Escolas Multisseriadas

Diretora: Adriana Tonial Piaia

Disciplina: Educação física

Professora: Claudete D.Dall Acosta

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

Turma: 3º anos 30-11-20

Olá crianças tudo bem, hoje vamos para nossa última aula de educação física de 2020, aproveite e divirta-se!

**Atividades: 1-** Fazer um vídeo e me enviar

**Acerte o alvo**

**Materiais:** bolas meia e latas de alumínio.

**Desenvolvimento:** empilhe as latas sobre uma mesa, cadeira ou escada.

 Estabeleça uma distância das latas a partir de onde devem ser feitos os

arremessos, os jogadores devem arremessar as bolas tentando derrubar a

maior quantidade de latas, ou derrubar todas no menor número de

tentativas.

 **Bola na parede**

 Ideal para melhorar a coordenação motora e atenção, pode ser feita com

uma criança de uma vez, ou com todas ao mesmo tempo, dependendo da

quantidade de bolas e do espaço disponível. O organizador fica responsável

por dar os comandos, e tudo que ele disser as crianças devem fazer com a

bola:

“Seu lugar” – joga a bola na parede e a pega sem se movimentar;

“Sem falar” – mesmo procedimento, mas sem conversar;

“Uma mão” – na hora de jogar é permitido usar as duas mãos, mas para

pegá-la somente uma poderá ser usada;

“Palmas” – joga a bola e antes de pegá-la é necessário bater palmas;

“Pirueta” – joga a bola com as duas mãos e antes de pegá-la é necessário

cruzar e descruzar os braços.

Vence quem concluir as etapas sem erro.