RM ___ LH ___



L ___ B ___
M ___



L ___ B ___
M ___



V ___ V ___



C ___ Ç ___ D ___ R



M ___ M ___



M ___ M ___



CH ___ P ___ Z ___ NH ___
V ___ RM ___ LH ___



V _ V _



C _ Ç _ D _ R

ANEXO- PALITOCHE

