



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	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
<b>ESPORTES</b>	Esportes de combate  • Jogos de imobilização	<p><b>(CSMM – EM13ED03)</b> Compreender a cultura corporal de movimento como meio de desenvolvimento de valores e atitudes (afetividade, confiança, criatividade, sensibilidade, respeito às diferenças, inclusão).</p> <p><b>(ENEM – H9)</b> Reconhecer as manifestações corporais de movimento como originárias de necessidades cotidianas de um grupo social.</p> <p><b>(ENEM – H10)</b> Reconhecer a necessidade de transformação de hábitos corporais em função das necessidades cinestésicas.</p> <p><b>(ENEM – H11)</b> Reconhecer a linguagem corporal como meio de interação social, considerando os limites de desempenho e as alternativas de adaptação para diferentes indivíduos.</p>

UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
<b>DANÇAS</b>	Danças e pluralidade étnico-sociocultural	<p><b>(CSMM – EM13ED15)</b> Conhecer e interagir com diferentes grupos sociais e étnicos vivenciando manifestações da cultura popular de diferentes locais como fonte de aprendizagem de movimentos e expressões.</p> <p><b>(CSMM – EM13ED16)</b> Valorizar as produções culturais, adotando uma postura receptiva, não as discriminando por quaisquer razões sociais, étnicas ou de gênero.</p>
<b>GINÁSTICAS</b>	Ginástica geral <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ginástica criativa/lúdica</li> </ul>	<p><b>(CSMM – EM13ED17)</b> Reconhecer as práticas corporais como meio de educação para o lazer, socialização e promoção da saúde.</p> <p><b>(CSMM – EM13ED18)</b> Interpretar o acesso às práticas corporais como direito do cidadão, propondo e produzindo alternativas para sua realização no contexto comunitário.</p>

## 1. PERCEPÇÃO E PREPARAÇÃO

### Aulas e materiais disponíveis:

- ▶ Assista às videoaulas referentes aos objetos de conhecimento, disponibilizadas pelo(a) professor(a) na ferramenta Microsoft Teams. Registre os pontos mais importantes.

## 1. PERCEPÇÃO E PREPARAÇÃO

Artigos e vídeos relacionados aos objetos de conhecimento com a proposta de aula invertida, na qual o estudante 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>
- ▶ **DIVERSIDADE CULTURAL NO BRASIL**  
<https://mundoeducacao.uol.com.br/geografia/diversidade-cultural-no-brasil.htm>
- ▶ **DANÇAS BRASILEIRAS**  
<https://www.todoestudo.com.br/educacao-fisica/dancas-brasileiras>
- ▶ **GINÁSTICA PARA TODOS – GINÁSTICA GERAL**  
<https://www.youtube.com/watch?v=1oQZze4zpiw>

## 5. 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 na realização das atividades.

## 6. AVALIAÇÃO

As orientações para a Avaliação de Recuperação seguirão posteriormente.