



ATIVIDADE 1

PROFESSOR: HARISON AUGUSTO
DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA
SÉRIE: 8º ano

NOME DO ALUNO (A): _____

RESPONDA:

1. A obesidade na infância e na adolescência é um grande problema para os pais na atualidade. Podendo inclusive causar diversas consequências para a criança e o adolescente. Com base nessa afirmativa, cite alguns fatores negativos decorrentes do excesso de peso.

2. Marque um **X** na alternativa correta:

São fatores de risco para o excesso de peso na infância e adolescência:

- () Consumo de alimentos gordurosos, fatores hormonais e ansiedade.
() Alimentação balanceada, fatores hormonais e depressão.
() Atividade física regular, alimentação balanceada e fatores genéticos.

3. Explique como a ausência de atividade física regular pode contribuir para o aumento de peso na infância e na adolescência.

4. Marque **V** para verdadeiro e **F** para falso:

- () Está comprovada que a asma é mais comum em crianças e adolescentes obesos.
() A hipertensão ocorre com mais frequência entre os adolescentes obesos.
() Ansiedade, depressão e falta de atividade física são alguns dos fatores de risco que podem gerar excesso de peso na infância e na adolescência.
() A criança com um dos pais obesos tem 50% de chance ser um adolescente obeso.
() Pesquisas mostram que no Brasil o risco de obesidade é maior nas meninas.