



CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL FREI SILVANO

DIRETORA: TATIANA GUERRA

PROFESSORA: DÉBORA LÚCIA ZANATTO

ALUNO(A):.....

TURMA: 1º ANO

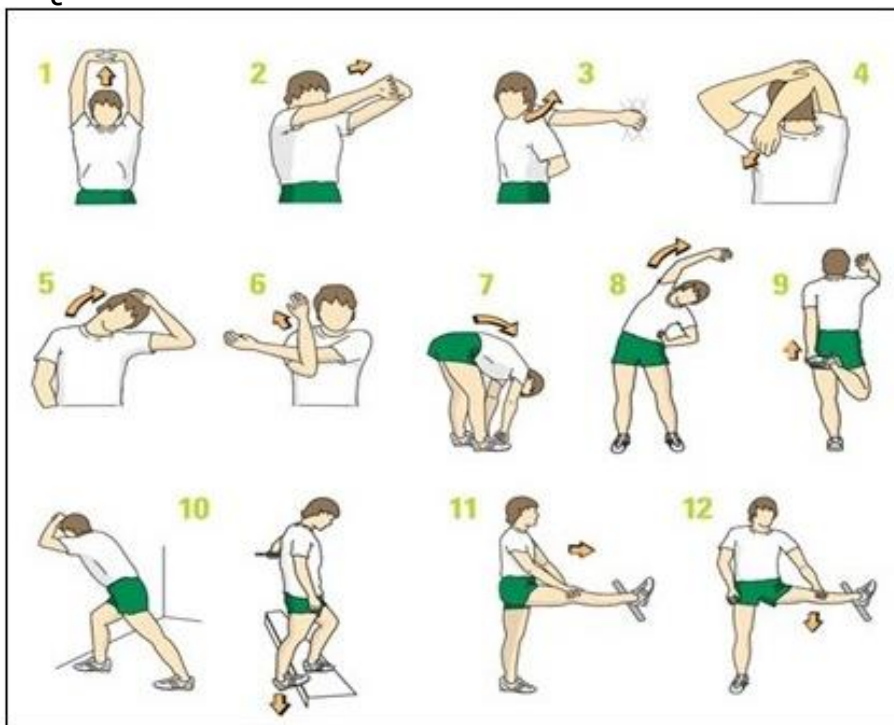
TURNO:

ANO: 2021

EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADE 1

ALONGAMENTOS: 20 SEGUNDOS PARA CADA EXERCÍCIO – SEGUIR A SEQUENCIA.



ENCONTRAR OBJETOS

EM UM PAPEL, ESCREVA ALGUMAS LETRAS DO ALFABETO (MÍNIMO 10). PEÇA PARA A CRIANÇA PROCURAR OBJETOS DE CASA QUE INICIEM COM ESSAS LETRAS. EXEMPLO: A – AÇUCAREIRO, B – BATEDEIRA...



ATIVIDADE 2

COLOQUE UM TAPETE NO CHÃO E NAS EXTREMIDADES FAÇA DOIS CÍRCULOS. EM CADA CÍRCULO COLOQUE 5 OBJETOS PEQUENOS. O OBJETIVO É ROLAR E LEVAR UM OBJETO DE CADA VEZ ATÉ O OUTRO CÍRCULO.





ATIVIDADE 3

A ATIVIDADE PROPOSTA É PEGAR UM PAPELÃO E RECORTÁ-LO NO FORMATO DE PÉS – MAIORES, FAZER DOIS FUROS EM CADA LATERAL, PASSAR UMA FITA OU CADARÇO DE TÊNIS PARA PRENDÊ-LO AOS PÉS. O OBJETIVO SERÁ ANDAR PELA CASA COM OS PÉS DE PAPELÃO. SE CAIR COLOCAR NOVAMENTE.

