



Escola de Educação Básica Municipal Madre Leontina

Professor: Marlon Igor Botelho Spindola

Turmas: 1º ano, 2º ano, 3º ano, 4º ano e 5º ano

Período de execução das atividades: 27/04 – 30/04

Disciplina: Educação Física

Bola no alvo:

O aluno ficará deitado (com as costas no chão) e com alguns objetos na frente de suas pernas pode ser brinquedos pequenos, meias, bonecos, bolas. E atrás da sua cabeça um balde, bacia ou uma caixa.

O aluno terá que pegar os objetos ou brinquedos com os pés sem ajuda das mãos e colocar os mesmos brinquedos ou objetos dentro do balde que estará atrás da sua cabeça, sua perna terá que passar por cima do seu corpo e cabeça.

Variação: logo após este exercício o aluno terá que fazer uma variação ao invés de passar por cima da cabeça ele terá que pegar os brinquedos com os pés, mas desta vez rastejando no chão e com as pernas para cima até chegar ao balde e colocar os brinquedos.

Observação: no grupo do WhatsApp será postado um vídeo explicando a atividade.

O envio da atividade fica a critério da família pode ser uma foto ou um vídeo (curto). Lembrando que conforme vocês forem recebendo vídeos ou fotos no grupo podem ir apagando para não sobrecarregar o celular de vocês.

Boa atividade!

Abraços,
Professor Marlon