

Aluno: \_\_\_\_\_ Serie: \_\_\_\_\_

### **Educação Física**

#### **Exercitando a mente**

- 1- Crie um planejamento mostrando as atividades que será realizada durante seis dias. Lembre-se de incluir os exercícios de alongamento.
- 2- Quais atividades e exercícios você realizou nesse período de seis dias?
- 3- Construa um texto Relacionando o número de cada exercício com a sensação proporcionada pela execução do exercício de alongamento.
- 4- Elabore um texto explicando como foi a execução dos exercícios de alongamento no dia 25/05/2020 e 30/05/2020.
- 5- Alguém na sua casa realizou os exercícios de alongamento com você? Qual a idade dessa pessoa?
- 6- Como essa aula vai influenciar na sua vida?

#### **Orientações**

- ✓ Essa atividade deve ser enviada até 01/06/2020
- ✓ Enviar para: claytonpaulo@live.com