



## ATIVIDADES À DISTÂNCIA

Turma: 7º Ano EMEF Taquara Branca Agenor Miranda Da Silva  
Professor: Paulo Rogério  
Data: 31 a 04/06/21

- Assistir o vídeo disponível no "Ginastica Artística: alongamento "  
[https://youtu.be/QD01Qns\\_WNA](https://youtu.be/QD01Qns_WNA)
- Qual a importância e objetivo dos alongamentos?

Turma: 7º Ano EMEF Taquara Branca Agenor Miranda Da Silva  
Professor: Paulo Rogério  
Data: 07 a 11/06/21

- Qual elemento da ginástica Rítmica você tem na sua casa? Utilize esse elemento para realizar alguns movimentos básicos da ginástica Rítmica.
- Qual a sua impressão da realização dos movimentos? Qual você teve mais dificuldade?