**Atividade de Educação Física 2 ano vespertino**

**13-07**

Conteúdo: Lateralidade e coordenação motora

Objetivo: Aprimorar os saltos somente com o pé direito e somente com o pé esquerdo.

Desenvolvimento: Abrindo caminho

Demarcar no chão um zig zag com 5 pontas, em cada ponta colocar uma bolinha ou um objeto, iniciar saltitando somente com a perna direita em cima do zig zag, quando chegar na primeira ponta deverá segurar o objeto com os dois tornozelos e pular para fora do zig zag largando-o e voltando para o zig zag, continuar saltitando somente com a perna direita até a próxima ponta, fazer a mesma coisa, isso consecutivamente em todas as outras até terminar, depois, fazer a atividade novamente com a perna esquerda. Será enviado um vídeo explicando e demonstrando a atividade.