



PREFEITURA DE SANTOS

Secretaria de Educação



UME Colégio Santista

Turmas: 1ºAno

Professora de Educação Física: Verônica A. de Almeida

Período: 23/10/2020 a 05/11/2020



ATIVIDADE: BRINCANDO DE CIRCO

O **Malabarismo** é uma forma de manipular objetos com agilidade e precisão, cuja arte está na capacidade de variar o grau de dificuldade. Os objetos utilizados podem ser os mais diversos, sendo os mais comuns a bola, o aro, tecidos variados, entre outros. Nesta atividade podemos utilizar aros, pratos de plásticos ou pedaços de mangueira unidos com fita crepe. O desafio da criança é lançar e segurar o objeto. Sentada ou em pé, deve jogá-lo para o alto e tentar pegá-lo; jogá-lo de uma mão para a outra; pode ser um, dois ou três objetos, de acordo com as habilidades da criança. Imaginem-se como malabarista num lindo e colorido Circo e divirtam-se. https://youtu.be/IRo_4FyWq0Q AROS DE MALABARES.





PREFEITURA DE SANTOS

Secretaria de Educação



UME Colégio Santista

Turmas: 1ºAno

Professora de Educação Física: Verônica A. de Almeida

Período: 23/10/20 a 05/11/20



Atividade: BRINCANDO DE CIRCO

O **Equilíbrio** é um dos elementos que compõem as práticas circenses, relacionados com os movimentos da prática de ginástica. Nesta atividade as crianças precisam de uma **Perna de pau ou Banco de Equilíbrio**. Podemos fazer as pernas de pau usando latas de metal (do tamanho das de leite em pó) e barbante. Faça dois furos em ambos os lados de cada lata, perto do fundo. Meça o barbante para que o seu tamanho seja apropriado para a criança. Enfie uma extremidade do barbante em cada buraco e amarre pelo lado de dentro. Para andar com as pernas de pau, as crianças devem subir nas latas, segurando o barbante em suas mãos. Não é fácil, mas essa atividade ajuda no desenvolvimento motor das crianças! Caso não seja possível confeccionar, a criança pode se equilibrar andando sobre um banco ou outra superfície alta, sempre acompanhada de um adulto.

<https://youtu.be/wTKwBuWb27Y>

