



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação
Departamento Pedagógico



ROTEIRO DE ESTUDO/ATIVIDADES

UME: Vinte e Oito de Fevereiro

ANO: 7ºANO (Educação Física)

PROFESSOR: Felipe Amorim de Souza

PERÍODO DE 06/07/2020 a 17/07/2020

CAPACIDADES FÍSICAS

Vamos relembrar as capacidades físicas. Dê um exemplo de movimento para cada uma das capacidades:

1. Agilidade
2. Flexibilidade
3. Força
4. Resistência
5. Velocidade

Durante as aulas de educação física você acha que utiliza quantas dessas capacidades físicas?