



PREFEITURA DE SANTOS  
Secretaria de Educação



UME: Olavo Bilac

ANO: 3º A, B, C, D COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

PROFESSOR(ES): Carolina

PERÍODO DE 03/11/2020 à 13/11/2020

Oi!!! Tudo bem? Espero que sim!

### ATIVIDADE 9

Vamos brincar de JOGOS DE OPOSIÇÃO? Você sabe o que é?

Os **jogos de oposição** são *brincadeiras divertidas que irão ajudá-lo a desenvolver o equilíbrio, a força e o raciocínio*. Nos jogos de oposição aprendemos a lutar brincando e entendemos que a luta é diferente da briga.

Essa brincadeira deve ser feita em dupla. Chame alguém da sua casa, vizinho ou amigo e brinquem bastante!

#### **GUERRA DE POLEGAR**

A **guerra de polegar** é uma tradicional brincadeira que acabou virando um esporte individual, inclusive com um campeonato mundial.

Vocês deverão iniciar com os dedos entrelaçados como na figura abaixo. O braço (cotovelo) deve ficar colado ao corpo. Deverão, então, contar até 3 e, a partir deste momento, vencerá quem conseguir prender o polegar do

outro com o seu polegar.



### **PÉ COM PÉ**

Vocês deverão estar sentados, no chão, com as solas dos seus pés encostadas nas solas dos pés do seu ajudante. O objetivo do jogo é fazer com que o outro toque o chão com as mãos ou as costas.



### **SUMOZINHO**



Vocês deverão fazer um círculo no chão com um giz, um barbante, ou apenas definir um espaço, e deverão ficar dentro desse espaço, de cócoras, um de frente para o outro. O objetivo é fazer com que o outro se desequilibre ou saia para fora da área

fora da área.

E aí? gostaram? Mandem uma foto ou vídeo de vocês brincando para meu e-mail:

[professoracaroleducacaoofisica@gmail.com](mailto:professoracaroleducacaoofisica@gmail.com)

Boa semana!! Beijinhos