|  |  |
| --- | --- |
| Descrição: Descrição: Descrição: Descrição: 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 TOMBINI  DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FISICA  CATANDUVAS – SC  ANO 2021 |

**Brincando na escadinha**

**Objetivo:**

Coordenação motora

**Materiais:**

Giz

**Construção do jogo:**

Com o giz desenhar uma escada, uns 5 quadradinhos. Ou então usar o piso que tenha lajota que fiquem como uma escadinha conforme o desenho abaixo:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |

**Jogo:**

Depois de desenhar ou então usar a lajotas do piso, a brincadeira ou o desafio é o seguinte:

- Pular somente com um pé dentro da escadinha (Primeiro o esquerdo e depois o direito)

- Pular com os dois pés juntos dentro da escadinha

- Pular com um pé dentro do quadradinho e com os dois pés fora do lado do quadradinho, ai pula no quadradinho da frente com um pé só e pula fora com os dois pés juntos e assim ate o fim.

- Correndo dentro da escadinha (5x)

- E por ultimo o mais desafiador:

Vai deitar no chão, mas não vai encostar o corpo no chão apenas as mãos e a ponta dos pés como se fosse fazer apoio. Então vai passar de lado na escada com a mãos dentro da escadinha, sendo assim uma mão vai ao quadradinho e a outra acompanha, ai vai para o próximo e a mão acompanha, ate o final.

Bom jogo...