

SEMANA DE 12,12 E 14 DE ABRIL DE 2021

ENSINO FUNDAMENTAL

CONTEUDO: AGILIDADE

ATIVIDADE: PETELECO, ZIG ZAG COM BOLA

MATERIAIS: LAPIS DE COR, BOLA, TAMPINHA DE GARRAFA BOLINHA DE PAPEL E PRATO

DESENVOLVIMENTO

PETELECO → COLOCAR OS LAPIS EM PÉ SOBRE UMA SUPERFICIE LISA, COM AS TAMPINHAS OU BOLINHAS, DAR UM PETELECO PARA TENTAR DERRUBAR OS LAPIS.

ZIG ZAG COM BOLA → O ALUNO DEVERÁ FICAR COM OS PÉS E AS MÃOS APOIADAS NO CHÃO E COM OS PRATOS INFILEIRADOS Á SUA FRENTE.

ASSIM, COM A MÃO DIREITA, O ALUNO PASSARÁ A BOLA PELOS DOIS PRATOS DA DIREITA FAZENDO ZIG ZAG .

E DEPOIS TROCA-SE A MÃO E CONTINUA O ZIG ZAG COM A MÃO ESQUERDA, NOS DOIS PRATOS DA ESQUERDA.