

Planejamento 17- 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/Objeto do Conhecimento	Habilidades	Metodologias, estratégias, formas de interação, recursos e ferramentas presenciais e não presenciais a serem utilizadas	Carga Horária	Data/Período de realização	Avaliação
Atividade Física	Reforço muscular geral e melhora da frequência cardíaca.	Estarei passando para as atletas um vídeo com uma sequência de alongamentos e exercícios físicos para reforço muscular geral e melhora da frequência cardíaca. Fazer por três dias na semana podendo aumentar ou diminuir a carga de exercícios conforme resposta do corpo. https://www.youtube.com/watch?v=SPFz4hFgGv8	2 horas	07/09/2020 à 14/09/2020	Através de fotos ou vídeos enviados para o professor de forma opcional.