

ESCOLA MUNICIPAL PROFESSOR SEBASTIÃO VAYEGO DE CARVALHO		
NOME DO ALUNO:		SEMA
PROFESSOR: CHAINE	DATA: 06/12 à	TURMA
PROFESSOR: RUTEMBERG	10/12/2021	ANO A,
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA	ENTREGA: 17/12/2021	

Aula 1

Atividade física de alongamento

Conforme a imagem abaixo, sentado, pernas estendidas e unidas segurando a ponta dos pés. Contar até cinco e repetir o exercício.



Aula 2 Brincadeira da estátua com dois ou mais participantes.

- No primeiro momento o adulto é o chefe e a criança deve estar posicionada de frente para ele.
- O chefe designa qual será a estátua. Pode ser de cachorro, passarinho, gato, cobra, robô, leão, macaco, avião... Pode-se também colocar uma música para tocar e quando o chefe aperta a pausa, o jogador deve parar na posição de estátua que foi escolhida.
- O chefe vai até o jogador e o provoca com caretas. Quem se mexer, perde!
- Nas rodadas seguintes troca-se o chefe até que todos os participantes sejam chefe ao menos uma vez.