Prefeitura Municipal de
AMPARO
Estância Hidromineral
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CIME "Bairro da Areia Branca"
Rod. Eng. Constâncio Cintra
SP 360 Km 119
Estrada Municipal Antenor César s/nº
Amparo/SP Tel. (19) 3808-4468

NOME:_____

PROFESSOR (A):___PAULO VIVIANI_____ DATA: _____/ _____/ _____

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ARREMESSO COM OS PÉS

Material: 1 balde (ou caixa), Varios objetos (bolinhas de jornal, bolas de meia, ursinhos de pelúcia). Qualquer objeto da certo. E quanto menor, mais difícil o desafio.

Como Fazer:

- Deite no chão
- Coloque os objetos próximos aos seus pés. Espalhados.
- Coloque o balde ou caixa no chão, acima da sua cabeça.
- Agora é só pegar os objetos com os pés e colocar dentro do balde.
- Marque quanto tempo consegue colocar todos os objetos dentro do balde.
- Se estiver brincando com mais gente, faça uma competição.
  Em 30segundos, quem consegue colocar mais objetos dentro do balde.

Não esqueçam de enviar um registro no grupo de WhatsApp da classe. Pode ser uma foto!
Vamos adorar ver você participando!

DIVIRTA-SE!