

NOME: _____

PROFESSOR (A): PAULO VIVIANI DATA: ____/____/____

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA



Para essa atividade, desenhe no chão 10 setas, apontando em diferentes direções, como no desenho ao lado. (O círculo é opcional).



O desafio dessa atividade é conseguir saltar em todas as setas de forma correta. Sem errar nenhuma.



A forma correta de saltar, é com os DOIS PÉS JUNTOS e aterrissar exatamente em cima da seta demarcada no chão. E também é necessário aterrissar de frente para direção em que a seta orienta.



Ou seja, as pontas dos pés devem apontar para o mesmo lado que a seta está apontando. Conseqüentemente, seu corpo também estará na mesma direção.



Evite saltar com um pé depois o outro. Pois nessa brincadeira, o desafio é saltar girando o corpo e manter o equilíbrio após a aterrissagem.



Observações:



Os pés devem tocar a seta (ou ficar dentro do círculo). Se caso desequilibrar e colocar um ou os dois pés pra fora, volta do início.



Se aterrissar do salto, em uma direção diferente da que a seta aponta, também deve voltar do início.



A direção das setas são aleatórias. Pode escolher a direção que quiser na hora de marcar no chão.



Se ficar muito fácil, aumente a quantidade de setas, e também a distância entre elas. Dessa forma o desafio será ainda maior.

Boa brincadeira e divirtam-se!