



UME CYRO DE ATHAYDE CARNEIRO

PROPOSTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROF. JOSÉ TADEU MORAES FERREIRA

Olá meus alunos e alunas.

Sou o professor Tadeu de Educação Física. Hoje eu trouxe uma atividade bem divertida que vamos chamar de: “Bola ao Cesto”.

Iremos precisar de um balde ou uma caixa de papelão. Uma bola, que pode ser de qualquer tamanho.

Coloquem o balde ou a caixa de papelão em algum lugar, podendo ser em uma mesa, cadeira ou aonde achar melhor.

UME CYRO DE ATHAYDE CARNEIRO

PROPOSTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROF. JOSÉ TADEU MORAES FERREIRA

Iniciaremos fazendo arremessos de bola à curta distância. Se acertarmos 2 ou 3 vezes, nos afastaremos para aumentar a dificuldade. Chame a sua família para brincar e se exercitar. Assim podem até competir para ver quem acerta mais. Com essa brincadeira, iremos explorar várias formas de arremesso desenvolvendo e melhorando as habilidades motoras.

UME CYRO DE ATHAYDE CARNEIRO

**PROPOSTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROF. JOSÉ TADEU MORAES FERREIRA**

