

Turma: Pré

Campos de Experiência/ Direitos de Aprendizagem e Desenvolvimento	Objetivos	Atividade	Descrição da atividade	Sugestão de materiais
<ul style="list-style-type: none">- Corpo, gestos e movimentos. - Explorar - Conhecer-se	<p>Objetivo é trabalhar vários fundamentos como: saltos frontal, dorsal e lateral, trabalhar a lateralidade, a força e a coordenação Motora.</p>	<p>Atividade com cabos de vassouras</p>	<p>Primeiramente poderão fazer um alongamento dos membros superiores e inferiores, disponibilizados em vídeo enviado aos pais pelo professor de educação física.</p> <p>Após o alongamento, os pais poderão achar de 4 a 5 cabos de vassouras e colocá-los em um na frente do outro em distâncias entre si de aproximadamente 1 metro.</p> <p>Após montar a atividade os alunos deverão fazer os seguintes movimentos:</p> <p>Primeiramente pular sobre os cabos de vassoura sentido para frente, ir e voltar 5 vezes ida e volta.</p> <p>Em seguida pular sobre os cabos de forma lateral, de lado, sempre pulando no meio dos cabos 5 vezes ida e volta</p> <p>Após pular sobre os cabos de costas, 5 vezes e 5 volta.</p> <p>Por fim pular somente com um pé, 5 vezes ida e 5 volta .</p>	<p>Quatro a cinco cabos de vassoura, rodo ou qualquer cabo, a ideia do cabo é apenas para demarcar o local no chão, se não tiver cabos de vassoura, pode ser tocos de madeira, cordas, uma fita colada no chão ou o que os senhores acharem melhor.</p>