Prefeitura Municipal de Ladário
Secretaria Municipal de Educação
Escola Municipal "Professor João Baptista".

Aluno: _____ .
Disciplina: Educação Física.
Professor: Flávio Alexandre de campos.
Turma: 2° A
Data:
Objeto de conhecimento: Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional .
Habilidade: : (EF12EF01)
AULAS: 06

ELÁSTICO

Pular elástico desenvolve a coordenação motora!
São necessários no mínimo três participantes (chame quem mora com você) e uma tira de elástico de 3 metros, amarrada nas pontas. Duas crianças esticam o elástico ao redor de suas pernas, formando um retângulo. O terceiro participante pula assim:

- Pula no meio do elástico, com os pés juntos.
- Pular em cima dos dois lados do elástico com os dois pés ao mesmo tempo)
- Pula abrindo as pernas para que os dois lados do elástico fiquem entre os seus pés.
- Arrasta o pé direito, puxando o lado direito do elástico, para perto do pé esquerdo, sem levantar. Assim, o elástico vem junto.
- Solta o elástico levantando a perna.
- De frente para o elástico rende-o no dorso dos pés, e pula sobre o outro lado do elástico, cruzando.

Desfaz o pulo e termina com os dois pés para fora de cada lado do elástico. Obs: Aquele que não tiver elástico em casa, pode adaptar com barbante ou algo que se faça útil para a atividade. Quem quiser, peça para o responsável tirar foto da brincadeira ou vídeo e enviar no grupo da escola ou professor.

