|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **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 – 2º Bimestre/2020** |
| **Professor:** | Ademir Testa Junior | **Disciplina:** Educação Física |
| **e-mail** | ademirtj@gmail.com |
| **Semana:** | 10 a 14/08 | **Nº de aulas previstas:** 2 |
| **Aluno:** |  | **Ano/Série:** 2ª série - EM |
| **Conteúdo (s):** | Contemporaneidade: Exercícios resistidos (musculação) benefícios e riscos à saúde as várias faixas etárias |
| **Habilidade(s):** | Discriminar possíveis riscos, benefícios e recomendações quanto a prática de musculação na infância e adolescência |
| **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 Cisco Webex. 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!Nessa semana retomaremos a habilidade contemplada no roteiro 10, lá do 2º bimestre. Para isso, peço que vocês revejam duas reportagens:Reportagem 1 - <https://www.youtube.com/watch?v=LuBTDQhTRxE>Reportagem 2 - <https://www.youtube.com/watch?v=Cqyelmh9oWk>1. Baseando-se nas informações apresentadas nos vídeos, responda as seguintes questões:
2. Será que crianças e adolescentes podem fazer exercícios de força? Por quê?
3. Como seria uma academia para crianças?
4. Leia o poema escrito por um praticante e admirador da prática da musculação. Leia com atenção porque a última questão é sobre esse poema.

**Poema da Maromba***Sentir as veias saltando, o meu corpo já pulsando,**Parei na frente do espelho**e fiquei observando...**A dor já exalando, o meu corpo reclamando,**Mas o foco sempre firme**afinal monster, estou ficando ...**Amigos comentando,**minha mãe já reclamando,**Mas eles não entendem o porque estou tentando**De repente meu foco se distrai,**um momento de tensão,**O meu Deus Cadê o meu shake, vou beber logo um copão!**As perguntas freqüentes, qual é seu objetivo?**Ninguém entente que o que eu quero,**São para poucos e por isso eu acredito!**Acredito em genética,**e a minha é das boas,**Independente das críticas, eu não paro e vou andando,**Devagar e aos poucos**e meu corpo aumentando**Um dia eu chego lá, e aos fracos vou mostrar**Que só vence na vida**Os Fortes que tentar!*Anderson Barbosa1. Para encerrar o roteiro de estudos, construa um outro poema, como resposta às afirmações do Anderson (autor do poema), retratando os riscos e cuidados relacionados à musculação para crianças e adolescentes.

Grande abraço do prof. Testa |