

**Secretaria Municipal de Educação**

**E.M.E.B. Professor Vitoldo Alexandre Czech**

**Diretora: Lucélia Aparecida Gabrielli**

**Assessora Pedagógica: Maria Claudete T. Gervásio**

**Assessora Administrativa: Rosane Eva Bucco**

**Professor: Rafael Munaretto**

**Disciplina: Educação Física**

**Série/ano 1º - Data 14/06/2021**

**Aluno (a)..................................................................**

**Corrida do balão**

**Objetivo:** Coordenação motora e habilidade

**Materiais:** balão ou sacola plástica

**Jogo:**

A corrida do balão pode ser jogada de várias formas. Segue abaixo:

**Corrida com o balão entre os joelhos:**

Coloca-se o balão ou a sacola entre os joelhos e sem deixar cair o balão percorrer uma distância pode ser em linha reta ou em zigzag. Podendo também colocar o balão entre os dois pés e fazer da mesma forma.

**Corrida do balão em quatro apoios invertidos:**

Coloca-se o balão entre os joelhos e apoiam-se as mãos e os pés no chão com a barriga para cima. Irá percorrer uma distância quem chegar primeiro ganha.

**Corrida do balão com bastão:**

Segurando o cabo de vassoura com as duas mãos, deverá ir batendo no balão em linha reta ou em zig zag, em uma certa distância até colocar o balão dentro do cesto ou balde. Ganha quem conseguir colocar o balão primeiro dentro do balde.