

16 DE NOVEMBRO A 30 DE NOVEMBRO

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**4° ANO MATUTINO**

**PROFESSORA: CASSIELEN**

**Atividade 1:**

- Alongar – se (mesma sequência passada em outras aulas);
- 10 polichinelos
- 5 abdominais
- Responda as questões: (Podem ser respondidas oralmente, através de um vídeo curto).

1- Você gosta de dançar?

---

2- Quais estilos de dança você conhece?

---

---

3- Para você, o que é dança?

---

---

**Atividade 2:**

- Alongar – se (mesma sequência passada em outras aulas);
- 10 polichinelos
- Dando continuidade sobre dança, faça um desenho representando um estilo de dança que você conheça ou goste.

**Atividade 3:**

- Alongar – se (mesma sequência passada em outras aulas);
- 10 polichinelos
- Colocando em prática!
- Chame um familiar para te ajudar. Você precisará de uma laranja ou outra fruta que tiver em casa (maçã, limão, etc.).
- Vocês terão que ficar frente a frente, colocar a laranja na testa e com o som de uma música de sua preferência, tentar dançar sem deixar a fruta cair. Repetir várias vezes até conseguir.