|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DE SÃO PAULO****DIRETORIA DE ENSINO DE JAÚ****EE PROFESSORA NELLY COLLEONE RAVAGNOLLI****Rua Olivia C. A. do Amaral, 233 – Residencial Santana - Bocaina/SP CEP 17240-000****Telefone: (14) 57041899** |  |
| **PLANO DE AULA – 3º Bimestre/2020** |
| **Professor:** | Ademir Testa Junior | **Disciplina:** Educação Física |
| **e-mail** | ademirtj@gmail.com |
| **Semana:** | 14 a 18/09 – Roteiro 19 | **Nº de aulas previstas:** 2 |
| **Aluno:** |  | **Ano/Série:** 2ª série - EM |
| **Conteúdo (s):** | Corpo, saúde e beleza: Atividade física e doenças hipocinéticas;Corpo, saúde e beleza: Dietas, consumo de suplementos alimentares, esteróides |
| **Habilidade(s):** | Identificar a relação entre baixos níveis de atividade física e doenças hipocinéticas;Identificar os riscos à saúde relacionados a dietas, consumo de suplementos alimentares, uso de esteroides anabolizantes e outras formas de doping.  |
| **Recurso(s):** | Caderno, vídeo e aula apresentada no app CMSP |
| **Verificação da Aprendizagem:** | A aprendizagem será verificada a partir das atividades apresentadas pelos alunos. A devolutiva sobre a análise das tarefas realizadas pelos alunos será realizada ao vivo, por meio do aplicativo zoom. Para aqueles que não puderem participar das devolutivas ao vivo, será enviada a correção da atividade em resposta à mensagem do aluno, no mesmo veículo de comunicação utilizado por ele para enviar a atividade. |
| **Validado em:** \_\_\_/\_\_\_/2020 | **Por:**  |
| **Atividade(s) a serem realizadas:**Olá queridos e queridas! Espero que todos estejam bem!Como já sabemos, o sedentarismo é um grande fator de risco ao desenvolvimento de doenças hipocinéticas. 1. Veja o vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=KrGbM-jnxAA>

Como esse tema está intimamente relacionado à habilidade do roteiro da semana passada, tenho apenas uma questão para vocês responderem através de uma simples pesquisa:1. Por que não praticar atividades físicas leva as pessoas ao desenvolvimento de diabetes e hipertensão, além de outras doenças hipocinéticas?

Procurem buscar informações sobre o que ocorre fisiologicamente no organismo humano do sujeito sedentário para que as doenças apareçam.Além do sedentarismo, uma outra situação muito recorrente entre os jovens é o uso de substâncias como os esteroides anabolizantes (bomba) para o ganho de efeitos estéticos corporais.1. Assista as videoaulas abaixo.

Vídeo 1 - <https://www.youtube.com/watch?v=NKt8T-JNUH4>Vídeo 2 - <https://www.youtube.com/watch?v=Bpc6n-qlZKc>1. Agora responda: quais são os efeitos do uso de esteroides anabolizantes no organismo humano?

Pessoal! Discutiremos sobre os dois temas da nossa aula na próxima semana durante a devolutiva. Marque ai... terça-feira às 13:00!Grande abraço do prof. Testa |