|  |  |
| --- | --- |
|  | **Escola Municipal de Educação Básica Augustinho Marcon.**  **Catanduvas, outubro de 2020.**  **Diretora: Tatiana Bittencourt Menegat.**  **Assessora Técnica Pedagógica: Maristela Apª. Borella Baraúna.**  **Assessora Técnica Administrativa: Margarete Petter Dutra.**  **Professor: Rafael Munaretto**  **Disciplina: Educação Física**  **Turma: 5º ano** |

**Atividades de Educação Física da Sequência Didática de Agosto/setembro/outubro/novembro/dezembro–26/10 a 30/10 - 5° Anos.**

Senhores pais ou responsáveis as fotos ou vídeos da atividade devem ser enviadas no whatsApp. Obrigado.

### **ATIVIDADE 12 – SALTO E EQUILÍBRIO**

**Material:** régua, lápis ou outro material, e/ou materiais para servir de base de vários tamanhos.

**Organização do espaço/local:** Em casa.

**Descrição da atividade:** atividade para realizar em casa, podendo usar qualquer outro material similar como base para apoiar a régua/lápis em cima; podemos realizar em diferentes níveis de dificuldade: com a base baixa para o salto em menor altura, podemos aumentar a altura do salto para colocar maior dificuldade. Primeiro será desenhado um quadrado onde o aluno ficará dentro, nas laterais do quadrado vamos colocar os objetos (copo, caixas, por exemplo) para servir de base da régua, primeiro vai colocar a régua sobre uma das bases, depois saltar sobre a régua e na sequencia pegar a régua com um dos pés e colocar na próxima base saltar, fazer estes movimentos até passar por todas as bases. Qualquer dúvida acompanhar o vídeo que será enviado

**Realize a atividade conforme o vídeo repassado no grupo de whatsApp**.

