**ROTINA SEMANAL – PRÉ I e PRÉ II**

**PROFESSOR: RAFAEL TOKIMATU – ED. FÍSICA**

***“Educar é semear com sabedoria e colher com paciência.” (Augusto Cury)***

**VÍDEO AULA APRESENTANDO E ORIENTANDO AS ATIVIDADES, DISPONÍVEL EM:**

<https://www.youtube.com/watch?v=StIZxvy2ws8&list=PL2ASlftDfH7Rt-9VxcFY-9x0mE3JCviLo&index=7>

EDUCAÇÃO FÍSICA – CORRIDA DAS MINHOCAS

Olá pessoal, tudo bem com vocês?

Nossa atividade de Educação Física será a brincadeira: CORRIDA DAS MINHOCAS.

É uma brincadeira muito simples e muito divertida! Com ela podemos desafiar a família inteira!!! Então vamos lá!

Para brincar vamos utilizar os seguintes materiais:

- Uma folha de papel

- Uma régua

- Uma tesoura

- Uma caneta

- Um canudo (pode ser feito com uma folha de papel ou corpo de caneta)

CRIANDO NOSSA MINHOCA!

Corte a folha nas medidas: 15 cm de comprimento por 03 cm de largura.

Em seguida, dobre a tirinha como se fosse fazer um leque ou uma sanfoninha – dobre com um espaço de 2 a 3 cm.

Corte as pontinhas do leque para arredondar a minhoca.

Use a criatividade e decore a sua minhoquinha, faça olhinhos, boquinhas e o que você mais quiser.

Assopre pertinho da minhoca com o canudinho e ela vai se movimentar.

CORRIDA DAS MINHOCAS, COMO BRINCAR?

Com um canudinho e um pedaço de papel, o objetivo da atividade é assoprar dentro do canudinho para movimentar o papel e fazer a “minhoca” correr. Ganhava quem chegasse na marcação do final da pista de corrida.

 