|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DE SÃO PAULO****DIRETORIA DE ENSINO DE JAÚ****EE PROFESSORA NELLY COLLEONE RAVAGNOLLI****Rua Olivia C. A. do Amaral, 233 – Residencial Santana - Bocaina/SP CEP 17240-000****Telefone: (14) 57041899** |  |
| **PLANO DE AULA – 2º Bimestre/2020** |
| **Professor:** | Ademir Testa Junior | **Disciplina:** Educação Física |
| **e-mail** | ademirtj@gmail.com |
| **Semana:** | 13 a 17/07 | **Nº de aulas previstas:** 2 |
| **Aluno:** |  | **Ano/Série:** 6º ano |
| **Conteúdo (s):** | Ginástica: condicionamento físico |
| **Habilidade(s):** | (EF06EF08) experimentar e fruir exercícios físicos da ginástica de condicionamento físico que solicitem diferentes capacidades físicas |
| **Recurso(s):** | Caderno, vídeo e aula apresentada no app CMSP, celular para filmagem. |
| **Verificação da Aprendizagem:** | A aprendizagem será verificada a partir das atividades apresentadas pelos alunos. A devolutiva sobre a análise das tarefas realizadas pelos alunos será realizada ao vivo, por meio do aplicativo zoom. Para aqueles que não puderem participar das devolutivas ao vivo, será enviada a correção da atividade em resposta à mensagem do aluno, no mesmo veículo de comunicação utilizado por ele para enviar a atividade. |
| **Validado em:** \_\_\_/\_\_\_/2020 | **Por:**  |
| **Atividade(s) a serem realizadas:**Olá pessoal! Nessa semana estudaremos um pouco sobre ginástica de condicionamento físico. O que é ginástica de condicionamento físico? São os exercícios físicos destinados à melhoria das capacidades físicas (força, velocidade, agilidade, resistência e flexibilidade). Se você assistiu a aula pelo app CMSP você descobriu que cada tipo de exercício serve para melhorar predominantemente uma das capacidades físicas. Além disso, deve ter aprendido que para cada capacidade atividade que fazemos existe uma capacidade física predominante também!Então vamos à nossa atividade:1. Abra o caderno do aluno na página 54 e responda as 6 questões que aparecem lá, considerando aquilo que vocês já sabem sobre a ginástica de condicionamento físico.
2. Para aprofundar mais as suas percepções sobre as capacidades físicas, faça o que se pede nas atividades 2 na página 54 do caderno do aluno.
3. Em seguida, assista os primeiros 14 minutos da minha videoaula disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=R7G7-J9K8Jo&t=137s> e o vídeo disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=YH2Ubj2flJc&t=49s>
4. Finalize a sua tarefa preenchendo o quadro da atividade 3 na página 55 do caderno do aluno. Procure realizar os exercícios apresentados no quadro, fotografe e envie para o prof. Testa. **Seja fisicamente ativo durante a pandemia!**

Grande abraço do prof. Testa |