



Prefeitura Municipal de Hortolândia
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



Práticas Corporais Semana de 19 /07/2021 a 23/07/2021

Olá crianças! ,que tal aprendermos algo bem diferente e muito divertido?

Vamos aprender a realizar algumas posturas do Ioga. Você poderá copiar os movimentos das imagens abaixo e logo depois assistir ao vídeo para aprender os nomes de algumas delas: Postura da Montanha /Postura da Estrela/ Postura do Guerreiro / Postura do Sapo e Postura da Borboleta.



Clique neste link para assistir ao vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=R4AlaZnle0A>

OBS: O registro deverá ser feito da forma mais viável para o aluno e sua família, em foto, vídeo, registro escrito ou desenhado da atividade proposta e ser entregue pelo canal de contato de sua turma.

Boa diversão a todos!