

SEMEEL

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER

A mudança está em nossas mãos

Atividades Orientadoras

7^o
ano

Ensino Fundamental

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSOR(A)

ANO DE ESCOLARIDADE

7º ANO

DATA

32ª SEMANA (25/09 – 29/09)

NOME:

HOJE É?

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

CÓDIGO BNCC

REVISÃO

EDUCAÇÃO FÍSICA

EF

1) Assinale (V) verdadeiro ou (F) falso:

- A) () Musculação é um exemplo de exercício físico.
- B) () Tarefas domésticas não são consideradas atividades físicas.
- C) () Tanto o exercício físico, quanto a atividade física, fazem bem.
- D) () Normalmente o exercício físico é orientado por um médico.

2) Cite uma diferença entre exercício físico e atividade física.

R: _____

3) Explique o termo “coordenação motora”.

R: _____

4) Marque a alternativa que corresponde à definição a seguir: É um comportamento que envolve os movimentos do corpo, que são feitos de maneira intencional.

- A) () Atividade física
- B) () Exercício físico
- C) () Tabagismo
- D) () Sedentarismo

5) Marque a alternativa que corresponde à definição a seguir: Quando a atividade física é planejada e estruturada com o objetivo de melhorar os componentes físicos.

- A) () Atividade física
- B) () Exercício físico
- C) () Futebol
- D) () Sedentarismo