EDUCAÇÃO FÍSICA BRUNA

Sequência didática 2 ano vespertino

11-05

Conteúdo: Controle da força e atenção

Objetivo: Aprimorar a noção da força e a atenção

Atividade: Vamos precisar de um saco de lixo, enche-lo de ar, mas não muito cheio e amarrar, bolinhas ou tampinhas de garrafa e uma bacia. Colocar a bacia no chão encostada na parede, a uns 2 metros de distância a criança deverá sentar no chão e colocar o saco de lixo entre suas pernas, pegar a bolinha ou a tampinha colocar em cima do saco e com as mãos empurrar o saco para dentro fazendo com que a bolinha seja lançada na direção da bacia, o objetivo do jogo é acertar o máximo de bolinhas dentro da bacia.