



Colaboração: Professor de Educação Física – Paulo Ernesto Viviani Spanholi

1º-2º e 3º ANO

### ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

#### Amarelinha

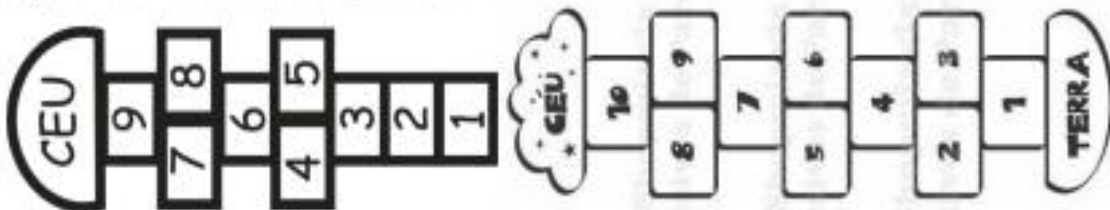
#### MATERIAL:

- A Amarelinha
- Uma Pedrinha objeto para jogar nas casas.



#### Como Fazer a Amarelinha:

- Desenhe no chão a Amarelinha.  
Para isso você pode usar Giz, tijolo ou qualquer outro material que consiga desenhar no chão.
- Caso não tenha como desenhar no chão, você pode usar folhas de papel ou caderno como as casas.  
Cada folha uma casa, escreva um número em cada folha.
- Siga um dos modelos abaixo para desenhar a amarelinha:



#### Como Jogar:

- Após desenhar a amarelinha, pegue uma pedrinha ou algum objeto que será lançado nas casas.
- Se posicione antes da primeira casa da Amarelinha e lance a pedra ou objeto na casa 1.
- Se o objeto parar na casa correira, você deve iniciar os saltos.
- Os saltos devem ser com um pé em cada casa. Ou seja, quando a casa for sozinha, deve ficar com um pé no chão e outro no ar. Quando as casas forem lado a lado, cada pé em uma casa.





Colaboração: Professor de Educação Física – Paulo Ernesto Viviani Spanholi

1º-2º e 3º ANO

- A casa em que o objeto estiver, não pode ser pisada. Ou seja, pule ela e vá para a próxima.
- Vá pulando até chegar ao final. Depois volte saltando da mesma forma.
- Na volta, pare antes da casa que estiver o objeto. Pegue o objeto do chão e continue pulando até o início.



- Se estiver brincando com mais gente, quando chegar ao início, passe o objeto ao próximo, e vá para o final da fila.
- Quando for sua vez novamente, lance o objeto na próxima casa. Por exemplo, se o objeto estava na casa 1, na próxima rodada terá que ser lançado na casa 2. Depois na 3. E assim por diante.
- O objetivo é chegar à casa 10.

**NÃO PODE:**

- Pisar fora das casas.
- Lançar o objeto fora da casa correta.
- Pisar na casa que o objeto está (na ida e na volta).
- Esquecer de pegar o objeto quando estiver voltando.

Se alguma dessas coisas acontecer, perde a vez.

Boa diversão!

### 10 MOTIVOS PARA BRINCAR DE AMARELINHA

- 1:** Salto: força muscular
- 2 | 3:** Não pisar na linha: controle corporal; Pular e recuar: ritmo corporal
- 4:** Um pé só: equilíbrio
- 5 | 6:** Cadinhas: noção de espaço; Lançar pedrinhas: coordenação óculo-manual
- 7:** Pegar a pedrinha: Coordenação motora fina
- 8 | 9:** Carregar ou perder: desenvolvimento da personalidade; Estratégia: Senso de prioridade
- 10:** Uma de cada vez: desenvolvimento social

Tudo Bem