ROTEIRO DE ESTUDOS

Disciplina: Educação Física

Prof.: Adilson Lima

Ano/série: 9A , B e C

Número de Aulas: 02 aulas

Semana: 22 a 26/06/2020

Habilidades/Objetivos:

. coordenação motora/força

. trabalhar membros superiores/inferiores para obter força

Atividades:

. duas garrafas pet de 600 ml com água

. um galão de água de 5 litros

. um cabo de vassoura

Exercícios:

. Assistir o vídeo em anexo e desenvolver as atividades

https://www.instagram.com/tv/CAtKIy2JwZu/?igshid=h9jg37nz2ipc