

# PROPOSTA DE ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

## Roleta de Exercícios

A atividade de hoje é fazer os movimentos e os alongamentos. Para isso , clique na roleta e reproduza o movimento indicado.

**Clique no link** abaixo para ver qual será o seu desafio. E repita quantas posições você puder.



<https://wheelofnames.com/pt/y69-4v8>



**Tire foto ou filme você fazendo quantos movimentos quiser ou conseguir.  
Depois mande para nós! Estamos curiosos e esperando!**