Educação Física – 7º ano – 1º bimestre

Ficha de acompanhamento

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NOME:** | | | |
| **CLASSE:** | | | |
| OBJETIVOS | SIM | MAIS OU MENOS | NÃO |
| Participa com empenho das atividades propostas. |  |  |  |
| Diferencia o charme e o *ragga* das demais danças. |  |  |  |
| Identifica elementos constitutivos das danças urbanas. |  |  |  |
| Colabora com os colegas no desenvolvimento das atividades em grupo. |  |  |  |
| Compreende o conceito de flexibilidade. |  |  |  |
| Compreende como a flexibilidade pode ser melhorada. |  |  |  |
| Sabe diferenciar alongamento de flexibilidade. |  |  |  |
| Compreende a importância da flexibilidade para a manutenção da qualidade de vida. |  |  |  |
| Compreende a lógica dos esportes de marca. |  |  |  |
| Compreende e interpreta as regras das provas de arremesso e de lançamento. |  |  |  |
| Assimila valores intrínsecos ao esporte adaptado (paralímpico). |  |  |  |
| Executa as técnicas de arremesso e de lançamento. |  |  |  |