

Faixa etária ou ano:

**3º anos - Educação Física**

Data:

**26/07 a 30/07 de 2021**

**Atividade:** Salto em Distância

**Recursos/Materiais:** Chinelos, ou cordas, ou giz.

**O que envolve essa atividade:** Iremos realizar o Salto em Distância, uma das modalidades do Atletismo (Saltos), de forma adaptada.

**Como Jogar? (ou Como Brincar?)** A atividade consiste em realizar o salto em distância, ou seja, saltar o mais distante possível de seu ponto de partida. Para realizar a atividade você vai precisar de objetos para fazer a marcação da distância em que saltou, podendo utilizar chinelos, cordas ou giz para realizar a marcação. Coloque o objeto no ponto de partida de onde irá saltar, realize o salto e marque a distância que você saltou utilizando o objeto escolhido. Você poderá realizar vários saltos, tentando saltar cada vez mais distante, aumentando assim sua marca.

**Assista ao vídeo para entender melhor como realizar a atividade e fazer o movimento corretamente;** <https://www.youtube.com/watch?v=WEQ4JIXxGZk>

**Segue também um vídeo explicativo sobre o Atletismo e suas modalidades:**

<https://www.youtube.com/watch?v=PyCNpa-YOKM>

**Referências:**

Disponível em << <https://www.youtube.com/watch?v=WEQ4JIXxGZk>>>

Acesso em 12 /07/2021.

**Atividade adaptada à pessoa com deficiência:** A pessoa com deficiência poderá adaptar a atividade de acordo com sua necessidade.

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