FRENTE

1 / 12

O que a patinagem exige?

FRENTE

2 / 12

Que proteção se usa na cabeça?

FRENTE

3 / 12

O que fazer se perderes o equilíbrio?

FRENTE

4 / 12

Quais são as três famílias das atividades rítmicas?

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

1

Equilíbrio e segurança, com paragens controladas.

VERSO

2

O capacete.

VERSO

3

Fletir os joelhos e proteger a cabeça.

VERSO

4

Dança, danças sociais e danças tradicionais.

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

FRENTE

5 / 12

O que avalia a expressividade?

FRENTE

6 / 12

O que é sincronizar?

FRENTE

7 / 12

Dá um exemplo de dança tradicional portuguesa.

FRENTE

8 / 12

O que se coordena na natação?

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

5

A coerência entre os movimentos e o motivo da coreografia.

VERSO

6

Fazer os movimentos ao mesmo tempo que os colegas.

VERSO

7

O vira (entre outras).

VERSO

8

A respiração com as ações propulsivas.

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

FRENTE

9 / 12

Quando se inspira na natação?

FRENTE

10 / 12

Onde se expira?

FRENTE

11 / 12

Pode-se correr na borda da piscina?

FRENTE

12 / 12

Quando se entra na água?

VERSO

9

Fora da água, virando a cabeça para o lado.

VERSO

10

Dentro da água.

VERSO

11

Não, é perigoso.

VERSO

12

Só com autorização do professor.