

**Escolas Multisseriadas**

**Disciplina: Educação física**

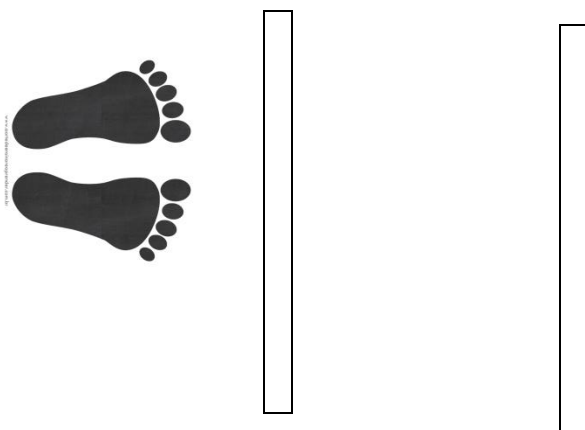
**Diretora: Adriana Tonial Piaia**

**Professora: Claudete D.Dall Acosta**

**Turmas: 4º ano**

### **Salto em distancia**

Demarcando certa distância com duas linhas ou qualquer outro material que demarque o chão, irão demarcar uma distância onde irão saltar sem encostar-se ao chão dentro da área demarcada. Segue exemplo na figura:



A cada salto que conseguirem atravessar sem encostar-se ao chão entre as linhas poderão aumentar a distância.

**Trocar de variação apenas quando não conseguir mais aumentar a distância.**

Variações de salto:

- começa saltando com os dois pés juntos sem tomar distância.
- usando apenas o pé direito.
- usando apenas pé esquerdo.
- tomando distância e saltando.