

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 07

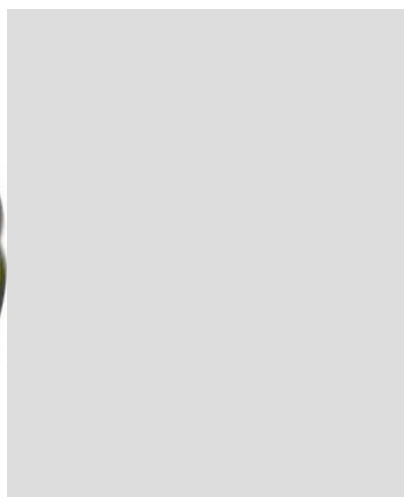
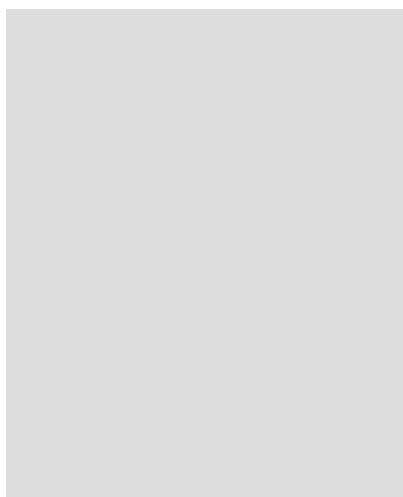
DISCIPLINA Educação Física

ANO(S) 3º CEB x

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

Aptidão Física
 - Teste de flexões e de flexibilidade dos ombros
 Atletismo
 - Velocidade

Corrida faz bem à vida!



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. Fitescola

Aproveitando os conhecimentos transmitidos durante o bloco pedagógico, refere quais os testes fitescola aplicados no bloco. Descreve-os.

3 ciclo/7º, 8º e 9º ano