



PREFEITURA DE SANTOS

Secretaria de Educação



UME Colégio Santista

Turmas: 1ºano

Professora de Educação Física: Verônica A. de Almeida

Período: 20/07/20 a 24/07/20



Atividade: COORDENAÇÃO MOTORA

A coordenação Motora é (...) a capacidade de usar de forma mais eficiente os músculos esqueléticos, resultando em uma ação mais eficiente fazendo com que a criança domine o corpo no espaço, controlando os movimentos. Nesta atividade podemos utilizar corda, pano, lençol de solteiro, fio ou algo que sirva para pular, mas sem oferecer risco de machucar. O desafio é pular corda quantas vezes possíveis sem errar. As variações podem ser: pular com os pés unidos, pés separados, de costas e com alguém batendo para você. Divirtam-se e chamem a família para participar, com alguém batendo para você. Divirtam-se e chamem a família para participar.

