|  |  |
| --- | --- |
| Descrição: Descrição: Descrição: Descrição: Descrição: Descrição: Descrição: 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.PROFESSOR: JONAS STRINGUI TOMBINIDISCIPLINA: EDUCAÇÃO FISICACATANDUVAS – SCANO 2020  |

**Salto e equilíbrio**

**Objetivo:** Coordenação motora, equilíbrio e habilidade.

**Materiais:**

Régua

Copo plástico ou rolinho de papel higiênico

**Construção:**

Desenhar um quadrado no chão com fita ou barbante, e em cada lado do quadrado colocar dois copos ou dois rolinhos para que possa colocar uma régua encima.

**Jogo:**

Dentro do quadrado irá saltar por cima da régua duas vezes parando dentro do quadrado, com o pé direito pega a régua e leva até o outro lado do quadrado equilibrando a régua em cima do pé. E vai saltar novamente, assim por diante até passar pelos 4 lados do quadrado, quando terminar irá fazer com o pé esquerdo.

Bom jogo...