ESCOLA: MUNICIPAL PROF. JOÃO BAPTISTA

PROFESSOR (A): PAOLA ANDREA TONIAZZO GARCIA **TURMA(S):** 2 FASE
EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS (EJA) **TURNO:** NOTURNO
ALUNO(A): _____

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA
PERÍODO: : 08/09 14/09
QUANTIDADE DE AULAS: 02

OBJETOS DE CONHECIMENTO:
Alongamento Coporal

HABILIDADES:
Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática.

As atividades deverao ser realizadas e fotografadas, sendo pelos menos 2 fotos de cada atividade e envidas por whatsapp para o numero (67) 84167834

ATIVIDADE 01 /02

Assisita ao vídeo no youtube chamado **Alongamento melhor idade com a prof Fabiana** e repita com os exercicios feitos no video



Alongamento melhor idade com a prof Fabiana

Disponível em https://www.youtube.com/watch?v=5GwKRHg_bsU>