

EDUCAÇÃO FÍSICA PRÉ II



Semana 17 – 27 de Julho a 21 de Agosto

BASTÃO QUE CAI

Materiais necessários:

Dois bastões (cabos de vassoura ou madeira)

Como brincar:

Coloque dois bastões, com uma distância entre eles e combinem um sinal para trocar de lado, o bastão precisa ficar parado e não pode cair no chão, depois de um tempo aumente a distância, conforme o espaço disponível, para aumentar o grau de dificuldade da brincadeira. Trabalhando assim a cooperação e melhorando o tempo de reação.



Outra sugestão, para as próximas semanas, se possível no jardim da casa: pular corda, brincar de pega-pega, jogar bola, fazer alguma atividade que exija esforço físico para gastar as energias da criançada. Se moram em apartamento e isso não é possível sugiro, com todos os cuidados recomendados pelos órgãos de saúde, sair para dar uma caminhada ao ar livre, ou um passeio de bicicleta. Essa atividade traz benefícios para as crianças e os adultos.

QUALQUER DÚVIDA, ESTOU À DISPOSIÇÃO.
ATENCIOSAMENTE, PROFESSORA: PATRÍCIA

