



UME "VINTE E OITO DE FEVEREIRO"

ANO: 2021

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR: JOÃO CARLOS PEZZOLATO BREANZA

PERÍODO DE 14/05/2021 a 28/05/2021

ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADE

7A, 7B, 7C, 7D e EJA

1.ATIVIDADE

TEMA: CAPACIDADES FÍSICAS - APLICAÇÕES NO ATLETISMO E  
ATIVIDADE RÍTMICA

PARA COMEÇO DE CONVERSA

---

VAMOS RELEMBRAR O TEMA DAS CAPACIDADES FÍSICAS. DÊ UM  
EXEMPLO DE MOVIMENTO PARA CADA UMA DAS CAPACIDADES:

A) AGILIDADE:

B) FLEXIBILIDADE:

C) FORÇA:

