##### Instituto de Educação Infantil e Juvenil

##### Inverno, 2020. Londrina, 28 de agosto

##### Nome: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Turma: 5º ano.

##### Área do conhecimento: Educação Física | Professor: Leandro

EDUCAÇÃO FÍSICA – YOGA

1. Olá! Hoje vamos acalmar, respirar fundo e fazer duas práticas de yoga.

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



1. Se possível, chame um adulto para fazer junto com você essa segunda parte!

<https://www.youtube.com/watch?v=ImaM4e2ooAQ>



\*\*\*Atenção esse material não necessita ser impresso\*\*\*