

**OBJETIVOS (SEM PISCINA)**

**1º TRIMESTRE**

1. Identificar em seu corpo as alterações provocadas pelo alongamento (maior amplitude de movimento) e aquecimento (aceleração dos batimentos cardíacos e suor);
2. Vivenciar as sensações de equilíbrio e desequilíbrio, com e sem materiais;
3. Participar ativamente de jogos cognitivo motores interpretando problemas propostos e atuando para solucioná-los;
4. Conhecer sua composição corporal (peso e altura) e o porquê da importância do controle periódico;
5. Manifestar a importância de uma alimentação saudável para a qualidade de vida – apresentação oral.

**OBJETIVOS (COM PISCINA)**

**1º TRIMESTRE**

1. Identificar em seu corpo as alterações provocadas pelo alongamento (maior amplitude de movimento) e aquecimento (aceleração dos batimentos cardíacos e suor);
2. Vivenciar as sensações de equilíbrio e desequilíbrio, com e sem materiais;
3. Participar ativamente de jogos cognitivo motores interpretando problemas propostos e atuando para solucioná-los;
4. Realizar atividades lúdicas propostas, praticando as habilidades aquáticas fundamentais;
5. Demonstrar respeito pelo ambiente aquático como forma de prevenção de afogamento.