

NÚCLEO ESCOLAR ALDINO LÉO SCHEID

DIA: 11/05/2020

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSORA: KATIANE RHODEN

ALUNO:

ENDEREÇO:

PRÉ-ESCOLA : ( )MATUTINO ( )VESPERTINO

### **ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Tema:** Circuito Psicomotor.

**Objetivo:** Desenvolver a coordenação motora ampla, a agilidade, a percepção e o equilíbrio. Estimular, com a prática, o desenvolvimento dos principais segmentos corporais de maneira lúdica. Proporcionar diferentes situações nas quais o desafio seja prazeroso.

**1ª Atividade –** Saltar sobre os obstáculos.

Organizar algumas garrafas pet deitadas, em uma linha reta, deixando um pequeno espaço entre elas , os alunos deverão correr pular os obstáculos chegar à determinado ponto e retornar.

Na sequencia devera pular somente com o pé direito, e após somente com o pé esquerdo.



## 2ª Atividade – Zigue- zague

As garrafas pet deverão ser posicionadas em fileira, deixando um pequeno espaço entre elas, aonde os alunos terão que passar entre os obstáculos sem encostar no mesmo.

Na sequência realizar o zigue-zague de costas.

