



**Área do conhecimento: Linguagens e suas Tecnologias**

**Componente curricular: Educação Física**

**Ano/Série: 1.ª Série do Ensino Médio**

**Prezado(a) Estudante,**

Esta **Trilha de Aprendizagem** apresenta possíveis caminhos para o desenvolvimento de habilidades relacionadas ao componente curricular e tem o objetivo de auxiliá-lo(a) na sua rotina de estudos para que você alcance o desempenho esperado.

No decorrer da Trilha, você poderá compreender melhor os temas estudados e ampliar seus conhecimentos, por meio de diferentes estratégias que visam contribuir para o seu processo de aprendizagem.

Segue abaixo a relação de unidades temáticas, objetos de conhecimento e habilidades a serem desenvolvidas.

UNIDADES TEMÁTICAS E OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
<p><b>ESPORTES</b></p> <p>Esportes de combate</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Jogos de imobilização</li></ul>	<p><b>COMPETÊNCIA DE ÁREA 2 – Analisar as práticas corporais como fonte de legitimação de acordos e condutas sociais, e sua representação simbólica como forma de expressão dos sentidos, das emoções e das experiências do ser humano na vida social.</b></p> <p><b>H3 – Compreender a cultura corporal de movimento como meio de desenvolvimento de valores e atitudes (afetividade, confiança, criatividade, sensibilidade, respeito às diferenças, inclusão).</b></p> <p><b>COMPETÊNCIA DE ÁREA 3 – Compreender e usar a linguagem corporal como relevante para a própria vida, integradora social e formadora da identidade.</b></p> <p><b>H9 – Reconhecer as manifestações corporais de movimento como originárias de necessidades cotidianas de um grupo social. (ENEM)</b></p> <p><b>H10 – Reconhecer a necessidade de transformação de hábitos corporais em função das necessidades cinestésicas. (ENEM)</b></p> <p><b>H11 – Reconhecer a linguagem corporal como meio de interação social, considerando os limites de desempenho e as alternativas de adaptação para diferentes indivíduos. (ENEM)</b></p>

## 1. APROXIMAÇÃO

### Aulas e materiais disponíveis:

- Assista às videoaulas referentes ao objeto de conhecimento, disponibilizadas pelo seu professor na ferramenta Microsoft Teams. Registre os pontos mais importantes.

## 2. PERCEÇÃO E PREPARAÇÃO

Artigos relacionados ao objeto de conhecimento com a proposta de aula invertida, na qual o aluno registra tópicos relevantes durante a realização da atividade:

- **Artes Marciais para se defender**  
<https://www.tuasaude.com/artes-marciais/>
- **Combate que inclui o uso de técnicas**  
<https://www.educamaisbrasil.com.br/enem/educacao-fisica/lutas>

## 3. FEEDBACK

Entre em contato com o(a) professor(a), por meio da ferramenta Microsoft Teams – Equipe Chat Professor, caso necessite de suporte para utilizar a Trilha de Aprendizagem ou esclarecer dúvidas.

## 4. AVALIAÇÃO

As orientações para a Avaliação de Recuperação seguirão posteriormente.