##### Instituto de Educação Infantil e Juvenil

##### Primavera, 2020. Londrina, 29 de Outubro.

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

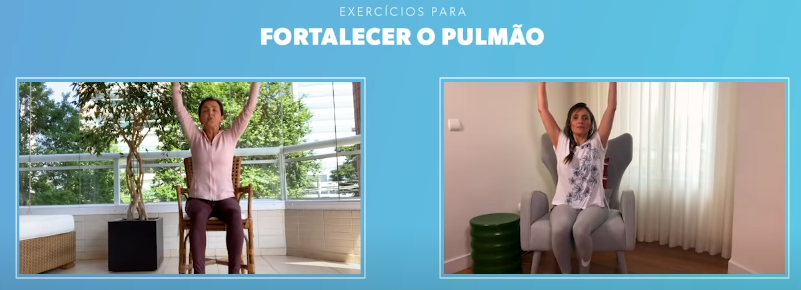
##### Área do conhecimento: Educação Física | Professor: Leandro

Educação Física – SOPRO 2

1. Olá pessoal! Hoje vamos treinar nosso sistema respiratório que é muito importante para todos nós! Vamos aquecer fazendo atividades com sopro, para fortalecer nossa respiração (bola de sabão grande)

[https://www.youtube.com/watch?v=cefbbzoj9rg](https://www.youtube.com/watch?v=CEfBBZoJ9Rg)

5 exercícios para fortalecer o pulmão | com @mirca fisioterapia e bem-estar – chame alguém para fazer junto com você.



<https://youtu.be/4u4ljqP-43I?t=133> Aprenda a respirar brincando



Escolha pelo menos 1 das brincadeiras abaixo!

<https://www.youtube.com/watch?v=gkNRy-gG1yU>

Brincadeiras na força do sopro!



<https://www.youtube.com/watch?v=YcuPz2ul2As>

Copo maluco! / Atividade de sopro para crianças! - LiLi e TuTu

