

Aluno(a): _____ Data: ____/____/____
Professora Jaqueline

Educação Física (Educação Infantil)

Dicas de atividades para serem realizadas em casa

Data: 26/03.

Hoje vamos brincar com atividades de locomoção e manipulação, trabalhando equilíbrio, coordenação motora e noção espacial.

- Na linha: Andar em equilíbrio na linha com transporte de objetos. (Usar barbante e brinquedos pequenos e bacia, balde ou caixa);
- Tênis: usar pratinhos, palitos para raquetes e balões como bola. Pode-se jogar em dupla ou sozinho, com desafio de bater na bola sem deixar cair no chão.
- Bola no labirinto, desenhar caminho no chão com fita, giz ou corda. Após conduzir a bola com o pé pelo labirinto, sem sair do percurso.



Data: 02/04

Em tempos de isolamento é muito importante continuar tendo momentos de diversão com o seu filho(a). Hoje trago algumas atividades. Vamos brincar?

- Atividade artística: Pintura e desenho.
- Movimento: Pular corda.
- Você também pode fazer desafios com lego, usando e abusando da criatividade.



Data: 16/04

Hoje vamos brincar com acerte ao alvo. São brincadeiras simples com bolas e avião de papel.

- Boliche com latas recicladas. Vence quem derrubar mais latas;
- Bola no copo: Rolar bolinhas na mesa e acertar os copos. Pode usar bolinhas de papel;
- Voa avião: Avião de origami. Usar jornal com buracos para tentar passar o avião. Muito divertido.

**Data: 23/04**

Dicas de hoje: Vamos brincar?

- Just Dance: Se você tiver acesso à internet, poderá dançar coreografias do Just dance (acessar you tube), escolher a música, imitar os movimentos e se divertir.
Obs. Não é necessário ter equipamento e jogo, é só usar a imaginação. Caso não tenha acesso à internet, coloque uma música animada e faça um desafio de imitação de movimentos.
- Acertando a bola no alvo: Faça um buraco em uma caixa e tente acertar a bola no buraco. O desafio é quem acertar a bola no buraco em menos tempo.
- Cama de gato: Prender fita de crepom, fios de lã ou corda nas paredes de um corredor com fita. Desafio: passe pela cama sem encostar-se aos obstáculos. Obs. Também poderão usar balões como obstáculos.

**Data: 30/04**

Dicas: Atividades com bolas. Acertar os alvos de diferentes formas.

- Boliche de material reciclado (garrafa pet) com desafios de pontuação e distância;
- Basquete recreativo. Acertar espaguete. Também pode ser usado bambolê e arcos;
- Acerte o balde. Desafio na escada de diferentes distâncias, alturas e tamanho de baldes.

