

**ORIENTAÇÕES:**

ASSISTA AO VÍDEO INDICADO.

ATENTE-SE ÀS ORIENTAÇÕES DA PROFESSORA.

BOM TRABALHO!

**SEQUÊNCIA DE ATIVIDADE**

**PROPOSTA 4 – HORA DE ALONGAR E RELAXAR**

1- **DICA DA MANHÃ:** FAÇA UM ALONGAMENTO EM FAMÍLIA COM A EQUIPE DA EDUCAÇÃO FÍSICA DA ESCOLA.

VAMOS MEXER O ESQUELETO!

**ASSISTA AO VÍDEO, ACESSANDO O LINK:**

<https://bit.ly/AlongamentoGeral>

2- **DICA DA TARDE:** RELAXE E OUÇA A CONTAÇÃO DE HISTÓRIA.

<https://bit.ly/SanducheDaMaricota>

3- VOCÊ SE LEMBRA DE TODOS OS INGREDIENTES DO SANDUÍCHE DA MARICOTA? O QUE VOCÊ COLOCARIA NO SANDUÍCHE DELA?

4- E O QUE VOCÊ GOSTA DE COLOCAR NO SEU SANDUÍCHE?

REGISTRE (COM DESENHOS OU TENTATIVAS DE ESCRITA, COMO A CRIANÇA ACHA QUE É ESCRITO) OS INGREDIENTES DO SEU SANDUÍCHE PREFERIDO.