

# ATIVIDADE 11 - EDUCAÇÃO FÍSICA - 22/07 A 05/08

## MATERNAL II, JARDIM E PRÉ

### CORRIDA DO SOPRO

#### PARTE 01

SOPRAR É CONSIDERADA UMA HABILIDADE MOTORA ORAL IMPORTANTE PARA O DESENVOLVIMENTO DA FALA, ASSIM COMO PARA A CAPACIDADE DE MASTIGAR E ENGOLIR ALIMENTOS. SOPRAR REQUER UMA MUSCULATURA FORTE DAS BOCHECHAS, MANDÍBULAS, LÁBIOS E LÍNGUA. O EXERCÍCIO DE RITMAR A RESPIRAÇÃO, VOLUNTARIAMENTE, INDUZ AO EQUILÍBRIO FÍSICO-EMOCIONAL E AUMENTA A CAPACIDADE DE PERCEPÇÃO SENSORIAL E MENTAL.

Texto retirado de: <http://www.maximuscolegio.com.br/sopro-e-controle-de-respiracao>

#### ATIVIDADE 01

PARA ESSA ATIVIDADE VOCÊ PRECISARÁ DE DUAS BOLINHAS, QUE PODEM SER DE PAPEL, ALGODÃO, PLÁSTICO LEVE, ETC. MARQUE O INÍCIO E O FINAL DA CORRIDA. COLOQUE AS BOLINHAS NA LARGADA.

AO SINAL, ASSOPRE A BOLINHA ATÉ CHEGAR AO OUTRO LADO.

ASSISTA O VÍDEO PARA APRENDER A BRINCADEIRA:

<https://www.youtube.com/watch?v=wXJtWRF3kFI>



Foto retirada de: <https://www.youtube.com/watch?v=wXJtWRF3kFI>

#### ATIVIDADE 02

PARA ESSA ATIVIDADE, VOCÊ PRECISARÁ DE UMA LINHA, BARBANTE OU CADARÇO, UM COPO DESCARTÁVEL, PRATINHO DESCARTÁVEL OU UM PEDAÇO DE PAPEL MESMO. FAÇA UM FURO NO MEIO E PASSE O BARBANTE POR DENTRO. PENDURE O BARBANTE PARA QUE FIQUE NA ALTURA DA BOCA DA CRIANÇA.

A CRIANÇA DEVERÁ LEVAR O COPO, DE UM LADO AO OUTRO, APENAS SOPRANDO.

ASSISTA O VÍDEO PARA APRENDER A BRINCADEIRA:

<https://www.youtube.com/watch?v=GB7CIGqPgig>



Foto retirada de: <https://www.youtube.com/watch?v=GB7CIGqPgig>

PROFESSORA PRISCILA PEDROSO  
UME GEN. CLÓVIS BANDEIRA BRASIL