ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola: Municipal Nelson Mangabeira.	
Professor: Josué Cristiano C. da Silva	**Turma: 2**º ano
Ensino Fundamental: I	**Turno:** Matutino
Aluno:	
Componente curricular: Educação Física	
Período: 01/10/2020 à 10/10/2020	
Quantidade de Aulas: 02 Aulas	
Objeto de conhecimento: Ginástica Circense	
Habilidades: (EF12EF07)	

Introdução a Ginástica Circense

Olá, meus queridos alunos, esta atividade iremos realizar algumas atividades corporais, peça ajuda a mamãe ao papai e se divirtas; se possível mande um vídeo curto para mim **(opcional) Zap (67) 999416289**

Nessa atividade faremos um pouco da malabar com bolinhas. Iremos pegar duas bolinhas ou faze-las de papel. Após fazer a bolinha.

Exercício com bolinha uma bolinha

A) Jogar a bolinha para cima pegar com as duas mãos; jogar a bolinha pegar com uma mão; joga a bolinha e bater uma palma e pegar com uma mão; jogar a bolinha dar uma volta e pegar com as duas mãos.

Exercícios com duas bolinhas:

B) Jogar as duas bolinhas com as duas mãos e juntas e pagar sem deixar cair no chão; jogas bolinhas uma depois a outra sem deixar cair; jogar as bolinhas uma depois a outra sem deixar cair.

Pinte as bolinhas de malabar e os malabaristas



