

EDUCAÇÃO FÍSICA – AULA 7

UNIDADE TEMÁTICA: BRINCADEIRAS E JOGOS.

OBJETOS DO CONHECIMENTO: BRINCADEIRAS E JOGOS DA CULTURA POPULAR PRESENTES NO CONTEXTO COMUNITÁRIO.

FAMILIARES OU RESPONSÁVEIS, AJUDEM AS CRIANÇAS NA COMPREENSÃO E REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE. LEIAM EM VOZ ALTA A COMANDA E INDIQUEM O ESPAÇO DO REGISTRO.

NAS ÚLTIMAS ATIVIDADES, APRENDEMOS ALGUMAS BRINCADEIRAS DE PULAR E HOJE IREMOS CRIAR UMA NOVA BRINCADEIRA DE PULAR: PULAR CORDA.

PULAR CORDA

UMA BRINCADEIRA MUITO POPULAR NO BRASIL TODO, PULAR CORDA É SIMPLES E MUITO DIVERTIDA. ALÉM DE SER UMA ÓTIMA ATIVIDADE PARA ESTIMULAR A ATENÇÃO, O RITMO E O CONTROLE DO PRÓPRIO CORPO.

1- VOCÊ SABE PULAR CORDA? FAÇA UM **X** EM SUA RESPOSTA.

() SIM. () NÃO.

2- VAMOS COMEÇAR A PULAR SEM CORDA. PEGUE UMA VASSOURA E OBSERVE O PASSO A PASSO.

A- COLOQUE UMA VASSOURA NO CHÃO E FIQUE AO LADO DELA.



IMAGEM: freepik.com

B- PULE DE UMA LADO PARA O OUTRO DA VASSOURA CRIANDO UM RITMO.

- 3- AGORA, COM A AJUDA DE UM ADULTO, PEGUE UMA CORDA OU LENÇOL E PEÇA PARA O ADULTO BRINCAR DE PASSA ZERO COM VOCÊ. VEJA O PASSO A PASSO.
- A- O ADULTO DEVERÁ BATER A CORDA COMO SE VOCÊ FOSSE PULAR CORDA.
 - B- VOCÊ PASSARÁ POR DEBAIXO DA CORDA, CORRENDO, SEM TOCAR NELA.
 - C- DEPOIS DE ALGUNS TREINOS, TENTE ENTRAR NA CORDA E DAR UM PULO. O ADULTO PODE AJUDAR, AVISANDO QUANDO VOCÊ DEVE PULAR.
 - D- TENTE ENCONTRAR O RITMO DA CORDA E PULE ALGUMAS VEZES.
- 4- REGISTRE, POR MEIO DE DESENHO, COMO FOI A BRINCADEIRA EM SUA CASA E QUEM PARTICIPOU COM VOCÊ.

