|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **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:** | 31/08 a 04/09 – Roteiro 17 | **Nº de aulas previstas:** 2 |
| **Aluno:** |  | **Ano/Série:** 2ª série - EM |
| **Conteúdo (s):** | Corpo, saúde e beleza: Hábitos de vida e fatores de risco |
| **Habilidade(s):** | Identificar e reconhecer, em seus próprios hábitos de vida, os fatores de risco para as doenças hipocinéticas. |
| **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!Na última semana de aulas vocês aprenderam que existem comportamentos diários que podem ser nocivos ao organismo humano, aumentando o risco de desenvolvimento de doenças hipocinéticas e encurtando a longevidade (tempo de vida). Vamos aprofundar a relação desse tema com a sua vida cotidiana.1. Preencha o quadro apresentando hora por hora, as suas atividades em um dia comum da semana. É muito importante que você seja extremamente fiel ao colocar as atividades no quadro.

|  |  |
| --- | --- |
| **Horário** | **Atividade** |
| 00:00 – 01:00 |  |
| 01:00 – 02:00 |  |
| 02:00 – 03:00 |  |
| 03:00 – 04:00 |  |
| 04:00 – 05:00 |  |
| 05:00 – 06:00 |  |
| 06:00 – 07:00 |  |
| 07:00 – 08:00 |  |
| 08:00 – 09:00 |  |
| 09:00 – 10:00 |  |
| 10:00 – 11:00 |  |
| 11:00 – 12:00 |  |
| 12:00 – 13:00 |  |
| 13:00 – 14:00 |  |
| 14:00 – 15:00 |  |
| 15:00 – 16:00 |  |
| 16:00 – 17:00 |  |
| 17:00 – 18:00 |  |
| 18:00 – 19:00 |  |
| 19:00 – 20:00 |  |
| 20:00 – 21:00 |  |
| 21:00 – 22:00 |  |
| 22:00 – 23:00 |  |
| 23:00 – 00:00 |  |

1. Agora pinte de vermelho todos os horários que você faz coisas que estão entre os fatores de risco às doenças hipocinéticas.
2. Para encerrar, elabore uma estratégia para reduzir os fatores de risco para doenças hipocinéticas na sua vida cotidiana.

Grande abraço do prof. Testa |