

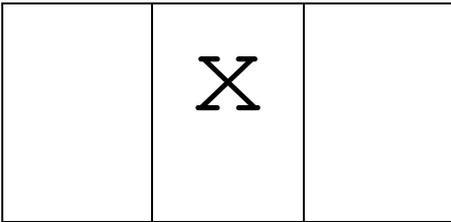
**UME José Bonifácio**  
**Educação Física 4º ANO**

**PROFESSORES: Felipe Sales, Fernanda de Freitas e Letícia Pereira**  
**PERÍODO DE: 30/10 a 13/11/2020**

**JOGO DA GARRAFA**

A ATIVIDADE SERÁ REALIZADA EM DUPLA OU EM FAMÍLIA.

- Vamos precisar de 2 garrafas com aproximadamente 4 dedos de água.



- Em uma superfície plana, desenhamos com fita adesiva 3 quadrados e colocamos um objeto no meio.

- Os jogadores deverão jogar a garrafa e a mesma cair em pé, assim poderá mover o objeto para o quadrado do oponente.
- Vence quem conseguir primeiro levar o objeto para fora do último quadrado na direção oposta.

**DESAFIO DA BOLINHA DE PING-PONG**

A atividade será realizada individual, em dupla ou em família.

- Para o desafio vamos precisar de 1 bolinha de ping-pong (tênis de mesa), 3 ou 4 potes, panelas ou copos.



- O desafio consiste em fazer a bolinha bater no chão ou na mesa antes acertar o alvo (um copo ou um pote).
- Você pode colar números nos potes e somar os pontos de cada participante.

- Vence o desafio, quem somar mais pontos.