

## EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME: \_\_\_\_\_ 7º ANO

### ATIVIDADE

**ORIENTAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE:** O aluno deverá assistir ao vídeo sobre as aulas de Ginástica de condicionamento físico e danças urbanas e anotar no caderno os exercícios físicos predominantes e identificar os exercícios aeróbio e anaeróbios que encontramos nas danças urbanas.

Assistir ao vídeo do link

<https://youtu.be/NLhl1kAZvZ8>