Educação física – prof. BRUNA

Sequência didática 3 ano vespertino

11-05

Conteúdo: Saltos e habilidade de reação

Objetivo: Aprimorar os saltos e atenção.

Atividade: Pegar uma corda de varal e amarrar uma bola na ponta. Um adulto senta no chão movimenta a corda com movimentos circular por cima da cabeça, a criança em pé na frente do adulto deverá prestar atenção nos movimentos da corda e saltar cada vez que ela passar por ele, o adulto poderá aumentar a velocidade e a altura da corda conforme o desempenho da criança.