

AMOSTRA GRÁTIS

ATIVIDADES DINÂMICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA 6º AO 9º ANO



ATENÇÃO!

Essa é apenas uma amostra para você se familiarizar com nosso material.

Nosso material contém 20 páginas de atividades para DINÂMICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA FUNDAMENTAL 2



Nome: corrida de sacos

Objetivo: Trabalhar os jogos competitivos

Desenvolvimento:

Para brincar de corrida de sacos, quanto mais crianças participem, é melhor e mais divertido. Com esse jogo, as crianças exercitarão sua velocidade, esforço e resistência. É uma brincadeira perfeita para que as crianças façam novas amizades, aprendam a compartilhar e melhorem sua coordenação.

1 - As crianças devem colocar os pés dentro do saco e esperar alguém dar a ordem de saída.

2 - Para começar a corrida, as crianças devem segurar o saco com uma mão para evitar que caia abaixo dos joelhos e ao mesmo tempo manter o equilíbrio para poder saltar.

3 - Durante toda a corrida, as crianças devem manter as duas pernas dentro do saco até chegar ao final.

4 - Ganha quem chegar primeiro à linha da meta.

Importante: As crianças devem brincar numa superfície segura e sem muitos obstáculos, já que as quedas são inevitáveis.

<https://br.guiainfantil.com/materias/educacao/jogoscorrida-de-sacos-brincadeiras-para-criancas/>



Nome: Baralho

Objetivo: Trabalhar os ideais de um jogo competitivo

Desenvolvimento:

Com baralho, há várias opções para jogos, como copa fora, sueco, buraco, caixeta e a conhecida: o truco.

Geralmente o jogo é composto por quatro jogadores, que recebem três cartas. Em cada rodada, um jogador deve colocar uma de suas cartas na mesa, e o jogador com a carta mais forte vence a rodada. Quem ganhar 2 rodadas ganha a mão e marca 1 ponto, e uma nova mão se inicia.

Durante as rodadas, os jogadores têm a opção de pedir Truco, Seis, Nove e Doze, aumentando o valor da rodada. Ganha o jogo quem fizer 12 pontos primeiro.



<https://www.gabarite.com.br/dica-concurso/754-21-jogos-competitivos-para-se-divertir-dentro-e-fora-de-casa>



Nome: Passe e arremessa

Objetivo: Treinar arremesso

Desenvolvimento:

O professor deverá organizar os alunos em duas fileiras e entregar ao primeiro de cada fila, uma bola. Após o som do apito, os dois terão que levar a bola em quiques, driblando os cones já postos na quadra e, ao chegar no último cone, ambos deverão passar a bola um para o outro (ou seja, fazer a troca de bolas); usando da agilidade, deverão agarrar a bola e fazer o salto para arremessar a bola na rede de gol. Treinando as habilidades necessárias para o handebol.



Nome: Cabo de guerra

Objetivo: O Cabo de Guerra estimula a agilidade, o condicionamento físico, a força, a resistência, cooperação, resistência e melhora a socialização entre as crianças

Desenvolvimento:

Dividir as crianças participantes em duas equipes, sempre buscando equilibrá-las em número, força e idade. Marcar o centro da corda com um lenço e no chão com um giz.

A corda deve ter um comprimento grande e deixar um espaço de 1,5 m no meio. Assim que dividir as crianças e elas estiverem enfileiradas, elas podem começar a puxar a corda. A primeira equipe que conseguir puxar pelo menos um dos adversários para frente da linha central será o vencedor.

<https://br.guiainfantil.com/materias/cultura-e-lazer/esportes/cabo-de-guerra-brincadeiras-da-infancia/>



Nome: Drible com os pés + chute no gol.

Objetivo: Treinar a habilidade do drible + chute no futsal de forma individual

Desenvolvimento:

O professor organizará os cones em fileiras com o espaçamento adequado para os alunos conseguirem passar com a bola driblando.

Os alunos deverão estar posicionados em fila, atrás da fileira de cones. Por ordem, eles passarão com a bola driblando o cone e fazendo "zig zag".

Ao fim do cone, eles tentarão o chute (o professor definirá qual tipo de chute).





Vídeo aula Handebol: Exercícios coordenativos com drible e arremesso 7 metros. 23/06/2021

O aluno terá que passar pelos cones, fazendo "quiques" na bola. Ao chegar no fim dos cones, terá que tentar o arremesso para o gol usando o pulo do handebol.



Agora que tal adquirir todo
**material completo com um
desconto imperdível?**

Clique no botão abaixo para comprar
o nosso material completo com
20 páginas de atividades para
**DINÂMICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
FUNDAMENTAL 2**

de R\$ ~~47~~ por apenas **R\$ 12,90**

ADQUIRIR AGORA

