

## ESCOLA MUNICIPAL SILVIO ROBERTO GRECCO

Nome do aluno:		<b>Semana 10</b>
Professora: <b>Jacqueline</b>	Data: <b>11/05</b>	Turma: <b>JD I</b>
Campos de Experiência: <b>Corpo, gestos e movimentos</b>		

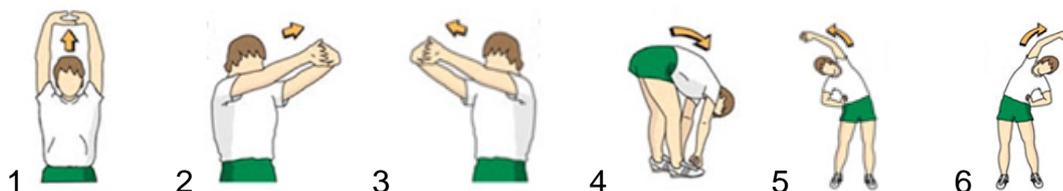
### EDUCAÇÃO FÍSICA

#### Equilíbrio

Olá Crianças! Olá Família!

#### **Alongamento**

Vamos nos alongar, faça a posição 1 e conte até 10, agora a 2 e conte até 10, assim sucessivamente.



#### **Equilíbrio – CIRCUITO**

Hoje vamos fazer um circuito de equilíbrio.

O que é circuito? Circuito consiste na integração de diferentes exercícios, feitos em seqüência. Monte o circuito igual a imagem abaixo e deixe a criança repetir quantas vezes quiser.

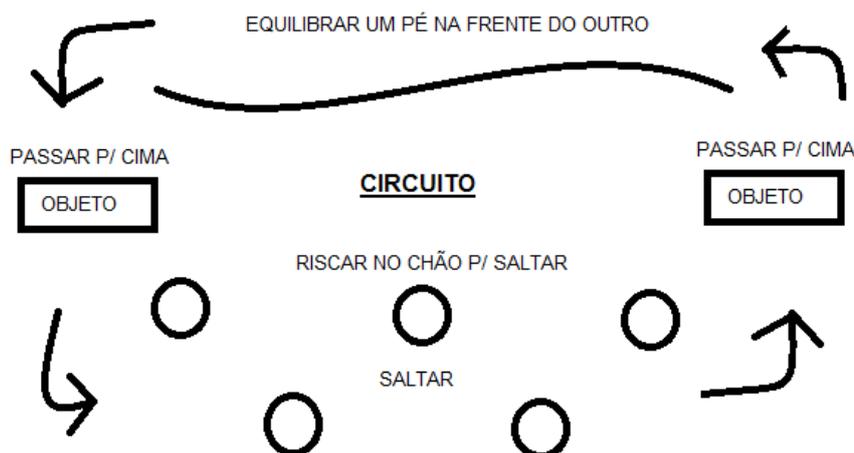
Objeto: qualquer objeto que a criança consiga passar por cima, passar uma perna, depois a outra (caixa, brinquedo etc.).



Saltar: marcar o chão com uma certa distância que a criança consiga saltar (não é com pés juntos). Cuidado com papel etc., para criança não escorregar.



Corda: andar pela corda, colocando um pé na frente do outro sem cair para os lados.



**Até mais! Boa aula!**

## ESCOLA MUNICIPAL SILVIO ROBERTO GRECCO

Nome do aluno:		<b>Semana 10</b>
Professora: <b>Jacqueline</b>	Data: <b>12/05</b>	Turma: <b>JD I</b>
Campos de Experiência: <b>Corpo, gestos e movimentos</b>		

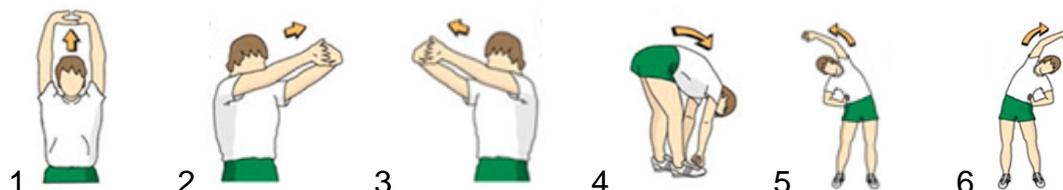
## EDUCAÇÃO FÍSICA

### Equilíbrio

Olá Crianças!  
Olá Família!

### **Alongamento**

Vamos nos alongar, faça a posição 1 e conte até 10, agora a 2 e conte até 10, assim sucessivamente.



### **Atividade - Equilíbrio**

Vamos trabalhar com várias formas de equilíbrio de maneira calma, lúdica e com segurança.

Atividade dessa semana é andar de bicicleta, skate, patins, patinete, triciclo, bola pula pula ou brinquedo que você tenha em casa e que precise de equilíbrio para usá-lo, fazer um vídeo ou tirar uma foto bem legal e mandar pra gente.

Importante realizar a atividade acompanhado por um adulto, em local seguro.



**Devolutiva:** mande uma foto ou um vídeo da atividade ou um breve relato de como a criança realizou a atividade.

A devolutiva conta presença

**Até mais! Boa aula!**