



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIBEIRÃO CORRENTE DEPARTAMENTO
DE EDUCAÇÃO
“ESCOLA MUNICIPAL FARID SALOMÃO”

ATIVIDADES DOMICILIARES
DISTANCIAMENTO SOCIAL – COVID 19
EDUCAÇÃO FÍSICA
MÊS DE JUNHO/2021
PROFESSOR: MÁRCIO

- **Brincadeiras para se realizar em casa** **1ºB – 2ºB – 3ºB – 4ºD**
- Antes de realizar a atividade, faça alongamentos e corridas circulares;
- Divirtam-se bastante.

Encaminhamentos

1ª Brincadeira

- Assista o vídeo da brincadeira: Estátua diferente
- <https://youtu.be/i-z2mW4ej3M>
- Dance conforme a música e mande fotos no Whatzapp

2ª Brincadeira

- Pegue cinco garrafas pet, coloque-as enfileiradas com uma distância entre uma e outra de meio metro;

Como brincar:

- Passe entre as garrafas em zigue e zague ida e volta 3x;
- Em seguida você vai de frente correndo até a ultima garrafa e depois volta de costas 3x;
- Passar em zigue e zague saltando por entre as garrafas ida e volta 3x.

3ª Brincadeira

- Pegue as garrafas pet, enumere-as de 1 a 5;
- Coloque-as agrupadas, faça uma marca no chão e distancie por 3 metros;
- Arremesse a bola em direção as garrafas para derrubá-las;
- Faça a contagem de acordo com os números das garrafas;
- Chame a mamãe, o papai e os irmãos para brincarem com você;
- Marque os pontos de cada jogada, ganha o jogo quem fizer mais pontos.

4ª Brincadeira

- Andar de bicicleta ou jogar bola com a família.

