



ESTADO DE SANTA CATARINA
MUNICÍPIO DE JABORÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO
ESCOLA BÁSICA MUNICIPAL ALBERTO BORDIN

10ª ETAPA DE ATIVIDADES PRESENCIAIS E/OU NÃO PRESENCIAIS

TURMA: 2º ANO – ENSINO FUNDAMENTAL

ALUNO (A): _____

PROFESSOR (A): MEYZI KELLIN D. TONIELLO / ALESSANDRO DE OLIVEIRA

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Atividade: Corrida do balão

Objetivo: Coordenação motora e habilidade

Materiais: balão ou sacola plástica

Jogo:

A corrida do balão pode ser jogada de várias formas. Segue abaixo:

- Corrida com o balão entre os joelhos:

Coloca-se o balão ou a sacola entre os joelhos e sem deixar cair o balão percorrer uma distância pode ser em linha reta ou em zigzag. Podendo também colocar o balão entre os dois pés e fazer da mesma forma.

- Corrida do balão em quatro apoios invertidos:

Coloca-se o balão entre os joelhos e apoiam-se as mãos e os pés no chão com a barriga para cima. Irá percorrer uma distância quem chegar primeiro ganha.

- Corrida do balão com bastão:

Segurando o cabo de vassoura com as duas mãos, deverá ir batendo no balão em linha reta ou em zig zag, em uma certa distância até colocar o balão dentro do cesto ou balde. Ganha quem conseguir colocar o balão primeiro dentro do balde.