

**ATIVIDADE PROPOSTA**

**UME: CIDADE DE SANTOS**

**ANO: 7ºA/B/C/D**

**COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PROFESSORA: MAYARA SOUZA**

**PERÍODO DE 08 / 06 /2020 a 19 / 06 /2020**

### **ATIVIDADE FÍSICA X EXERCÍCIO FÍSICO**



(Vídeo explicativo)

### **QUESTÕES SOBRE AS DIFERENÇAS ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO**

1. Existe diferença entre atividade física e exercício físico?

2. Cite 3 tipos de exercícios físicos.
3. Cite 3 exemplos de atividade física.

**TAREFA PARA A PRÓXIMA AULA:**

- PENSEM EM 1 EXERCÍCIO FÍSICO QUE PODE SER FEITO EM CASA DURANTE O DISTANCIAMENTO SOCIAL.

Boa tarefa a todos, não esqueçam de enviar os registros e até a próxima aula!