|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **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:** | 21 a 25/09 – Roteiro 20 | **Nº de aulas previstas:** 2 |
| **Aluno:** |  | **Ano/Série:** 1ª série - EM |
| **Conteúdo (s):** | Corpo, saúde e beleza: atividade física e exercício físico |
| **Habilidade(s):** | Identificar e diferenciar atividade física e exercício |
| **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 pessoal!  **Exercício ou atividade física?**O roteiro dessa semana é o reforço da diferenciação conceitual sobre o que é um exercício ou uma atividade física.1. Anote em cada imagem se é um exercício ou uma atividade física.

Dicas de atividades físicas para pessoas que não têm tempo – vida organizadaExercícios físicos melhoram imunidade e saúde mental no isolamento -  30/05/2020 - UOL VivaBemAtividade física na fase escolar é combustível para o cérebro- OVALEAtividades físicas para diabéticos: confira os Benefícios dos exercícios  para quem tem a doençaTipos de exercícios físicos, sua função e importânciaSaiba qual a diferença entre atividade física e exercício físicoO impacto da atividade física no funcionamento do intestino | VEJAFazer exercício ajuda a melhorar o sistema imunológico? Estudo diz que sim  - Revista Galileu | SaúdeDiferenças entre atividade física e exercício físico - Tribuna de MinasExercícios com brincadeiras tornam as atividades físicas mais prazerosas10 benefícios da prática regular de exercícios físicosComo encaixar o exercício físico na rotina da mãe do século XXIExercícios Físicos Para Diabéticos E HipertensosExercitar-se e Prevenir: Importância das atividades físicas contra o  coronavírusProjeto oferece atividades físicas gratuitas ao ar livre em Uberaba Jornal  da Manhã - 48 anosQUE TIPO DE ATIVIDADES FÍSICAS VOCÊ DEVE ESCOLHER ?Atividade Física na Terceira Idade | Exercícios Físicos para Idosos1. Para finalizar, explique como podemos transformar uma atividade física em exercício físico? Em outras palavras, como varrer a casa poderia tornar-se um exercício físico para fortalecer os braços, por exemplo?

Grande abraço do prof. Testa |