



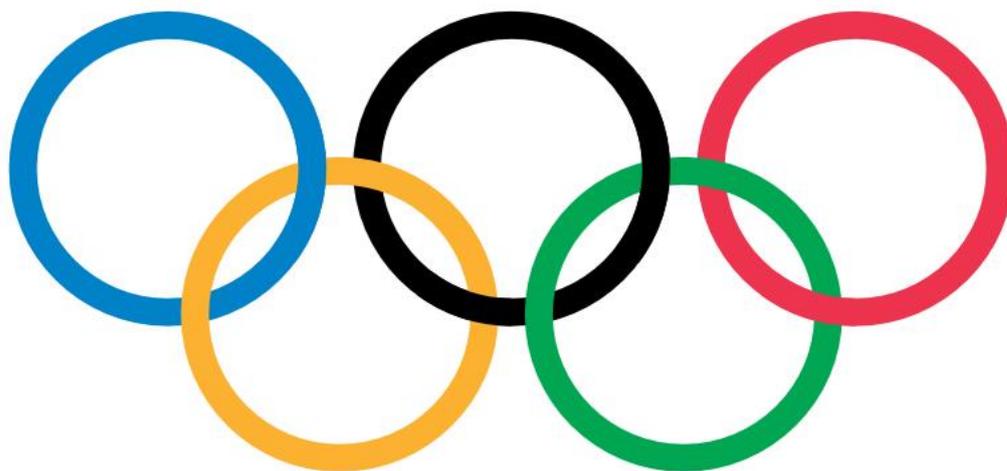
PREFEITURA MUNICIPAL DE RIBEIRÃO CORRENTE DEPARTAMENTO
DE EDUCAÇÃO
“ESCOLA MUNICIPAL FARID SALOMÃO”

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

➤ **Brincadeiras para se realizar em casa**

- Antes de realizar a atividade, faça alongamentos e corridas circulares;
- Divirtam-se bastante.

BRINCADEIRAS OLÍMPICAS ADAPTADAS COM MATERIAIS QUE VOCÊS TÊM EM CASA



Encaminhamentos

1ª Brincadeira

- Revezamento com bastão



Como brincar:

- Você e mais quatro pessoas ou mais da sua família, irão participar dessa brincadeira olímpica;
- Material usado: rolos de papel higiênico ou de papel alumínio (vazios), ou pequenos canos de PVC;
- Cada time irá representar um país escolhido por vocês, e farão demarcações para o revezamento do bastão;
- O país que chegar primeiro com o bastão e o colocar em determinado local será o vencedor.

2ª Brincadeira

- Golfe



Como brincar:

- Você irá precisar de caixas, bolas e cabos de vassoura;
- Você e mais pessoas da sua família irão utilizar cada um, uma bola, um taco e uma caixa;
- O objetivo é dar tacadas com o cabo de vassoura na bola até acertar a caixa;
- Ganha o país que acertar mais vezes a caixa.

3ª Brincadeira

- Arremesso de disco



- **Como brincar:**
- Nessa brincadeira você irá adaptar os discos por tampas de plástico;
- Cada um dos países deverá arremessar a tampa de um local marcado, quem arremessar mais longe vence.

4ª Brincadeira

- Qual é o esporte?
- **Como brincar:**
- Assista o vídeo e descubra os esportes olímpicos, quem acertar mais vence.
- <https://youtu.be/EQOWzFOa9M0>

Medalhas: 1º lugar medalha de ouro

2º lugar medalha de prata

3º lugar medalha de bronze