**Escolas Multisseriadas**

 **Diretora: Adriana Tonial**

 **Disciplina: Educação Física**

 **Professora: Claudete D. Dall Acosta**

 **Turma: 4º e 5º anos 21-09-2020**

**Olá crianças tudo bem, vamos a mais uma atividade de educação física, específica de ritmo e atenção**

1. **Fazer vídeo de você brincando e me enviar.**

**Você deverá assistir os vídeos que estão no link abaixo:**

<https://youtu.be/fL395TnJy4o>

<https://youtu.be/4OVuXUwkK2c>

1. Escolha um dos dois desafios e manda o vídeo de você brincando convide os irmãos ou pais e faz o desafio com eles também.

**Desafio do copo:**

Utilizando três copos, você os movimentará de forma dinâmica ou rápida, porém o desafio é que com apenas três movimentos você deverá deixá-los de boca pra cima.

Treine bastante e quando você ficar bom, desafie alguém, pode ser um familiar ou amigo, mas antes você demostra para a pessoa como se faz.

**Desafio da pá de lixo:**

Utilizando quatro palitos de fósforo e uma bolinha de papel, você deverá montar uma pazinha de lixo com os palitos, e colocar a bolinha de papel dentro da pá. O desafio é: mexendo em apenas dois palitos você deverá retirar o lixo da pá. Sem tocar no lixo só em dois palitos, assim quando descobrir o segredo você poderá desafiar outras pessoas, mas deixando elas pensarem não pode contar o segredo.

Divirtam-se, podem mandar os dois desafios em vídeo se quiser, até a próxima aula.