


- 1ª atividade

Conforme é pedido na página 130. Pesquise sobre cortisol.

Pesquisar no Google neste site:

 <https://www.otempo.com.br> > em-q...

Em quantidade ideal, cortisol é essencial para o corpo | O TEMPO

Questão da página 130

Em seguida, elabore um texto relacionando esses fenômenos biológicos com o pico e a baixa de sua produção, como explanado no gráfico a seguir.

(Você vai então através de sua pesquisa escrever sobre o que está sendo pedido relacionando-a com o gráfico e vai escrever também através deste mesmo site sobre a defesa natural a estímulos externos diante de uma situação de perigo)

- 2ª atividade

Na experimentação que você fez do ritmo (pela professora CMSP) escutou que o ritmo está presente na música e que a música tem frases e blocos numa contagem de oito tempos.

Parágrafo do texto da atividade 4 na página 132. “Agora que você já sabe sobre a contagem de 8, vamos realizar uma atividade onde será tratado o tempo rítmico. Ele se resume pela combinação de durações diferentes ou iguais de unidade de tempo dentro de uma série de movimentos. Um exemplo disso é o bloqueio triplo no voleibol, onde, tentando acompanhar a trajetória da bola, três jogadores de rede fazem uma série de passadas e movimentos sincronizados. Outro exemplo em que se observa o tempo rítmico é na bandeja do basquetebol, composto de dois passos: um salto e a extensão do braço arremessando a bola à cesta.”

Após a leitura desse parágrafo, pesquisar e escrever quais são as quatro fases da corrida de velocidade.