

## EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME: \_\_\_\_\_ 9º 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-Lq>