



ANO LETIVO 2019/2020

TURMA: 1º C

DISCIPLINA: Fundamentos de Desporto e estudo do movimento

Caros alunos,
de forma a darmos continuidade ao trabalho que temos vindo a desenvolver e, conseqüentemente, à nossa aprendizagem, segue tarefas a realizar.

Portem-se bem e fiquem em casa.

Beijinhos e abraços e bom trabalho

O Professor Helder Costa

(qualquer dúvida – heldercostaaveos@gmail.com)

Semana	TAREFAS	AUTOAVALIAÇÃO			OBSERVAÇÕES
		realizei	Realizei parte	Não realizei	
16 a 27 de março	Relembro que devem fazer os vossos resumos de nutrição e funcionamento do Corpo Humano, devendo enviar o trabalho realizado para este email até 27 de Março. Relembro também que os documentos de apoio podem ser encontrados aqui: http://www.idesporto.pt/conteudo.aspx?id=191&idMenu=53				
16 a 27 de março	Lanço aqui tb um desafio. Criar sessões de 30 a 60m de atividade física diária para serem desenvolvidas nas vossas casas com todos os elementos do vosso agregado familiar, devendo estas atividades ser adaptadas a cada elemento (desde o irmão de 6 anos até aos avós de 99) Sejam criativos com o espaço, material e participantes que tenham em casa, usando os vossos conhecimentos desportivos. Esta atividade ajudará a passar o tempo, manter a forma física e se a registarem diariamente e me enviarem esses registos irá contar para a vossa avaliação de Fundamentos do Desporto				