



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CADERNO DE ATIVIDADES Nº 14

CONTEÚDO DA SEMANA (05/07 A 11/07)





PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADES:

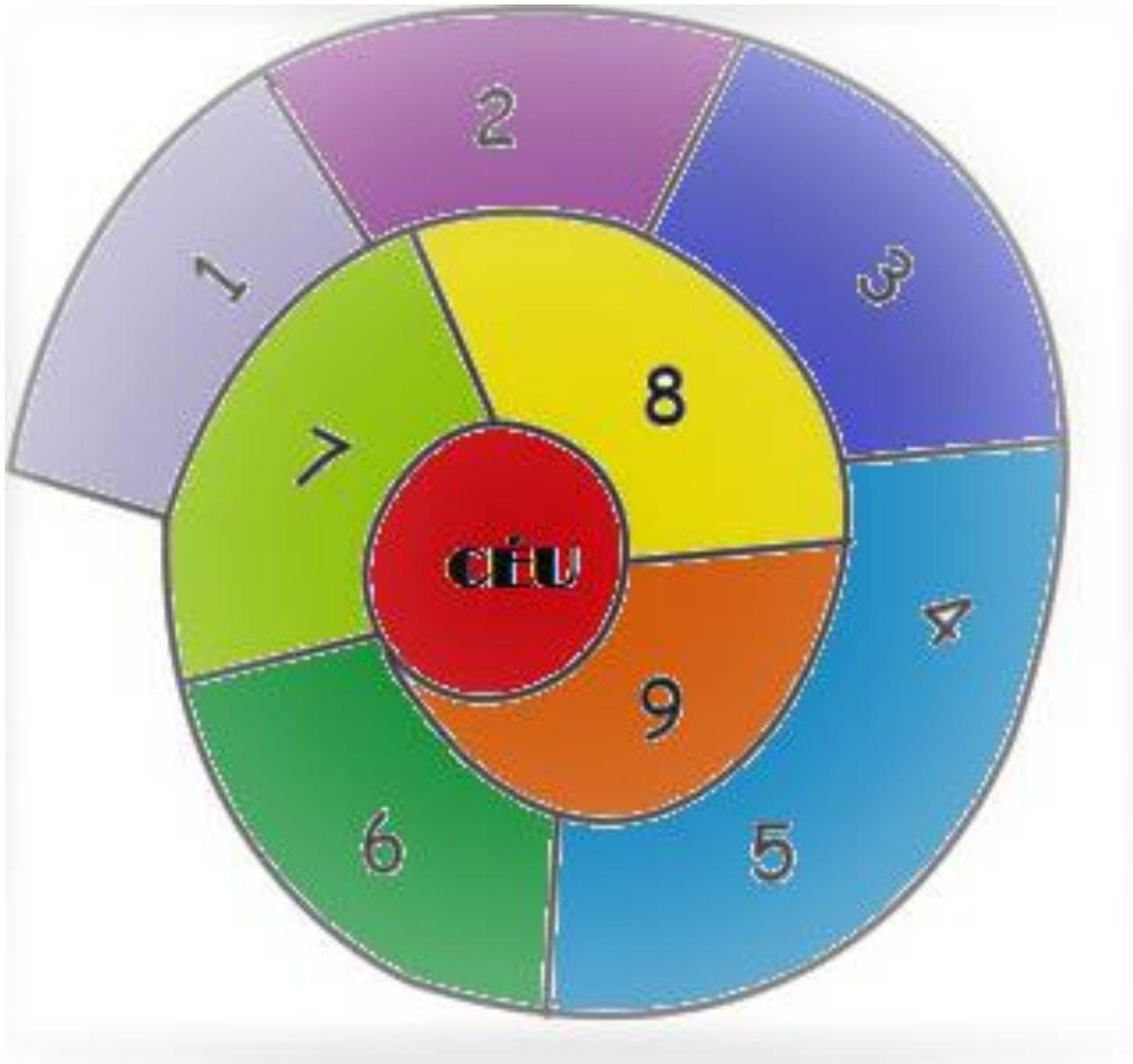
➤ CARACOL (EF12EF01)

MATERIAL:

- GIZ OU ALGO QUE VOCÊ POSSA DESENHAR NO CHÃO.
- UMA TAMPA DE GARRAFA, UMA PEDRA OU UMA BOLINHA DE PAPEL.

PROCEDIMENTO:

- VOCÊ IRÁ DESENHAR NO CHÃO ASSIM COMO O DESENHO ABAIXO:





PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

- QUEM FOR COMEÇAR JOGA A PEDRINHA NA CASA MARCADA COM O NÚMERO 1 E COMEÇA A PULAR DE CASA EM CASA, PARTINDO DA CASA 2, ATÉ O CÉU. SÓ PODE POR UM PÉ EM CADA CASA DE CADA VEZ.

- QUANDO CHEGAR NO CÉU, O JOGADOR VIRA E VOLTA PULANDO DA MESMA MANEIRA, PEGANDO A PEDRINHA QUANDO ESTIVER NA CASA 2 (SEM COLOCAR O PÉ NO CHÃO) A MESMA PESSOA COMEÇA DE NOVO, JOGANDO A PEDRINHA NA CASA 2.

- QUEM CONSEGUIR PASSAR POR TODAS AS CASAS VAI ATÉ O CÉU, FICA DE COSTAS E ATIRA A PEDRINHA. DEPOIS, ESCREVE SEU NOME NA CASA ONDE ELA CAIU. OS DEMAIS NÃO PODERÃO PISAR NA CASA MARCADA, MAS O DONO PODERÁ ATÉ COLOCAR OS DOIS PÉS SOBRE ELA. SE A PEDRA CAIR FORA DO JOGO, ELE NÃO MARCA NADA. VENCE QUEM CONSEGUIR MAIS CASAS.

➤ **PESQUE (EF12EF07)**

MATERIAL:

- UMA CAIXA, OU UM BALDE OU UMA BACIA, DESDE QUE NÃO SEJA NADA DE VIDRO.

- UM PANO DE CHÃO;

- CINCO OBJETOS, EXEMPLO: BOLA, SAPATO, GARRAFA, COPO, BONECOS, ETC.

PROCEDIMENTO:

- VOCÊ IRÁ COLOCAR TODOS OS OBJETOS DE UM LADO.

- DO OUTRO LADO VOCÊ IRÁ COLOCAR A CAIXA OU O BALDE OU A BACIA.

- E O PANO DE CHÃO NO MEIO DOS DOIS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral



- VOCÊ IRÁ SENTAR NO PANO DE CHÃO.

- SEM COLOCAR OS PÉS NO CHÃO, VOCÊ IRÁ PINÇAR (PEGAR) COM OS PÉS UM OBJETO DE CADA VEZ E IRÁ RODAR SEU CORPO E COLOCAR NA BACIA, SEM DEIXAR CAIR OS OBJETOS NO CAMINHO, E SEM COLOCAR OS PÉS NO CHÃO, SE ISSO ACONTECER REINICIE. SERÃO TRÊS VEZES:

- PRIMEIRO: VOCÊ IRÁ PEGAR OS OBJETOS NA ORDEM QUE ACHAR MELHOR;

- SEGUNDO: VOCÊ ÍRA PEGAR OS OBJETOS ESCOLHENDO PRIMEIRO AS SUAS CORES FAVORITAS;

- TERCEIRO: VOCÊ IRÁ PEGAR POR ORDEM ALFABÉTICA.