

“UME VINTE E OITO DE FEVEREIRO”

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA
PERÍODO DE 23/08/2021 a 31/08/2021

ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADE

1. ATIVIDADE: BOLICHE DIFERENTE

MATERIAL NECESSÁRIO:

✓ garrafas pet com água, meia calça e uma bola feita de meias.

COMO JOGAR: POSICIONE Coloque a bola de meias dentro de um dos pés da meia calça e amarre como na foto acima. Vista na cabeça e tente derrubar as garrafas. Desenhe em seu caderno quantas garrafinhas que você conseguiu derrubar.

Você também pode disputar com um amigo!

Link: <https://youtu.be/szqoREmuuGU>



2. ATIVIDADE: CORRIDA DE BUMBUM

COMO JOGAR:

O OBJETIVO É CORRER SENTADO, MOVIMENTANDO SÓ O BUMBUM E QUEM CHEGAR PRIMEIRO GANHA.

A DIFICULDADE ESTÁ EM NÃO COLOCAR AS MÃOS NO CHÃO. PODEMOS FAZER

NOSSO “VOLANTE” COM UM PRATO DE ACRÍLICO OU DE PLÁSTICO. A CRIANÇA

PODE SE MOVIMENTAR À VONTADE COM OS BRAÇOS PARA DAR IMPULSO, PORÉM

NÃO PODE AJUDAR COM AS MÃOS NO CHÃO. SE ALGUÉM COLOCAR AS MÃOS NO

CHÃO, DEVE VOLTAR PARA A LARGADA NOVAMENTE E COMEÇAR TUDO DE NOVO.

E QUE VENÇA O BUMBUM MAIS RÁPIDO! REGISTRE A DISTÂNCIA PERCORRIDA EM

SEU CADERNO OU FOLHA DE ATIVIDADES.

Link: <https://youtu.be/rLAe6skTL2E>

