

SUGESTÕES DE ATIVIDADES 1º e 2º ANO – LICEU PLURAL

SEMANA DE 06/04 A 08/04/2020

SEGUNDA-FEIRA(Corpo e Movimento)

• **MINI-FORCA**

MATERIAIS

- folha sulfite ou cartolina (para a forca)
- jornal (amassar e formar a bolinha)
- caneta, canetinha ou lápis
- balde, bacia, garrafa pet ou latas(diversos tamanhos)

OBJETIVO

Passar pelo circuito de habilidades e acertar o alvo (gol, cesta, objeto), ganhando a chance de arriscar uma letra.

VARIAÇÕES

- caso não tenha espaço para o circuito de habilidades, marque um ponto de partida e uma zona de ataque no chão, adapte ao seu ambiente;
- alternar as formas de deslocamento (saltitando, imitando herói ou animal, etc...);
- incluir mini-desafios (dança, imitação, mímica, etc..), ao conseguir realizar o desafio, ganha a chance de arriscar uma letra para a forca.

Acessar o link: <https://youtu.be/xKY4Jqaz0EM>



• **BRINCANDO COM AS SOMBRAS**

Escolha um espaço em sua casa que tenha uma parede vazia ou utilize um lençol e escureça o ambiente. Direcione uma luz(lanterna, abajour na direção desta parede).

Escolha alguns objetos como : pentes, laços, jogos de encaixe, fanatsias, bonés, cabides, músicas, ursinhos, lenços, livrinho, lanterna, recicláveis, etc.

Agora solte sua imaginação e divirta-se criando movimentos, histórias e diirta-se.



TERÇA-FEIRA (Judô)



- Vamos treinar a base para os golpes (Koshi Waza) com a Seisei Priscila.
Acessar o link: https://youtu.be/QPO13-rp_vo

• MUDANDO AS REGRAS DO JOGO

Escolha um ou mais jogos de sua preferência, exemplo uno, dominó, jogo da memória, dama, xadrez, pega vareta, cara a cara, etc. Junto com sua família crie novas regras para os jogos, não se esqueçam de anotá-las.

Organize um campeonato com os jogos que escolheram e durante as partidas, compartilhem o que sentem quando não podem realizar algo da maneira que já estão acostumados.

Essa brincadeira é para você se divertir e pensar no diferente, na mudança.



QUARTA-FEIRA (Inglês)

• AT HOME ACTIVITIES

- ✓ Vídeo da Teacher Helena:
https://www.youtube.com/watch?v=r_6519PhgsE&feature=youtu.be
 - Atividade: Interagir com a teacher no vídeo.
- ✓ Música para descontrair:
 - <https://www.youtube.com/watch?v=GvTcpfSnOMQ>



• Video de Páscoa: A história da Páscoa (O verdadeiro sentido)



<https://www.youtube.com/watch?v=GLxCfcdT8qI&feature=youtu.be>

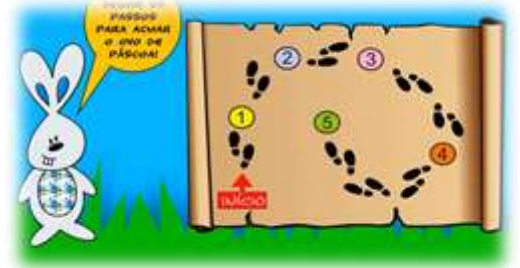
- **CAÇA AO TESOURO**

A páscoa está chegando, que tal criar um caça ao tesouro de chocolates?

Pedir para mamãe ou papai esconder o tesouro no quarto deles.

Com uma folha e lápis você começará o circuito:

- 1- Caminhe até seu quarto e escreva 2 coisas que você mais gosta nele.
- 2- Agora vá até o banheiro e escreva algo que você considere muito importante para higienização do seu corpo.
- 3- E na cozinha? Que tal olhar a geladeira e escolher 2 alimentos saudáveis e anotar no seu papel?
- 4- Na sala tem uma tela e nela passam várias coisas divertidas que você gosta de ver. Anote 2 desenhos ou programas que você mais gosta.
- 5- Para finalizar o circuito vá até o quarto da mamãe e encontre o tesouro, não se esqueça de anotar onde o encontrou.



Com estas pistas, não se esqueça de desenhar o mapa do tesouro junto com suas anotações, guarde-o e traga para partilhar com os amigos no nosso retorno.

Boa diversão!