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

**Jogo de zig zag**

**Objetivo:** Coordenação motora, agilidade

**Materiais:**

4 cadeiras ou 4 litros pet

**Construção:**

Colocar as cadeiras ou os litros um atrás do outro com uma distância de 40 cm.

**Jogo:**

O aluno deverá percorrer o caminho fazendo zig zag entre as cadeiras ou litros seguindo os seguintes comandos:

1. Correndo (2 vezes)
2. Pulando com os dois pés juntos (2 vezes)
3. Pulando somente com o pé direito (2 vezes)
4. Pulando somente com o pé esquerdo (2 vezes)
5. Caminhando (2 vezes)
6. Deslocando de lado (2 vezes)
7. Deslocando de costas (2 vezes)
8. Caminhando com o pé e a mão no chão (2 vezes)

Bom jogo...