

SCOLA MUNICIPAL PROFESSOR SEBASTIÃO VAYEGO DE CARVALHO		
Nome do aluno:	Data: 18/09/2020	Semana:
Professor: CHAINE NOGUEIRA	Turma: 4º ano	3
Componentes Curriculares: EDUCAÇÃO FÍSICA	Entregar:	

Atividade de 18 de setembro de 2020.

Tema da aula: **Cores e Flores**

### Strike (boliche adaptado)

**Objetivos Gerais e específicos:** Desenvolver a habilidade motora; desenvolver a concentração para controlar a direção da bola; desenvolver o controle do braço para jogar ou rolar a bola na velocidade ou altura certa para obter o resultado desejado; desenvolver o conhecimento de números, pois ao contar em voz alta o número de garrafas derrubadas e aquelas que restaram, melhora a compreensão dos números.

**Preparação física:** Em pé, levantar o braço esquerdo por cima da cabeça conforme a primeira figura abaixo, ficar nessa posição e contar até cinco. Depois trocar de braço e fazer o movimento com o braço direito, contar até cinco.

Em pé, com as pernas levemente abertas na altura dos ombros, conforme a segunda figura abaixo, tocar o pé esquerdo com a mão direita e o pé direito com a mão esquerda. Repetir o exercício contando até dez.



## Material:

- 9 ou 10 garrafas de plástico 600 ml ou pet.
- 1 bola de meia ou bola de borracha pequena.
- Fita crepe, fita adesiva ou giz.

## Desenvolvimento:

Marque no chão, com fita crepe ou um giz de cera, o local onde ficam as garrafas e o ponto onde o jogador deve tentar acertá-las. (se não tiver muito espaço, a distância deve ficar entre dois a três metros, agora se a brincadeira for realizada em um local amplo, marque entre três e quatro metros a distância entre jogador e as garrafas).

Em cada garrafa deve ser colocado de três a quatro dedos de água para que tenha um peso adequado para o jogo.

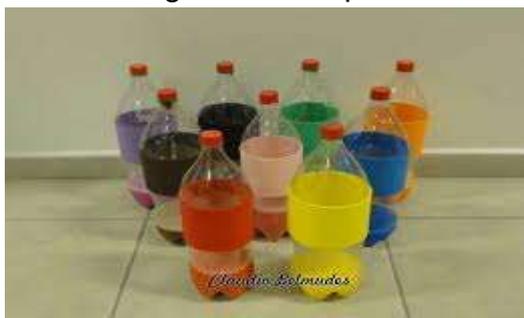
Para dar um colorido especial na brincadeira decore as garrafas com fita adesiva e numere de 1 a 9 ou de 1 a 10 conforme o número de garrafas e deixe o aluno usar a imaginação para colorir pequenos desenhos e colar nas garrafas. (Pode colar adesivos, fazer laços coloridos).

Coloque as garrafas em uma formação triangular, com um pequeno espaço entre cada uma.

Para derrubar as garrafas, o aluno deve lançar a bola de meia ou qualquer outra bola pequena e tentar acertar o maior número possível de garrafas.

O aluno deve lançar a bola duas vezes e somar quantas garrafas derrubou. Repetindo a brincadeira quantas vezes quiserem.

Se houver mais de um jogador cada um pode lançar a bola duas vezes e depois somar quantas garrafas derrubou. Vence aquele que terminar a brincadeira com o menor número de garrafas em pé.



9 garrafas



10 garrafas

