



ESCOLA MUNICIPAL “ANGELO ANZOLLIN”
VARGEM BONITA – SC.
FONE (49) 3548-0163 – emaanzollin@gmail.com

ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A SEMANA DE 09 A 13 DE NOVEMBRO

Bom dia turminha!

Para esta semana vamos praticar a prancha lateral. Abaixo temos uma imagem mostrando como funciona o exercício. Desenvolvam a atividade com os dois braços, direito e esquerdo, durante 30 segundos cada um.



A devolutiva pode ser feita através de fotos da atividade.
Espero que gostem. Boa atividade a todos!

Abraço, professor João.