



**COLÉGIO SÃO MARCOS – EDUCAÇÃO INFANTIL,  
ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

**Rua José Maria de Paula, nº 1825 - Tel: (0XX43) 3432- 4356  
CEP 86.900-000 Jandaia do Sul – Paraná**

**Educação Física 2º Ano  
Atividade para segunda-feira (27 de abril de 2020) – 1 hora-aula.**

Primeiramente vamos iniciar com um alongamento para iniciar a aula, o link do vídeo do alongamento, que vai orientar os exercícios

(<https://www.youtube.com/watch?v=8eE9jiMmwyl> “Acesso em 19/04/2020”).

A atividade principal será um boliche adaptado. Para essa atividade precisaremos de garrafas pet (para ser os pinos; de preferência 6 garrafas, mas se não tiver pode ser menos) e uma bola (de preferência pequena e leve que a criança consiga segurar; se não tiver bola, pode ser uma bola de meia).



O objetivo da atividade é derrubar os pinos (garrafas pet) com uma bola, de uma distância de aproximadamente 3 metros.

O objetivo principal é que ela consiga derrubar todos os pinos em apenas um lançamento. Exemplo: se uma criança derrubar 2 pinos, não levante os outros, deixe ela jogar uma segunda vez para ela tentar derrubar os pinos restantes. Após a segunda tentativa levante todos os pinos.

Mas lembrando, é uma criança deixe ela brincar, se divertir com a atividade. Qualquer dúvida entre em contato.