ESCOLA MUNICIPAL LAVÍNIA DE FIGUEIREDO ARNONI		
Nome do aluno:	Data: 25/09/2020	Semana: 4
Professor: Caren Brunello	Turma: 5° ANO	
Componentes Curriculares: Educação Física	Entregar: 02/10/2020	

EDUCAÇÃO FÍSICA

Tema: Ginástica geral

Aula 1

Procedimentos de segurança:

- Realizar o alongamento
- Realizar o aquecimento
- Ter supervisão
- Respeitar seus limites
- Respeitar as orientações dadas
- Inspecionar o ambiente

Realize o alongamento:

https://www.youtube.com/watch?v=Rn14MR-SYIk&t=171s

Realize o aquecimento:

https://www.youtube.com/watch?v=OQtsnsaqrtA

Assista o vídeo da aula:

https://youtu.be/E9q-Q5_V80E

Roda de conversa/ volta à calma

Após a atividade, responda o formulário:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScEJ3LH24sicowCMShV-6w5bSarkmiH989wK46N6_rFgrJZYQ/viewform

Aula 2:

Realize o alongamento:

https://www.youtube.com/watch?v=Rn14MR-SYIk&t=171s

Realize o aquecimento:

https://www.youtube.com/watch?v=OQtsnsaqrtA

Assista o vídeo da aula:

https://youtu.be/wiXo8upMWdY

Roda de conversa/ volta à calma

Após a atividade, responda o formulário:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc9_IhvU7Ce5sxncmyH8bFzC1C2Dxp4S2lst4zuFgv5l42B9A/viewform