



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
8ª COORDENADORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO
SANTA MARIA – RS
COLÉGIO ESTADUAL MANOEL RIBAS



Projetos Esportivos: Metodologia e prática

1º Ano Ensino Médio

Atividades para serem realizadas no caderno

- 1) Dados iniciais:
 - a) A sua altura:
 - b) O seu peso corporal:

- 2) Pesquisar sobre Índice de Massa Corporal (IMC)
 - a) Conceito:
 - b) Fórmula:
 - c) Tabela de acordo com a sua idade:
 - d) Calcular o seu IMC:

- 3) Pesquisar sobre como ocorre o estirão de crescimento durante a puberdade e suas principais diferenças relacionadas aos gêneros masculino e feminino: