

## EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome: \_\_\_\_\_ 4º ano

**Orientação para realização da atividade: Ginástica:** o aluno poderá escrever no caderno o título da atividade, a data e como foi realizar a atividade.

### Artes circenses

Ao entrarmos no mundo mágico do circo, precisamos entender um pouco melhor suas origens e desenvolvimento. Não podemos datar com exatidão quando a atividade corporal circense foi originada, no entanto, no livro O circo no Brasil, escrito por Torres, aparece uma citação de outro autor o Ruiz, que diz assim: "... O remoto ancestral do artista de circo deve ter sido aquele que num dia de caça surpreendentemente farta, entrou na caverna dando pulos de alegria e despertando com suas caretas, o riso de seus companheiros de dificuldades". Dentro do conteúdo de ginástica é possível trabalhar e conhecer um pouco este universo circense. (Ruiz, r. Apud Torres, a. O circo no Brasil. Rio de Janeiro: Funarte, Editora Atrações, 1998, p.13).

Fonte: <http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=130>

### Vamos praticar?

É sempre importante que você converse com um adulto antes de organizar estas atividades, para que ajude a pensar em um espaço no qual você não se machuque e não estrague nada em casa também.

#### Atividade 1 – Malabares com 03 bolinhas

Materiais: bolinhas, tecido, plástico, bolinhas de jornal etc. É possível adaptar estas materias para esta iniciação.

Link para orientação da atividade: <https://www.youtube.com/watch?v=6k9ezfkrquw>

#### Atividade 2 – Rolamentos – variações cambalhotas

Materiais: colchão

Link para orientação da atividade: <https://www.youtube.com/watch?v=w0j6uawwq2y>