

Atividades para realizar em casa

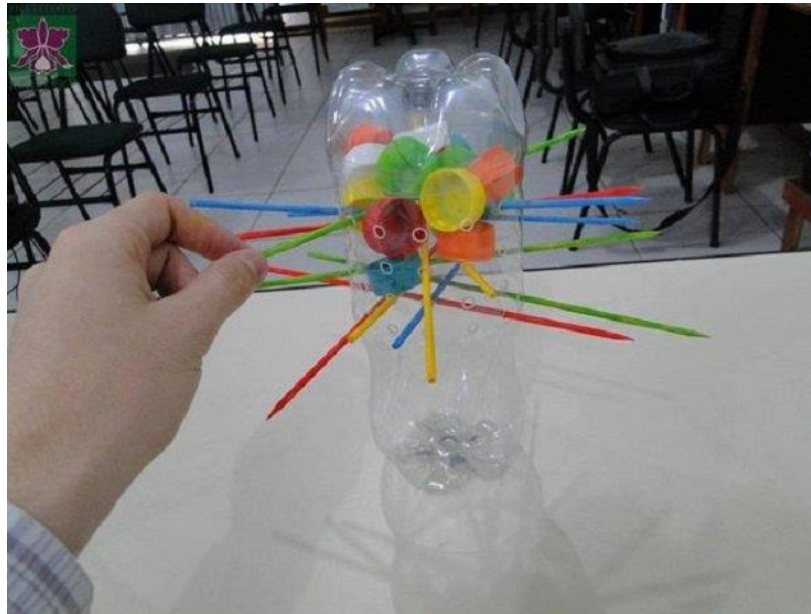


Atividades com materiais recicláveis:

1- Jogo dos palitos:

Para realizar esse jogo, você precisará de: garrafa pet, tampas de garrafas pet e palitos.

A brincadeira é: tirar os palitos sem deixar as tampas caírem!



2- Vai e vem:

Para realizar essa atividade, você precisará de: garrafa pet, barbante e argolas. A brincadeira é: realizar movimentos com os braços, lançando a garrafa para a pessoa que estiver segurando do outro lado.



3- Bilboquê:

Para fazer esse brinquedo, você vai precisar de: garrafa pet, tampa de garrafa e um pedaço de barbante.

O objetivo dessa brincadeira é lançar a tampa dentro da garrafa pet.



4- Boliche:

Para realizar essa atividade, você precisará apenas de garrafas pet ou latinhas de refrigerante ou sucos e uma bola (pode ser até bola de meia).

Organizem as garrafas ou latinhas para realizar o boliche e divirtam-se!



5- Pés de lata:

Para realizar essa atividade, você precisará de: latas de leite em pó ou achocolatado e barbante.

O desafio é o seguinte: andar em cima das latas, combinando os movimentos de pernas e braços, que estarão segurando os barbantes.



Atividades para explorar movimentos

1- Criar um jogo de tabuleiro gigante no quintal ou em algum espaço grande:

Pode-se usar: cartolinas ou folhas de papel colorido para marcar a trilha; criar regras e utilizar um dado para andar pelo tabuleiro.



2- Montar uma corrida de obstáculos:

Use a imaginação e utilize diversos materiais: travesseiros, toalhas, colchões, brinquedos, bolas e distribua-os de forma aleatória, criando um circuito. Você também pode criar regras para dificultar a atividade.



3- Acertar o alvo:

Pegue algum recipiente (balde, cesto de roupas) e tente acertar o alvo com uma bola. Para dificultar, aumente a distância e conseqüentemente o valor dos pontos.



Alunos, aproveitem as atividades ao máximo. Logo estaremos de volta correndo pela quadra e realizando as atividades juntos!

Um abraço,
Prof. Rafael Maturana (Ed.Física).

