

## EDUCAÇÃO FÍSICA - SEXTA-FEIRA 17 DE JULHO DE 2020

1º, 2º e 3º ano

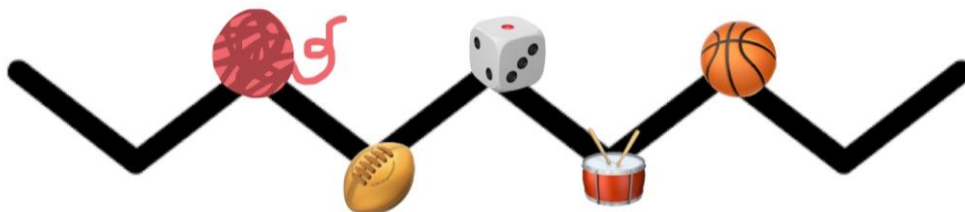
ESSA SEMANA IREMOS TRABALHAR COORDENAÇÃO MOTORA, EQUILÍBRIO E LATERALIDADE.

✓ **PARA A REALIZAÇÃO DAS ATIVIDADES SEPARE:**

- ALGUNS OBJETOS QUE POSSAM SER USADOS COMO OBSTÁCULOS;
- OBJETO PARA MARCAR O CHÃO (GIZ, PEDRA, FITA CREPE, ETC);

• **CORRIDA COM OBSTÁCULOS**

VOCÊS DEVEM FAZER UMA LINHA EM ZIG ZAG E COLOCAR ALGUNS OBSTÁCULOS (BOLA OU BOLA DE MEIA, URSINHO, BONECO, LEGO, O QUE VOCÊ TIVER PARA USAR) NA LINHA, VOCÊS TEM QUE PULAR COM UM PÉ SÓ ATÉ CHEGAR AO OBSTÁCULO, ENTÃO TODAS AS VEZES QUE VOCÊ CHEGAR AO OBSTÁCULO, VOCÊ VAI TIRAR COM OS 2 PÉS JUNTOS DÁ UM PULÃO E LIBERA A PASSAGEM SÓ QUE VOCÊ SEMPRE VOLTA AO INÍCIO QUANDO VOCÊ ALCANÇAR UM OBSTÁCULO, NÃO ESQUECE QUE TODA A VEZ QUE VOCÊ LIBERAR A PASSAGEM VOCÊ DEVE TROCAR O PÉZINHO QUE ESTAVA PULANDO. VAMOS LÁ!



VÍDEO DE DEMONSTRAÇÃO DAS ATIVIDADES SERÁ DISPONIBILIZADO NOS GRUPOS DAS TURMAS.