



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CADERNO DE ATIVIDADES

SUGESTÕES DO MÊS DE ABRIL



EDUCAÇÃO FÍSICA



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

ATIVIDADES:

- PONTE DE EQUILIBRIO (PR.EF12EF01.a.1.03)

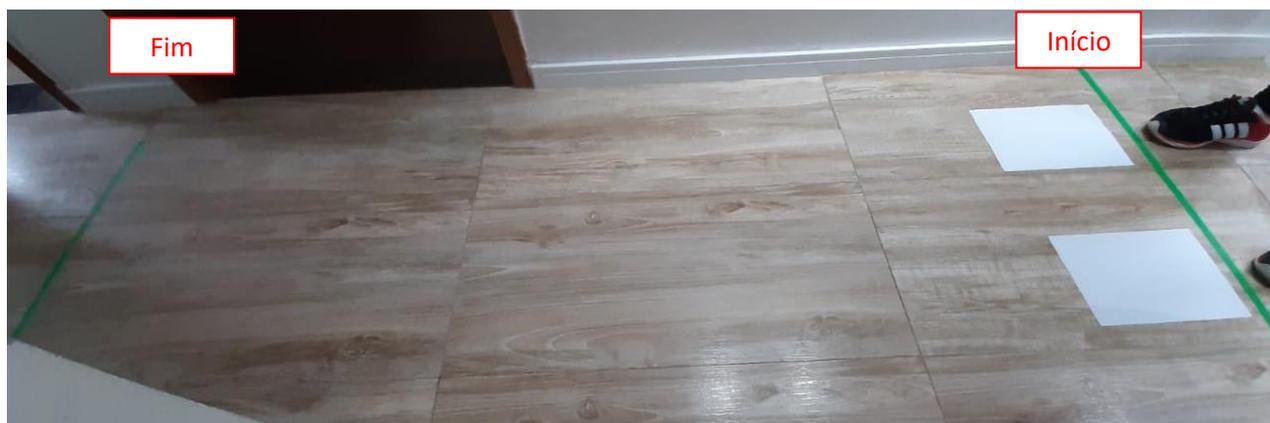
MATERIAIS:

- DUAS FOLHAS DE PAPEL;
- GIZ, DUAS CORDAS OU FITA CREP.

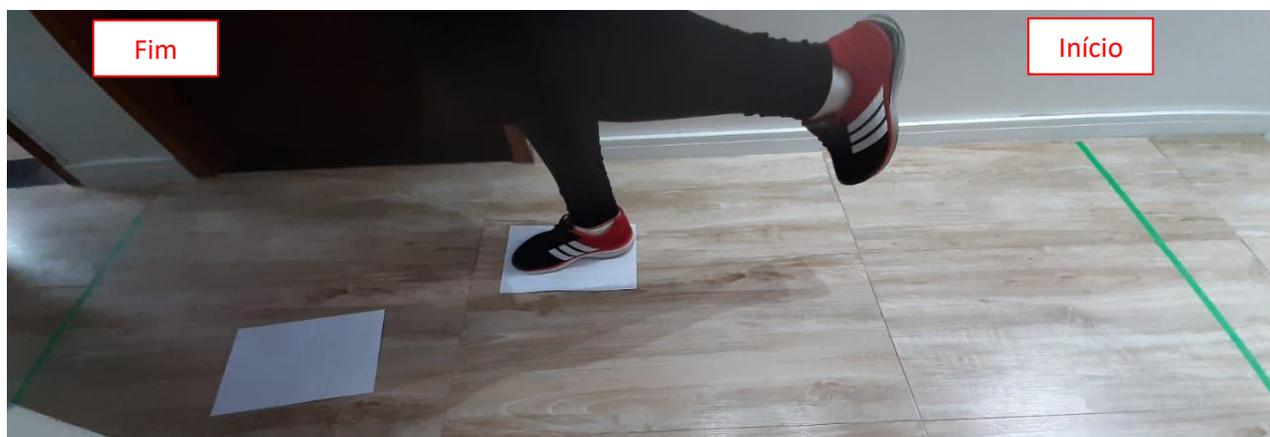
PROCEDIMENTO:

- O ÚNICO OBJETIVO É ATRAVESSAR O RIO UTILIZANDO AS FOLHAS DE PAPEL COMO PONTE;

- EU MARQUEI COM A FITA, MAS VOCÊ PODE FAZER COM O GIZ OU COM AS CORDAS, O RIO;



- AO SINAL COLOQUE UMA FOLHA DE CADA VEZ NA FRENTE E PULE COM O MESMO PÉ, DEPOIS PUXE A DE TRÁS E COLOQUE NA FRENTE, ASSIM SUCESSIVAMENTE ATÉ ATRAVESAR;



- COMO REGRA:



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

- SÓ PODE PISAR COM UM PÉ EM FOLHA DE PAPEL;
- NÃO PODE ARRASTAR A FOLHA COM O PÉ;
- CADA PASSO A FOLHA DEVE SER PEGA COM A MÃO E COLOCADA PARA FRENTE.
- DEPOIS DE TER TREINADO, PODE FAZER UMA COMPETIÇÃO COM MAIS ALGUÉM DA SUA FAMÍLIA, PARA VER QUEM ATRAVESSA O RIO PRIMEIRO SEM SE MOLHAR.

➤ **MINI QUEIMADA (PR.EF12EF02.c.1.04)**

MATERIAIS:

- 10 TAMPINHAS DE DUAS CORES DIFERENTES, SENDO 5 DE UMA COR E 5 DE OUTRA COR;
- UMA OUTRA TAMPINHA DIFERENTE PARA FAZERMOS DE BOLA.
- FITA CREPE.



PROCEDIMENTO:

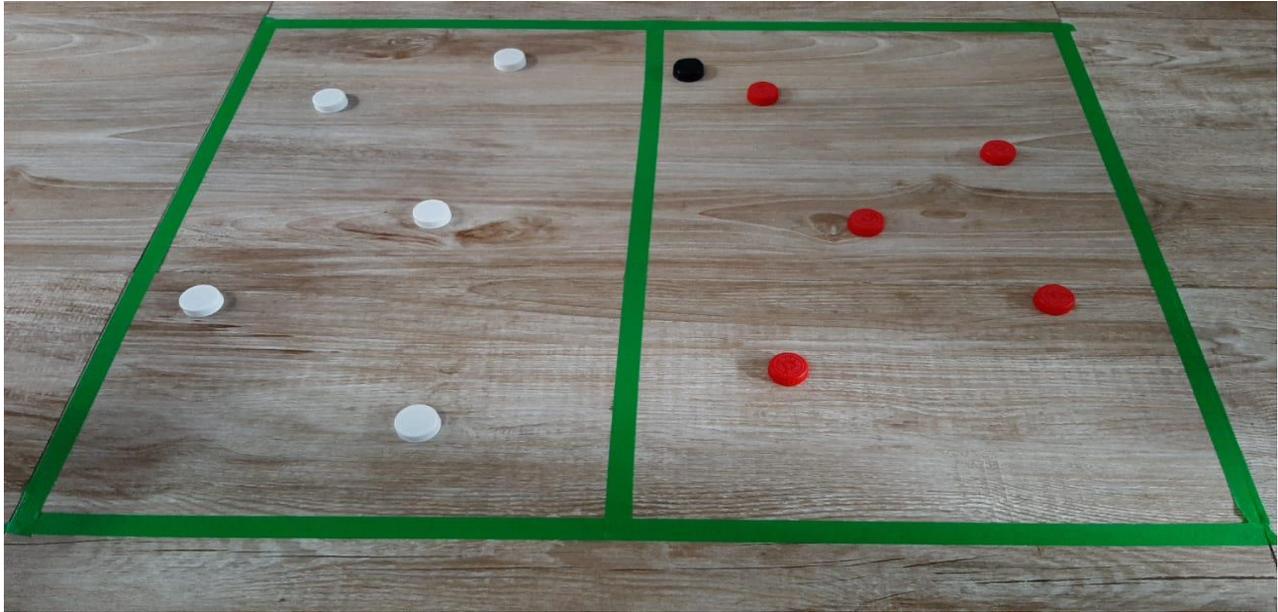
- EM UMA MESA OU NO CHÃO, FAÇA COM A FITA CREPE O CAMPO DA QUEIMADA, COMO A FOTO A SEGUIR:



- POSICIONE SEUS JOGADORES, AS TAMPINHAS COMO ACHAR ESTRATEGICAMENTE NECESSÁRIO;



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral



- TIME BRANCO DE UM LADO, TIME VERMELHO DO OUTRO LADO E A TAMPINHA PRETA É A QUE SERÁ LANÇADA PARA ATINGIR O CAMPO ADVERSÁRIO.

- PAR OU ÍMPAR PARA DECIDIR QUEM INICIA;

- PARA DAR INÍCIO, UM JOGADOR PEGA A TAMPINHA QUE FOI DEFINIDA COMO BOLA E DÁ UM PETELECO NELA FAZENDO COM QUE A MESMA QUEIME UMA OU MAIS TAMPINHAS DO SEU ADVERSÁRIO. SE ISSO ACONTECER, AS QUE FORAM QUEIMADAS DEVEM SER RETIRADAS DO CAMPO;

- AGORA É A VEZ DO OUTRO JOGADOR DAR O PETELECO, SE ELE NÃO ACERTAR NENHUM, NADA ACONTECE E SEGUE COM A VEZ DO OUTRO.

- O JOGO TERMINA QUANDO TODAS AS TAMPINHAS DE UM JOGADOR FOREM QUEIMADAS.