

**3º TRIMESTRE - 2020**

Professor: Pablo Dutra de Castro

**Importante:**

**!! Sempre entregar as atividades na data certa !!**

| Data                    | Turma | Matéria       | Forma de Avaliação                | Conteúdo  | Valor |
|-------------------------|-------|---------------|-----------------------------------|---|-------|
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 611   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Basquete  | 2,0   |
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 611   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Arte Marcial  | 2,0   |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 611   | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Basquete /<br>Dança  | 3,0   |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 612   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Basquete  | 2,0   |
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 612   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Arte Marcial  | 2,0   |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 612   | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Basquete /<br>Dança  | 3,0   |
|                         |       |               | <b>Conteúdos EXAME<br/>FINAIS</b> | 1º Tri - Futsal / Atividade<br>Física e Exercício Físico / Jogos<br>Eletrônicos;<br><br>2º Tri - Vôlei / Valências<br>Físicas;<br><br>3º Tri - Basquete / Arte<br>Marcial (Judô e Taekwondo). |       |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 711   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Badminton   | 2,0   |
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 711   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Arte Marcial  | 2,0   |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 711   | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Badminton /<br>Dança   | 3,0   |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 712   | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Badminton   | 2,0   |

|                         |     |               |                                   |  |     |
|-------------------------|-----|---------------|-----------------------------------|--|-----|
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 712 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Arte Marcial   | 2,0 |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 712 | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Badminton /<br>Dança  | 3,0 |
|                         |     |               | <b>Conteúdos EXAME<br/>FINAIS</b> | 1º Tri - Atividade Física e<br>Exercício Físico / Ginástica<br>Condicionamento Físico;<br><br>2º Tri - Capacidades Físicas e<br>seus Tipos de Movimentos /<br>Tênis / Slackline<br><br>3º Tri - Arte Marcial /<br>Badminton                              |     |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 811 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Arte Marcial   | 2,0 |
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 811 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Ginástica Laboral  | 2,0 |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 811 | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Ginástica<br>Laboral / Dança de Salão   | 3,0 |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 812 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Arte Marcial   | 2,0 |
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 812 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Ginástica Laboral  | 2,0 |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 812 | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Ginástica<br>Laboral / Dança de Salão   | 3,0 |
|                         |     |               | <b>Conteúdos EXAME<br/>FINAIS</b> | 1º Tri- Ginástica de<br>Conscientização Corporal e<br>Ginástica de<br>Condicionamento Físico /<br>Esportes Urbanos (Skate e<br>Ciclismo);<br><br>2º Tri - Circuito Físico / Tênis /<br><br>3º Tri - Arte Marcial / Dança<br>de Salão / Ginástica Laboral |     |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 911 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Arte Marcial   | 2,0 |
| 16.11 até               | 911 | ED.           | Trabalho II                       | Ginástica Laboral  | 2,0 |

|                         |     |               |                                   |   |     |
|-------------------------|-----|---------------|-----------------------------------|---|-----|
| 20.11.2020              |     | FÍSICA        |                                   |   |     |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 911 | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Ginástica<br>Laboral / Ginástica -<br>Competitiva e Não<br>Competitiva   | 3,0 |
| 30.10 até<br>06.11.2020 | 912 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho I                        | Arte Marcial  | 2,0 |
| 16.11 até<br>20.11.2020 | 912 | ED.<br>FÍSICA | Trabalho II                       | Ginástica Laboral   | 2,0 |
| 01.12 até<br>07.12.2020 | 912 | ED.<br>FÍSICA | Formulário I                      | Arte Marcial / Ginástica<br>Laboral / Ginástica -<br>Competitiva e Não<br>Competitiva   | 3,0 |
|                         |     |               | <b>Conteúdos EXAME<br/>FINAIS</b> | 1º Tri - Doping / Ginástica<br>Condicionamento Físico e<br>Conscientização Corporal<br><br>2º Tri - Atletismo / Esgrima /<br>Dança de Salão<br><br>3º Tri - Arte Marcial (Jiu Jitsu)<br>/ Ginástica: Competitiva e<br>Não Competitiva / Ginástica<br>Laboral. |     |