

ATIVIDADE PARA ESTUDO DOMICILIAR
9º SEMANA: 18/05/2020 à 21/05/2020

| | |
|---|--|
| Professor: Pablo Dutra de Castro | Componente curricular: Ed. Física |
| Nível de ensino: 7º ano | |

HABILIDADES:

- Compreender a relação entre o exercício físico e saúde;
- Diferenciar exercício físico de atividade física;
- Promover a saúde voltada para qualidade de vida.

ROTINA DE ESTUDOS:

1ª Aula

- O aluno deverá revisar no seu caderno:

- O que é Atividade Física;
- O que é Exercício Físico;
- Citar exemplos de: Atividade Física e Exercício Físico.

Sites: <https://www.educacaofisica.com.br/ciencia-e-exercicio/atividade-fisica-e-exercicio-fisico/>
<https://impulsiona.org.br/diferenca-entre-atividade-fisica-exercicio-fisico/>

2ª Aula

- O aluno deverá pesquisar e escrever no caderno:

- O que é Sedentarismo;
- Citar alguns benefícios que a prática de atividade física pode proporcionar.

Site: <https://www.infoescola.com/saude/sedentarismo/>

IMPORTANTE:

- Chegue na hora;
- Traga seu caderno para a aula online;
- Deixe seu microfone desligado (**quando for solicitado**, ligue seu microfone)!!

AULA ONLINE:

→ **Todas as Aulas de Ed. Física Serão: Terças-Feiras às 11h!!**

Importante:

“As aulas de Educação Física será agora sempre neste link abaixo”.



ACESSAR O LINK:

meet.google.com/gji-wztq-xhj

AValiação:

- Os alunos terão suas devolutivas avaliativas das tarefas domiciliares, no retorno das aulas presenciais;
- A presença será contabilizada com a entrega das tarefas domiciliares.