

EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME: _____ 8º ANO

ORIENTAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE: O aluno deverá assistir ao vídeo e anotar as explicações dadas pelo Doutor/professor Drauzio Varella a respeito de como os exercícios aeróbicos agem no músculo.

ATIVIDADE

Vídeo:

<https://youtu.be/O2SqRzMD-Lg>