

# ATIVIDADE 15 - EDUCAÇÃO FÍSICA - 20 A 30/09

MATERNAL II, JARDIM E PRÉ

YOGA

PARTE 2

CONTINUAÇÃO DA ATIVIDADE DA QUINZENA ANTERIOR, AGORA COM UMA SEQUÊNCIA DIFERENTE DE MOVIMENTOS.

LEMBRE-SE DE COLOCAR UMA MÚSICA RELAXANTE E FAÇA CADA MOVIMENTO COM MUITA CALMA, DEVAGAR E RESPIRANDO BEM LENTAMENTE. CONTE ATÉ 10 EM CADA POSIÇÃO E REPITA A SEQUÊNCIA DUAS VEZES.

## SEQUÊNCIA 02



Fontes: [www.criandocomapego.com](http://www.criandocomapego.com) e [www.unimed.coop.br](http://www.unimed.coop.br)

NÃO ESQUEÇAM  
DE ENVIAR UMA FOTO!

**DIVIRTAM-SE!**

PROFESSORA PRISCILA PEDROSO  
UME GEN. CLÓVIS BANDEIRA BRASIL