

UME: LOURDES ORTIZ

ANO: **1ºA/B**

COMPONENTE CURRICULAR: **EDUCAÇÃO FÍSICA**

PROFESSOR: **REGINA CÉLIA PACHECO RODRIGUES**

Roteiro:5

Dia: 29/03 A 09/04

Assunto a ser estudado: Lançar e pegar

Atividade: Vamos estimular agilidade, condicionamento físico e velocidade, além da força.

Onde: Fazer em ambiente doméstico

Atividade para Nota: Toda a participação do aluno será valorizada.

Deverá ser enviada ao professor: Sim, pelo email [prof.reginacelia62@gmail.com](mailto:prof.reginacelia62@gmail.com). **SE POSSÍVEL, MANDE FOTO REALIZANDO A ATIVIDADE.**

Sugestão: Assista no youtube:  
<https://www.youtube.com/watch?v=xQnHxsHhvnI>

Prazo máximo para entrega desta atividade: 09/04

**POR FAVOR, ENVIE A ATIVIDADE ATÉ A DATA LIMITE INDICADA.  
NÃO ESQUEÇA DE IDENTIFICAR COM SEU NOME E SÉRIE.**

