##### Instituto de Educação Infantil e Juvenil

##### Inverno, 2020. Londrina, 16 de Julho.

##### Nome: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

EDUCAÇÃO FÍSICA – DESFAFIOS

1. Hoje vamos ter desafios com uma garrafinha e um cabo de vassoura, começando com cabo de vassoura, vamos alongar e no final um desafio!

[https://www.youtube.com/watch?v=vr3wd2s2au4](https://www.youtube.com/watch?v=vR3wd2S2Au4)



2) Você vai precisar de bastante equilíbrio, agora vamos com a garrafinha tentar esses 8 desafios. Lembre que você pode sempre melhorar basta treinar e treinar.

<https://www.youtube.com/watch?v=29hgNvfO0bY>



Poste no Moodle Relato e D.P.O