



Educação Física

Data: 13/03/18 Prof.: Rose

ATIVIDADE DE REVISÃO

01. O que é IMC?

02. O cálculo do IMC é feito através da fórmula;

- a) $IMC = \text{Peso} \times \text{altura}^2$ ()
- b) $IMC = \text{Peso} + \text{altura}^2$ ()
- c) $IMC = \text{Altura} \div \text{peso}^2$ ()
- d) $IMC = \text{Peso} \div \text{altura}^2$ ()

03. Existe 3 grupos de pessoas em que não se usa o protocolo de avaliação do IMC, são elas;

- a) Crianças, adolescentes e atletas ()
- b) Adultos, idosos e gestantes ()
- c) Atletas, idosos e gestantes ()
- d) Doentes, crianças, idosos ()

04. Para que serve o IMC?

05. Qual a diferença entre exercício físico e atividade física?

06. Coloque (A) para Atividade Física e (E) para Exercício Físico

- a) Caminhada ()
- b) Corrida de 100m rasos nas olimpíadas ()
- c) Musculação ()
- d) Fazer faxina na casa ()

07. Qual a relação de alongamento de membros inferiores (pernas) com o coração?
