



UME PEDRO II

Componente curricular Educação Física

8º E 9º ANOS

PERÍODO DE 05 a 19 | 06

Atividade de Educação Física

Capacidades Físicas

Assista ao vídeo .. leia e responda as questões a seguir

Clique aqui <https://youtu.be/9oe6pyx-u34>

1- Cite um momento dentro do esporte, em que o atleta está utilizando prioritariamente a capacidade física resistência?

2- Qual é a capacidade física que está relacionada a amplitude das articulações?

3- O que é capacidade física ? Por que todos nós temos?

4- Observando o seu corpo , cite 4 articulações importantes do corpo humano .

5- O que você entende por resistência física ?

Email ; deysefbm21@gmail.com