ESCOLA: CEI HELOÍSA URT

PROFESSOR(A): Demis Alves Knauf
ATIVIDADE EDUCAÇÃO FÍSICA
DIA: 26/05/2020
ALUNO(A): _____

TURMA(S): Creche III ___
TURNO: Vespertino

ATIVIDADE 1 – MINI CIRCUITO

MATERIAIS:
- 5 objetos para servir de cone (caixa, lata, etc)
- cadeira
- bola

PROCEDIMENTO:
Coloque os cones em fila com uma distância suficiente para a criança passar entre eles.
E no final da fila coloque uma cadeira.

1- Ande entre os cones e passe por baixo da cadeira. Retorne andando entre os cones, sem encostar neles.

2- Faça o mesmo percurso empurrando a bola com as duas mãos.

3- Repita o percurso empurrando apenas com uma das mãos. Depois use a outra mão.

ESCOLA: CEI HELOÍSA URT

PROFESSOR(A): Demis Alves Knauf
TURMA(S): Creche III ___
ATIVIDADE EDUCAÇÃO FÍSICA
TURNO: Vespertino
DIA: 30/05/2020
ALUNO(A): _____

ATIVIDADE 2 – ANDANDO NA LINHA

MATERIAIS:
- giz ou barbante ou corda

PROCEDIMENTO:
Com o giz faça no chão uma linha reta, uma linha em zig-zag (tipo uma cobrinha) e um círculo. Pode fazer também no quintal utilizando um graveto para riscar a terra.

1- Caminhe devagar com os braços erguidos

2- Caminhe um pouco mais rápido

3- Correndo

Faça os três movimentos pra cada desenho e tente não cair. Boa sorte!

ESCOLA: CEI HELOÍSA URT

PROFESSOR(A): Demis Alves Knauf
TURMA(S): Creche III ___
ATIVIDADE EDUCAÇÃO FÍSICA
TURNO: Vespertino
DIA: 02/06/2020
ALUNO(A): _____

ATIVIDADE 3 – BASQUETE

MATERIAIS:
- caixa grande
- caixa pequena
- bolinhas de papel

PROCEDIMENTO:
Pegue folhas de revistas, jornal, etc. e amasse com as mãos para formar uma bolinha .

1- Coloque a caixa grande perto e tente acertar 10 vezes.

2- Coloque em uma distância maior.

3- Repita os passos 1 e 2 com a caixa pequena.

4- Coloque a caixa pequena em cima da cadeira e tente acertar 10 vezes.