



Colaboração: Professor de Educação Física – Paulo Ernesto Viviani Spanholi

1º-2º e 3º ANO

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Brincadeiras Folclóricas

PULAR CORDA (O único material necessário é a CORDA)

Abaixo seguem algumas cantigas para pular corda.

O HOMEM BATEU EM MINHA PORTA – NÍVEL DIFÍCIL

Duas pessoas batem corda e uma terceira pula. O trio canta a música abaixo e seguindo as instruções que cada frase pede:

Um homem bateu em minha porta e eu, a – bri.

(nesta parte da cantiga apenas pular a corda);

Senhoras e senhores, ponham a mão no chão

(neste momento a criança pula e, rapidamente, abaixa e toca o chão com uma das mãos);

Senhoras e senhores, pulem num pé só

(agora a criança pula com um só pé);

Senhoras e senhores, deem uma rodadinha

(a criança pula rodando);

E vá, pro olho, da rua!

(a criança sai da corda mas sem deixar que a corda encoste nela).

SUCO GELADO – NÍVEL FÁCIL

Duas pessoas batem corda, e uma terceira pula. O trio canta junto a música abaixo.

Suco gelado,

Cabelo arrepiado.

Qual é a letra do seu namorado?

Nessas três primeiras frases, apenas pular a corda enquanto cantam)

A; B; C; D; E.....;

Quando começar as letras, cada pulo na corda corresponde à uma letra.

Na letra que a criança parar de pular, deve falar um nome com a letra que parou.

Exemplo: se parar na letra B, Bruno; se parar na letra G, Gabriel.....