



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



UME COLÉGIO SANTISTA

OFICINA DA JORNADA AMPLIADA

Elaborado por Cléo Santos

Educadora de Esportes

#SABERESSANTISTA

Data: 16/11/2020

Brincadeira parada de mão bananeira



Imagem: captura da vídeoaula



Imagem: captura da vídeoaula

Próximo a uma parede o aluno deverá apoiar sua cabeça em uma almofada ou travesseiro e tentar estender as pernas de forma que as mesmas encostem na parede.

O movimento deve ser acompanhado por um adulto para não correr o risco de se machucar.

Quando sentir segurança na atividade faça um desafio com alguém para ver quanto tempo conseguem permanecer com as pernas pra cima.

Referências: https://youtu.be/jFRF9nl_8TY