

**BALANCE O QUADRIL
JOGANDO OS
BRAÇOS PARA CIMA**



**BALANCE O CORPO E
DÊ UM PULO**



**BALANCE O CORPO
FAZENDO UM
TRENZINHO!**



**IMAGINE QUE ESTÁ
PULANDO CORDA**



**BALANCE BRAÇOS E
PERNAS PRA LÁ E
PRA CÁ**



**DANCE IMAGINANDO
TOCAR UM
CHOCALHO**



**DANCE MEXENDO OS
BRAÇOS COMO
NESSA IMAGEM**



**SIGA O RITMO DA
MÚSICA E TENTE
FICAR NA PONTA
DOS PÉS**



**DANCE IMITANDO
UM BICHINHO!**



**DANCE LIVREMENTE
ACOMPANHANDO O
RITMO DA MÚSICA**



**BALANCE O CORPO E
IMITE TOCAR UM
INSTRUMENTO**



**DANCE CHUTANDO
COM A PERNA
DIREITA E
ESQUERDA**



DANCE E DÊ UM GIRO



DANCE BATENDO PALMAS



Primeiro, os participantes devem escolher três cartas do baralho.

Depois, devem realizar os movimentos solicitados e incluir mais uma carta por vez até a montagem de uma sequência coreográfica com o máximo de passos. O objetivo é conseguir memorizar o máximo de passos possíveis na ordem correta.

Outra forma de brincar é escolhendo livremente a melhor sequência de cartas (sem competição) ou ainda realizando a brincadeira em duplas, ou grupos com uma pessoa como mediador, mostrando uma carta por vez para todos do grupo.

Junte familiares e amigos e divirtam-se!

Vamos nos
movimentar
com o

Baralho
Animado

Vem
DANÇAR
Comigo



06 DE ABRIL - DIA INTERNACIONAL DA ATIVIDADE FÍSICA