



Fundação de Cultura e Esporte de Ponta Porã - FUNCESPP

| |
|---|
| ATIVIDADES COMPLEMENTARES |
| Professor (a): Lauana Ribeiro Redresso |
| Projeto: Iniciação Esportiva |
| Escola: Polo Municipal Marcondes Fernandes Pereira |
| Período: 19/10 a 30/10 |

Atividade 01- Futebol de Tampinhas

O futebol de tampinha é um jogo adaptado do Futebol de botao. Joga-se com três tampinhas de garrafa. O jogador deve atravessar o campo dando petelecos em uma tampinha de cada vez, mas sempre cruzando as tampinhas até atravessar a metade do campo. Depois que atravessar a metade do campo. Depois que atravessar a metade do campo pode chutar no gol. Você pode usar qualquer objeto disponível, ou até a mão do adversário para fazer o gol. Se uma tampinha encostar na outra ou a tampinha que você deu um teco não passar por dentro das outras, você perde a vez. Ganha quem fazer 10 gols.

Atividade 02 - Voleibol no colchão

O aluno irá precisar de um balão e alguns objetos para fazer uma divisória no colchão. O aluno e o colega que irá ajudar na atividade, deverá com o balão ficar batendo de um lado para o outro sem deixar encostar no colchão. Ganha quem fazer 10 pontos.

ATIVIDADES COMPLEMENTARES

Professor (a): Paula Gimenes

Projeto: Iniciação esportiva de futebol

Escola: Funcespp

Período: 19/10/2020 a 30/10/2020

Atividade 01- Jogo das cores

- Uma forma de realizar exercício com toda família, basta colorir 4 folhas, fixar no chão e boa diversão. O ideal é sempre falar os comandos mais rápidos, assim o jogador necessita de maior destreza; trabalhando a identificação das cores, salto, equilíbrio, coordenação geral e raciocínio.



Atividade 02-Olha a onda

- Atividade trabalhando o salto e tempo e reação, pode usar placas de papelão assim como usei, e pode usar tampas de potes, tampinhas pequenas que escorreguem no chão, e a criança deve saltar por cima.

