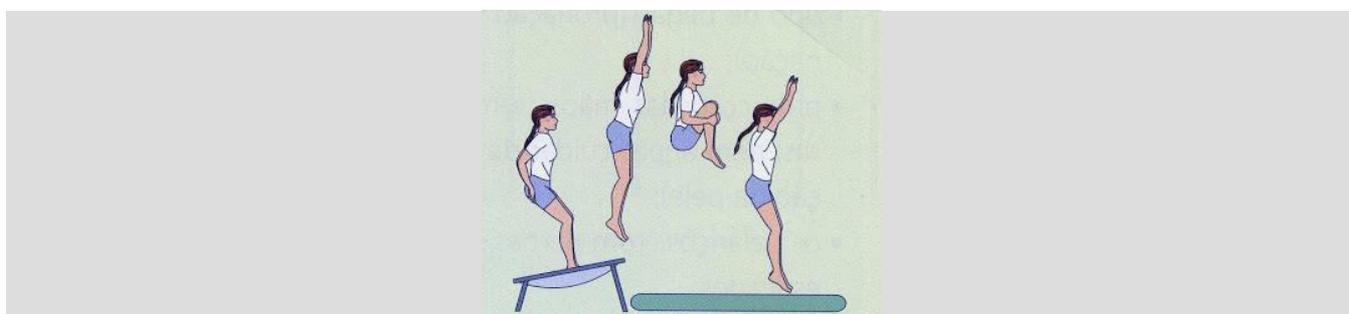


#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 26		DISCIPLINA Educação Física
ANO(S) 1º CEB	x	
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	Ginástica de Trampolins; Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas; Desenvolvimento das competências relacionadas com o Bem Estar/Saúde, Consciência e Domínio do Corpo.	

Ginástica Trampolim



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. Saltar em Casa!

Depois de termos abordado o bloco de ginástica trampolim, já serás capaz de identificar as fases de um salto. Assim, quantas fases tem um salto? Enumera-as!

1 ciclo/1º, 2º, 3º e 4º ano