

Planejamento 8- Handebol Sub 12

PLANO DE TRABALHO DAS ATIVIDADES PEDAGÓGICAS NÃO PRESENCIAIS

Nome da Escola: Secretaria Municipal de Educação

Professor (a): Luis Enrique Finger

Turma: Sub 12

Turno: Noturno

Componentes Curriculares: Handebol

Unidade Temática/O bjecto do Conhecime nto	Habilid ades	Metodologias, estratégias, formas de interação, recursos e ferramentas presenciais e não presenciais a serem utilizadas	Car ga Hor ária	Data/ Períod o de realiza ção	Avalia ção
Atividade Física	Reforço muscular de membros superiores e inferiores	Estarei passando para as atletas um vídeo com uma sequência de alongamentos e exercícios físicos para reforço de membros superiores e inferiores. Fazer os exercícios físicos por três dias na semana podendo aumentar ou diminuir a carga conforme resposta do corpo. https://www.youtube.com/watch?v=fl7CY0ZkzNw	2 horas	06/07/2020 à 10/07/2020	Através de fotos ou vídeos enviados ao professor de forma opcional.