



NOME: \_\_\_\_\_

DATA: / / 2020

**Olá Aluno,**

**Nesses dias que você ficará em casa, sempre lembre-se de fazer exercício (na sua casa) e estudar!**

**Vamos falar um pouquinho sobre...**

O alongamento e o aquecimento são muito importantes para a melhora na qualidade da prática de atividades físicas. O objetivo deste momento é preparar o corpo para realização das atividades diárias e prevenir lesões.

**Realize de 05 a 10 repetições em cada exercício.**



1 - Você conseguiu realizar todos os exercício de alongamento?

( ) Sim ( ) Não



NOME: \_\_\_\_\_

DATA: / / 2020

Observe a imagem a seguir e responda:



*Brincadeiras de criança*, de 1560: o quadro de Pieter Bruegel (1525-1569) apresenta várias brincadeiras e jogos típicos da época, muitos ainda existentes na atualidade (óleo sobre tela, 118 cm x 161 cm). Acervo Kunsthistorisches Museum, Viena.

a) Embora o quadro se chame *Brincadeiras de criança*, são apenas crianças que estão brincando?

---

---

---

b) Elas se parecem com as que você costuma brincar? Explique em que elas são semelhantes.

---

---

---

## AS BRINCADEIRAS E OS JOGOS DE SUA INFÂNCIA

1. Quais brincadeiras e jogos marcaram sua infância?

---

---

---

---

Escolha um desses jogos de que você se lembra e responda:

2. Qual é o nome do jogo?

---

---

3. Como você jogava? (Por favor, descreva.)

---

---

---

---

---

---

---

4. Com quem você jogava?

---

---

5. Onde você jogava?

---

---

---

6. Você poderia apresentar esse jogo na escola? (Se puder, escreva o dia da semana e o horário.)

---

---




NOME: \_\_\_\_\_

DATA: / / 2020

**OBSERVE OS EMBLEMAS E RESPONDA:**



- 1- Para qual time você torce?.....
- 2- Você reconhece o emblema do seu time, neste quadro acima? Então, circule-o.
- 3- Desenhe o emblema aqui: 
- 4- Pinte o desenho da camisa com as cores do time que voce torce:



Leia o poema e marque corretamente:



**JOGO DE BOLA**

Cecilia Meireles

A BELA BOLA ROLA,  
A BELA BOLA DO RAUL.

BOLA AMARELA,  
A DE ARABELA.

ROLA A AMARELA  
E PULA A AZUL.

A BOLA É MOLE,  
É MOLE E ROLA.

A BOLA É BELA,  
É BELA E PULA.

É BELA, ROLA E PULA,  
É MOLE, AMARELA, AZUL.

A DE RAUL É DE ARABELA,  
E A DE ARABELA É DE RAUL.

2-A COR DA BOLA DA ARABELA É:

- AZUL
- AMARELA
- VERMELHA
- VERDE

3-A BOLA É DO:

- RAI
- RAMON
- RAUL
- RONALDO

4- A BOLA DO RAUL É:

- AMARELA
- AZUL
- BRANCA
- VERDE

5- MARQUE A PALAVRA QUE  
TERMINA IGUAL A BOLA:

- BICO
- MOLA
- PATO
- LIXO

1-ESTE POEMA É SOBRE UMA:

- BONECA
- BOTA
- BOLACHA
- BOLA

6- A PALAVRA QUE RIMA COM  
ARABELA É:

- AMARELA
- MOLE
- PULA
- ROLA



NOME: \_\_\_\_\_

DATA: / / 2020



**Desafio!**

Encontre dez palavras que se referem ao tema "Jogo e esporte".

- |             |         |                |
|-------------|---------|----------------|
| Ataque      | Defesa  | Popular        |
| Brincadeira | Esporte | Pré-desportivo |
| Cooperativo | Jogo    | Regras         |
| Competição  |         |                |

As palavras podem estar invertidas, na diagonal, na vertical ou na horizontal. Ao encontrar a palavra no quadro, risque-a da lista acima.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | B | V | X | Z | S | T | R | O | P | L | J | E | T | R | O | P | S | E | G | P | C | J |
| Z | S | D | F | G | R | T | J | H | X | N | C | L | K | J | Á | R | T | Y | W | O | D | O |
| F | X | J | H | W | Q | P | L | K | B | N | I | O | D | F | Ç | A | C | R | T | P | P | G |
| Ç | U | E | Á | P | T | G | H | F | R | O | L | K | O | J | I | G | N | M | B | U | J | O |
| B | R | I | N | C | A | D | E | I | R | A | W | X | Z | P | T | U | H | Ç | A | L | P | M |
| E | V | G | T | H | E | D | S | C | X | T | N | H | G | T | E | J | K | D | V | A | W | L |
| B | H | T | Y | F | F | D | Á | S | P | A | X | W | Q | L | P | R | P | L | M | R | G | T |
| W | J | Y | E | A | H | N | B | A | V | Q | U | T | H | J | M | L | A | P | K | B | V | F |
| R | P | S | Y | Á | W | Q | Ç | R | I | U | O | C | G | B | O | X | Z | T | L | M | T | F |
| E | A | Z | S | D | F | G | R | G | P | E | K | B | N | I | C | R | I | S | I | K | A | M |
| Y | K | B | N | I | G | H | F | E | X | L | F | G | R | T | C | F | G | R | T | V | W | V |
| P | R | E | D | E | S | P | O | R | T | I | V | O | G | D | S | A | E | W | Q | Ç | O | A |

Uma das características dos esportes coletivos é o enfrentamento de duas equipes na disputa de uma bola, com o objetivo de chegar ao alvo do adversário. Ao mesmo tempo, as equipes procuram defender o seu próprio alvo das ações ofensivas do adversário.

Essas situações são conhecidas como ataque (sistemas ofensivos) e defesa (sistemas defensivos).

- Analisar as imagens a seguir e indicar a equipe que está no ataque e a que está na defesa.



a) Ataque: \_\_\_\_\_

Defesa: \_\_\_\_\_



b) Ataque: \_\_\_\_\_

Defesa: \_\_\_\_\_



c) Ataque: \_\_\_\_\_

Defesa: \_\_\_\_\_



d) Ataque: \_\_\_\_\_

Defesa: \_\_\_\_\_