



EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome: _____ 4º Ano

ATIVIDADE 1

ORIENTAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE: o aluno deverá escrever no caderno o título, as respostas da atividade e a data.

Brincadeiras Regionais

Vamos conhecer a brincadeira “Cinco Marias”?



Jeito de brincar:

As Cinco Marias (saquinhos de arroz ou pedrinhas) ficam espalhadas pelo chão. O jogador tem que escolher uma das pedrinhas ou saquinhos, jogá-la para o alto, pegar outra no chão e pegar a que está no alto antes que ela caia.

Quem errar passa a vez para outro e depois retoma de onde parou. Quem conseguir pegar todas vai para a próxima etapa, onde tem que pegar duas Marias antes de segurar a que está no alto.

Na próxima etapa, todas as Marias são colocadas de volta no chão. Com uma das mãos, o jogador tem que fazer uma espécie de ponte no chão (com os dedos, indicador e polegar). Enquanto uma Maria é lançada para o alto, outra tem que passar por debaixo da "ponte", antes que a que está no alto seja apanhada.

Na última etapa, cinco Marias são lançadas para o alto ao mesmo tempo e o jogador tem que tentar pegá-las com as costas da mão. Ganha quem conseguir cumprir todas as etapas ou quem, ao final, conseguir pegar o maior número de Marias jogadas para o alto.

Segue um link de um vídeo de como brincar

<https://www.youtube.com/watch?v=YABd51rKRbU>

Atividade proposta:

Se possível, convide seus familiares para brincar com você de “**Cinco Marias**”. E depois responda:

A) Vocês conseguiram cumprir todas as etapas da brincadeira?

R= _____

B). Desenhe em seu caderno a brincadeira “**cinco marias**”.