

UME PEDRO II

22/06 a 30/06

Educação Física / Anos Finais – 7º Ano A, B, C.

Professor: Flavio S. Adegas.

TEMA: Exercícios Físicos

OBJETO DE CONHECIMENTO: Ginástica.

HABILIDADE: (EF67EF09) Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde.

PESQUISAR, REFLETIR E RESPONDER AS QUESTÕES.

1. O que é exercício físico?
2. O que acontece com nosso corpo quando praticamos exercícios físicos?
3. O que é ginástica de condicionamento físico?
4. Por que é importante termos uma rotina de exercícios físicos diários?
5. Pesquise 10 (dez) exercícios físicos que possam ser realizados em casa, sem utilizar materiais específicos.

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.

As atividades poderão ser digitadas ou manuscritas no caderno e fotografadas. A devolutiva da atividade deverá ser enviada para o e-mail do professor:

flavioatividaderemota@gmail.com