

UME PEDRO II

04/05 a 18/05

Educação Física / Anos Iniciais – 1º Ano, A, B, C.

Professor: Flavio S. Adegas.

TEMA: A importância da atividade física.

OBJETO DE CONHECIMENTO: Ginástica geral

HABILIDADE: (EF123EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais vivenciadas.

ORIENTAÇÕES PARA A REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE:

Os responsáveis podem ajudar o aluno na realização da atividade, lendo, explicando, orientando e escrevendo se necessário.

As atividades poderão ser digitadas ou manuscritas no caderno e fotografadas.

A devolutiva da atividade deverá ser enviada para o e-mail do professor:

flavioativaderemota@gmail.com

ATENÇÃO:

Na atividade deverá constar o **nome completo do aluno, classe, e o nº da chamada (se souber)**. A atividade vale como **AVALIAÇÃO E PRESENÇA** do aluno.

A importância da atividade física na vida cotidiana

1- Selecione a opção que contem atividades físicas cotidianas:

- A) Correr, andar de bicicleta, caminhar, ver televisão.
- B) Correr, nadar, caminhar, andar de bicicleta, dançar.
- C) Nadar, caminhar, dormir, jogar videogame.

2- Escreva os nomes das atividades físicas que aparecem nas figuras abaixo:



3- Escrever Verdadeiro ou Falso nas afirmações abaixo:

- A) Fazer exercício físico ajuda a manter o peso ideal.
- B) Os exercícios e atividade físicas melhoraram a nossa saúde.
- C) As atividades físicas só podem ser feitas por crianças.
- D) É melhor ver televisão e jogar videogame do que realizar atividades físicas.
- E) O exercício físico também ajuda a melhorar a nossa condição mental.

4- Envie uma foto para o seu professor de educação física fazendo um exercício ou atividade física que você goste.