



Escola de Educação Básica Municipal Madre Leontina

Professora: ELIANE TREVISOL

Turma: 1º Ano

Período de execução das atividades: 30 de novembro a 04 de dezembro 2020

Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA

Objeto de conhecimento: Ginástica

Habilidades: EF12EF07 EF12EF08 EF12EF09

NOME DO ALUNO _____

SALTO E EQUILÍBRIO

Salto e equilíbrio: saltar 4 vezes sobre a base (da régua) e mover a régua para o lado direito com o pé direito e assim sucessivamente; logo realizar o mesmo procedimento usando a perna esquerda.

Observação: a altura da base é de acordo com as habilidades do praticante.

Assista ao vídeo explicativo da atividade: <https://www.youtube.com/watch?v=nFSiW7L9Y0o>



Boa atividade para vocês.

Aguardo os vídeos no grupo do WhatsApp.

Um grande abraço a todos.

Prof: Eliane