

## ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Estudante: \_\_\_\_\_

Professor (a): \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_

Tudo Sobre de Aula

### BRINCADEIRAS RÍTMICAS

As brincadeiras rítmicas são atividades lúdicas que envolvem ritmo e música. Elas proporcionam a compreensão do movimento no espaço e no tempo, estimulam a memorização, a percepção das rimas e o aprimoramento da coordenação motora e do senso rítmico. Veja a seguir algumas brincadeiras rítmicas.

#### BORBOLETINHA



Nesta brincadeira, todos deverão seguir uma sequência baseada em saltitar em determinadas posições, orientadas pelo ritmo marcado pela cantiga borboletinha. Com um giz, desenhamos várias posições dos pés no chão e pulamos, percorrendo todo o percurso no ritmo da cantiga e obedecendo à posição dos pés estabelecida na sequência. Ao percorrer o percurso, devemos pular para fora e fazer o caminho de retorno, seguindo a sequência de passos da brincadeira.

#### PALMA, PALMA, PÉ, PÉ



Esta brincadeira consiste na execução de bater palmas, quando for pronunciada a palavra "palma", e bater nas pernas, quando pronunciada a palavra "pé", conforme a sequência:

- Palma, palma, pé
- Palma, palma, pé, pé
- Palma, palma, palma, pé
- Palma, palma, pé, pé, pé

A sequência deve ser feita no ritmo em que as palavras "palma" e "pé" são faladas, e a velocidade deve aumentar à medida que a brincadeira avança.

EDITORA MODERNA (Org.). *Buriti mais: Educação Física – Manual do Professor*. 1. ed. São Paulo: Editora Moderna, 2021.

### ATIVIDADE DE FIXAÇÃO

1. O que caracteriza as brincadeiras rítmicas?
  - a) Movimentação apenas com as mãos.
  - b) Brincadeiras que exigem muita força.
  - c) Atividades que envolvem ritmo e música.
  - d) Jogos de equipe com regras complexas.

2. Quais brincadeiras rítmicas você conhece?

\_\_\_\_\_

3. Relacione as imagens abaixo como brincadeiras de mãos, brincadeiras com objetos e brincadeiras de pés.



4. Conforme o texto, que movimento deve ser utilizado na brincadeira **borboletinha**?

\_\_\_\_\_

5. Realize no espaço abaixo um desenho que representa uma brincadeira rítmica.

