



**COLÉGIO SÃO MARCOS – EDUCAÇÃO INFANTIL,  
ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

Rua José Maria de Paula, nº 1825 - Tel: (0XX43) 3432- 4356  
CEP 86.900-000 Jandaia do Sul - Paraná

**Educação Física 7º Ano**

**Atividade para quinta-feira (23 de abril de 2020) – 1 hora-aula.**

Em tempos de isolamento social, por causa do COVID-19, a rotina de todos foi alterada. Acordar cedo, ir para escola, voltar para casa, almoçar, treinar, etc.

A atividade será a seguinte: ao longo de um dia, vocês anotarão, as principais atividades que você realizou. Exemplo a seguir:

Rotina diária

Horário	Atividades
08:00	Acordei
08:20	Café da manhã
09:00	Atividades da Escola
12:00	Almoço
14:00	Joguei bola
16:30	Lanche
18:00	Joguei no celular
19:00	Tomei banho
20:00	Jantar
22:00	Dormi

Em uma folha de caderno, escrevam as principais atividades do dia (não precisa ser todas apenas as principais).