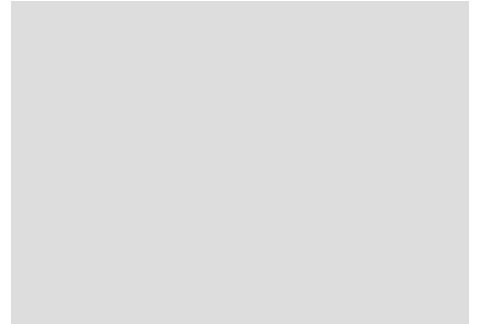
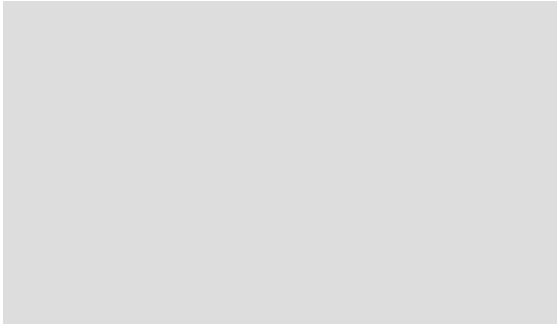


#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 27		DISCIPLINA Educação Física
ANO(S) 1º CEB	x	
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	Controlo da orientação especial; Consciência e domínio do corpo; Realizar ações motoras básicas com aparelhos portáteis, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimento do aparelho.	

Introdução às Raquetes



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. Treina em Casa!

Aproveitando os exercícios realizados durante a aula, tenta dar o máximo de toques de sustentação que conseguires, sem deixar a bola cair ao chão!

1 ciclo/1º, 2º, 3º e 4º ano