Fundação de Cultura e Esporte de Ponta Porã - FUNCESPP

ATIVIDADADES COMPLEMENTARES
Professor (a): HUGO DIBITO MARTINS
Projeto: BASQUETE
Escola: ORLANDO MENDES
Período: 19/10 a 30/10

Atividade 01- Corrida ao Contrário

Chame as pessoas que moram com você para participar dessa atividade. Os corredores dão volta em um cabo de vassoura e correm de costas até a linha de chegada. Quem chegar primeiro, venci.

Atividade 02- Corrida Sentados

Chame as pessoas que moram com você para participar dessa atividade. Corrida de ida e volta onde os participantes correm sentados e não podem usar as mãos pra nada. Na ida, vai de frente, na volta, vem de costas, ou seja, não pode virar. Ganha quem voltar primeiro.

ATIVIDADADES COMPLEMENTARES
Professor (a):Maria Helena De Lima Mansano
Projeto: Basquetebol
Escola:Ginásio Irân Garcete :Bairro Ipê II
Período: 19/10 a 30/10

Atividade 01-

Em um local predeterminado, em dupla, espalhar alguns objetos no centro segurando as pernas do colega ou apoiando. Deverão tentar recolher todos os objetos possíveis retirando apenas um objeto de cada vez e levando para o local de início da partida. Pode-se marcar um tempo ou combinar de parar quando todos os objetos tiverem sido recolhidos.

Trabalhar a Criatividade:

Atividade 02-

Coordenação Motora e Trabalho dos Membros Inferiores.

Saltar dentro de um saco segurando o na altura da cintura até um local predeterminado e volta para o início de onde saiu repetir 05 vezes e volta.