|  |  |
| --- | --- |
| ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES: 2010 | ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA ALFREDO GOMES.RUA: CORONEL RUPP BAIRRO CENTRO OESTECATANDUVAS – SC ANO 2021 CNPJ – 78502697/0001-96DIRETORA: IVÂNIA NORA.ASSESSORA PEDAGÓGICA: SIMONE ANDRÉA CARL.ASSESSORA TÉCNICA ADM.: TANIA N. DE ÁVILA.PROFESSORA: **GABRIELA ABATTI**ALUNO(A):................................................................................SÉRIE: 1 ANO PERÍODO MATUTINO **DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA** |

**AULA 01**

**NOME DA ATIVIDADE: SALTANDO**

 Nesta atividade será preciso de fita, barbante ou poderá ser ocupado a cerâmica da casa de vocês para delimitar o espaço dos quadrados, de copos descartáveis ou de plástico e de uma cadeira. Para a atividade precisará de 2 pessoas onde irão competir uma com a outra. Deverão fazer quadrados com as fitas um na frente do outro e a frente irão posicionar os copos com a bunda do copo para cima e depois colocaram uma cadeira fazendo um circuito será necessário duas vezes pois será dois competidores. **1** variação: Ao sinal pular nos quadrados com os dois pés chegando nos copos deverão virá-lo um a um quem sentar primeiro na cadeira ganha. **2** variação: com o pé direito pular os quadrados. **3** variação: com o é esquerdo pular os quadrados.

Duração: 30 minutos