

## **ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES**

**UME: OLAVO BILAC**

**ANO: 2020 COMP. CURRICULAR: ED. FÍSICA 3ºS ANOS A, B, C e D.**

**PROFESSOR: ROGÉRIO FONSECA**

**PERÍODO DE 06/07/2020 A 10/07/2020**

### **ATIVIDADE – 05**

## **DICAS DE EXERCÍCIOS DIÁRIOS**



Olá pessoal tudo bem?

Hoje vamos falar sobre uma atividade nova, o basquete da velha.

Antes de mais nada eu gostaria de avisar para todos que não vai ser preciso me enviar fotos ou vídeos para comprovar que vocês estão fazendo as atividades.

O mais importante é a nossa relação de confiança estabelecida durante o nosso tempo de convivência. Porém se algum de vocês quiser me mandar algum material eu os receberei com o maior carinho e satisfação.

A dica de hoje é para tirar um pouco a monotonia do jogo da velha apimentado com as habilidades do basquetebol.

Primeiro você deve assistir os vídeos clicando nos links abaixo, caso prefira, o material do vídeo também está em pdf para que possa ser impresso caso haja interesse de vocês.

Vídeo 1- <https://photos.app.goo.gl/x9NyudLoQatWeuZLA>

Vídeo 2- <https://photos.app.goo.gl/BXkxM4sYnkMxjQow9>

Vídeo 3- <https://photos.app.goo.gl/n2adMCEHt15XvtNNA>

Depois de assistir os vídeos a primeira vez você poderá experimentar o novo jogo com alguém que esteja em casa e possa brincar você. Se ficar alguma dúvida é só assistir o vídeo novamente, ou acompanhar o texto explicativo em pdf.

Lembre-se que é muito importante fazer atividades físicas todos os dias. Por isso continuem praticando as outras atividades também sempre que possível. Ok?

Uma boa semana de estudos e de prática de exercícios para todos.

Espero que vocês gostem.

Em outro momento darei outras dicas.

Até a semana que vem.



Um beijo grande do Tio Rogério!

E-mail para contato em caso de dúvidas: [rogerioef2ano@gmail.com](mailto:rogerioef2ano@gmail.com)