|  |  |
| --- | --- |
| Descrição: ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES: 2010 | ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES.  DIRETORA: IVÂNIA NORA  ASSESSORA PEDAGÓGICA: SIMONE ANDRÉA CARL.  ASSESSORA TÉCNICA ADM.: TANIA N. DE ÁVILA.  PROFESSORA: BRUNA MAGNABOSCO  DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA  CATANDUVAS – SC  ANO 2020 - TURMA 1 ANO VESPERTINO |

Conteúdo: Inspirar e assopra

Objetivo: Melhorar a respiração e a resistência cardio pulmonar através de exercícios divertidos.

Atividade: Assoprar a tampinha

Nessa atividade vamos precisar de uma tampinha de garrafa e um canudo para cada participante, atividade em dupla, deverá ser desenvolvida no chão ou em cima de uma mesa, com o canudo deverão assoprar na direção da tampinha fazendo com que a mesma se desloque até um determinado lugar, a tampinha que chegar antes ganha. Irá um vídeo no grupo do whatsapp explicando e demonstrando a atividade.