|  |  |
| --- | --- |
| ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA “ALFREDO GOMES” | |
| PROFESSORA – FERNANDA BRANCO DE CAMARGO | |
| DISCIPLINA- EDUCAÇÃO FÍSICA – | SEMANA 3 |
| TURMA – 1º ANO MATUTINO | |

|  |
| --- |
| Atividade 1 – Pé-pé mão-mão |
| Objetivo - Aprimorar as destrezas de agilidade, reflexos e atenção. |
| Desenvolvimento: Com a ajuda dos pais as crianças farão desenho de seus pés e de suas mãos em folhas que podem ser sulfite ou de caderno, pelo menos 6 desenhos dos pés e 6 das mãos. Depois de pronto as folhas serão colocadas no chão de forma embaralhada em fileiras de 3 folhas.  Ex:  Pé mão Pé  Mão pé Mão  Pé Pé Mão  A Criança deverá passar pelas fases da coluna colocando o parte do corpo indicada no desenho, de modo que em nenhum momento ele retire mais de 1 membro do chão. |
| Anexo: https://www.youtube.com/watch?v=jKZcKTDjoVQ&feature=youtu.be |

|  |
| --- |
| Atividade 2 – Copo Boll |
| Objetivo – Desenvolver a coordenação motora ampla, coordenação viso-motora e estimular a orientação espacial. |
| Desenvolvimento  Essa atividade será realizada entre o aluno e mais uma pessoa da família, será colocado dois copos plásticosum em cada extremidade, presos com fita na borda da mesa, (de modo que a abertura do copo fique do mesmo nível da mesa). Os participantes irão sentar na cadeira e rolar uma bolinha sobre a mesa afim de fazê-la cair dentro do copo do “adversário”. O Jogo pode ser um desafio de uma determinada quantidade de gols. |