



# Centro Educacional Teresa Cristina

Aluno(a): \_\_\_\_\_ Data: 14/08/2020.  
Professora: Jaqueline Batista Turma: \_\_\_\_\_ ano

## Educação Física

### Torre de copos com balões

Uma atividade simples que pode ser realizada em diferentes níveis de dificuldade: montando a torre com um balão; montando a torre com dois ou mais balões; aumentar o número de copos da torre; exigir que bata apenas uma vez no balão para cada copo colocado na torre.

Desenvolvimento: Monte uma torre de copos sem deixar o balão cair no chão.

Objetivo: A atividade trabalha a coordenação óculo manual, tempo de reação, agilidade, motricidade fina (para montar a torre), lateralidade (trabalhar a mão direita e esquerda para bater no balão), além da recreação e promoção da atividade física.

Material: Copos descartáveis ou de plástico (10 unidades); bexigas (2).

Desafios:

- 1) Montar uma torre com 6 copos e 1 balão.
- 2) Montar uma torre com 10 copos e 1 balão (toque no balão apenas uma vez).
- 3) Montar uma torre com 6 copos e 2 balões.
- 4) Montar uma torre com 10 copos e 2 balões (toque em cada balão apenas uma vez).

Clique no link para entender melhor a atividade:

<https://www.youtube.com/watch?v=eEoOqBSihSg>

