**Escolas Multisseriadas**

**Diretora: Adriana Tonial Piaia**

**Disciplina: Educação física**

**Professora: Claudete D. Dall Acosta**

**Aluno:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Turma: 3ºano**

**Olá crianças tudo bem com vocês? Espero que estejam todos bem. Vamos juntos para mais uma semana de atividades e diversão.**

**Atividades: realizar as atividades com a ajuda dos pais ou irmãos, fazer um vídeo para me enviar.**

**1-Corrida dos Cadarços**: Corrida de duplas, de ida e volta, onde os participantes correm com os cadarços amarrados. Na ida, vai de frente, na volta, vem de costas. Não pode virar. Se cair, levanta e continua. Ganha quem voltar primeiro.

**2-Corrida ao Contrário: podem ser dois ou mais participantes (pais ou irmãos)** que deverão dar 5 voltas em um cabo de vassoura encostando a cabeça no cabo e girando, solta o cabo no chão, sair correndo de frente, até a linha de chegada, voltar de costas e tocar com a mão direita no cabo de vassoura. Quem chegar primeiro, vence.