

Faixa etária ou ano:

5º anos - Educação Física

Data:

26 a 30 de julho de 2021

Atividade: Corrida da colher com obstáculos

Recursos/Materiais: Barbante, fita crepe ou durex, garrafas pet, bolinhas ou limões, colher.

O que envolve essa atividade: Equilibrar, coordenação motora, orientação espacial.

MONTANDO O CAMPO DE ATIVIDADE:

1. Escolher um corredor ou outra área onde se possa fazer obstáculos entrelaçados, onde o participante tenha que rastejar, abaixar, levantar desviando dos obstáculos. Para isso colocamos barbantes em diversas alturas, e na diagonal.

A Atividade:

Cada participante terá um tempo cronometrado para vencer os obstáculos mantendo a bolinha ou o limão sobre a colher sem derrubar, ao final dos obstáculos haverá um espaço para garrafas pet, onde o participante deverá colocar a bolinha sobre o gargalo da garrafa sem usar as mãos, apenas a colher, levada a 1ª bolinha, o participante deve voltar pelo emaranhado de obstáculos, pegar a próxima bolinha e fazer o mesmo percurso até colocar todas as bolinhas sobre as garrafas.

Caso a bolinha caia ao chão, deve-se pegar a mesma usando somente a colher e seguindo o percurso de onde ela caiu.

Vence quem finalizar o percurso em menor tempo.

Atividade disponível para ser visualizada em:

<https://youtu.be/fBWnXETGTsg>

Atividade adaptada à pessoa com deficiência:

Realizar a atividade respeitando as limitações de cada aluno, alterando se for preciso até mesmo o campo de atividade.

Forma de registro:

O registro deverá ser feito da forma mais viável para o aluno e sua família, em foto, vídeo, materiais confeccionados, registro escrito ou desenhado da atividade proposta e ser entregue conforme combinado com a Unidade Escolar.

Dúvidas sobre a atividade pergunte aqui:

https://docs.google.com/forms/d/1wuKaDjRA3HpfZiisQXOfIcQ_-ze4Rwb6t5o-UqjM00/viewform?edit_requested=true