

## PLANO DE ATIVIDADES EXTRAS III

Período: 27/04/2020 até 30/04/2020

Período de Suspensão de Aulas – Endemia pelo COVID-19

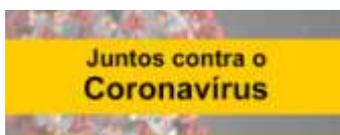
Decreto Estadual 46.970 e Municipal 506



Queridos/as alunos/as do **III ESTÁGIO**.

Sei que é difícil fazer Educação Física em casa como se fosse na escola mas vou sugerir uma atividade que vocês poderão fazer no quarto, na sala, no quintal, se morar em casa, ou em qualquer outro espaço que a mamãe achar adequado.

Enquanto *esse corona* não vai embora, vamos brincando para o tempo passar rápido e os nossos dias ficarem mais divertidos.



Beijos, com carinho



Cláudia Massena



### **BOLA AO ALVO**

**Objetivos:** trabalhar a coordenação motora, destreza, precisão, percepção visual e desenvolver o raciocínio-lógico matemático.

Para esta atividade precisaremos do seguinte material:

- Baldes, bacias, potes pequenos, médios e grandes (todos de plástico, ok?)
- Papel, lápis ou caneta e tesoura (a mesma que você usa na escola)
- Mesa, cadeiras e bancos

- Uma bolinha – pode ser de papel, de pingue pongue, de borracha, de tênis ou de meia (só não pode ser bola grande)

Organizem o local colocando o material em cima de mesa, cadeiras e bancos, com alturas diferentes. Escrevam o número 5 e o número 10 em papéis quadradinhos e distribuam pelos potes (figura 1).

Marquem uma distância, peguem a bolinha (figura 2) e arremessem para acertar dentro dos potes.

Escrevam seus nomes em uma folha de papel. Cada vez que vocês acertarem dentro de um pote, vejam quantos pontos está escrito nele e anotem no papel ao lado do seu nome. Vão repetindo os arremessos e, toda vez que acertar e, escrevam o número lá. Façam 10 arremessos e somem os acertos.

Para ficar mais animado chamem outras pessoas da família para brincar com vocês.

Figura 1



Figura 2

