



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME: CIDADE DE SANTOS

ANO: 7ºA/B/C/D

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSORA: MAYARA SOUZA

PERÍODO DE 08 / 06 /2020 a 19 / 06 /2020

ATIVIDADE FÍSICA X EXERCÍCIO FÍSICO

<https://youtu.be/fkJtGy7TQgo>

(Vídeo explicativo)

QUESTÕES SOBRE AS DIFERENÇAS ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO

1. Existe diferença entre atividade física e exercício físico?
2. Cite 3 tipos de exercícios físicos.
3. Cite 3 exemplos de atividade física.

TAREFA PARA A PRÓXIMA AULA:

- PENSEM EM 1 EXERCÍCIO FÍSICO QUE PODE SER FEITO EM CASA DURANTE O DISTANCIAMENTO SOCIAL.

Boa tarefa a todos, não esqueçam de enviar os registros e até a próxima aula!