

## Planejamento 9- Handebol Sub 17

### PLANO DE TRABALHO DAS ATIVIDADES PEDAGÓGICAS NÃO PRESENCIAIS

Nome da Escola: Secretaria Municipal de Educação

Professor (a): Luis Enrique Finger

Turma: Sub 17

Turno: Noturno

Componentes Curriculares: Handebol

Unidade e 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	Aumentar a força de membros superiores e aprimorar o condicionamento físico.	Estarei passando para as atletas um vídeo com uma sequência de alongamentos e exercícios físicos para reforço muscular de membros superiores e aprimoramento do condicionamento físico. Fazer por três dias na semana podendo aumentar ou diminuir a carga de exercícios conforme resposta do corpo. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GhZGxW_8sQo">https://www.youtube.com/watch?v=GhZGxW_8sQo</a>	2 horas	13/07/2020 à 17/07/2020	Através de fotos ou vídeos enviados para o professor de forma opcional.