

EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME: _____ 1º ANO

ORIENTAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE: REPRODUZIR CADA POSIÇÃO QUE APARECE NA FOTO POR 10 SEGUNDOS. PODE SER COLOCADA UMA MÚSICA TRANQUILA PARA ACOMPANHAR A ATIVIDADE.

ATIVIDADE

ATIVIDADE: ALONGAMENTO, FORÇA MUSCULAR E CONHECIMENTO DO CORPO.

FOTO DA ATIVIDADE:

