



ATIVIDADES DOMICILIARES
DISTANCIAMENTO SOCIAL – COVID 19

Atividade domiciliar de Educação Física- Atividade remota

PAIS E RESPONSÁVEIS, REALIZAR OS REGISTROS DAS ATIVIDADES ATRAVÉS DE FOTOS OU VÍDEOS E ME ENVIAR NO WHATSAPP PARTICULAR. - REALIZAR UMA ATIVIDADE POR SEMANA.

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

07/09 – Feriado Nacional

14/09 – Feriado Municipal

SEMANAS 20 A 24/09 E 27/09 A 01/10 - 1, 2, 3 TAMARÉ

MATERIAL: GIZ, FITA CREPE, BARBANTE, CORDA

DICA: SE TIVER OUTRA CRIANÇA NA CASA CHAME PARA BRINCAR JUNTO.

FAÇA UMA LINHA DISTANCIADA DA PAREDE, SE NÃO TIVER A PAREDE FAÇA DUAS DISTANCIADAS. UM ADULTO SERÁ CHEFE E FICARÁ VIRADO DE COSTAS TAMPANDO O ROSTO NA PAREDE. QUEM ESTIVER BRINCANDO DEVERÁ ESTAR NA LINHA DISTANCIADA DA PAREDE. O ADULTO QUE SERÁ CHEFE DIRÁ: "1,2,3 TAMARÉ" E IRÁ SE VIRAR RAPIDAMENTE PARA AS CRIANÇAS. AS CRIANÇAS DEVERÃO SAIR RAPIDAMENTE EM DIREÇÃO À PAREDE ENQUANTO O CHEFE FALA "1,2,3 TAMARÉ" E VIRAR ESTÁTUA QUANDO O CHEFE SE VIRAR. QUEM MEXER VOLTARÁ PARA A LINHA DE PARTIDA. O CHEFE VAI OLHAR A ESTÁTUA QUE SE MEXER. LOGO APÓS, O CHEFE VAI SE VIRAR PARA A PAREDE NOVAMENTE E REPETIR "1,2,3 TAMARÉ". AS CRIANÇAS VÃO SE DESLOCAR NOVAMENTE, VIRAR ESTÁTUA E ASSIM QUE ALGUÉM TOCAR NA PAREDE, SE TORNARÁ O NOVO CHEFE.

VARIAÇÃO: SE NÃO TIVER OUTRA PESSOA NA CASA PARA PARTICIPAR DA BRINCADEIRA, PODE FAZER UMA CORRIDA CONTRA O TEMPO. FAÇA UMA RODADA E MARQUE O TEMPO QUE A CRIANÇA LEVOU ATÉ CHEGAR NA PAREDE. FAÇA UMA SEGUNDA RODADA E VEJA EM QUAL FOI MELHOR!