

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 21		DISCIPLINA Educação Física
ANO(S) 1º CEB	x	
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	Deslocamentos e Equilíbrios Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas	

Grande ou Pequeno - noções dos tamanhos



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. Equilíbrio estático e dinâmico.

Aproveitando os movimentos realizados neste bloco pedagógico, experimenta à tua maneira, movimentos grandes e pequenos utilizando os membros inferiores e superiores.

1 ciclo/1º, 2º, 3º e 4º ano