



**Disciplina:** Projetos Esportivos: Metodologia e prática

**Área:** Linguagens, Códigos e suas Tecnologias

**Itinerário:** Expressão Corporal II

**Professores:** Juliano Tavares dos Santos e Adriana Neutziling

**Série:** 1º ano do Ensino Médio

**Turma(s):** 1º B, 1º J, 1º K ( Profª Adriana) / 1º L , 1º M, 1ºN e 1º O (Profº Juliano)

**Aluno(a):** \_\_\_\_\_ **Turma:** \_\_\_\_\_

### Atividade 7 LINGUAGEM CORPORAL

#### Atividade:

**1** - Marque apenas uma das respostas e seja sincero com suas respostas, pois esse trabalho é uma auto avaliação de seu comportamento.

1) Durante as conversas, você costuma cruzar os braços ou as pernas?  
( ) Sim. ( ) Não.

2) Você faz contato visual com as pessoas enquanto fala com elas?  
( ) Sim. Olha intensamente para elas.  
( ) Sim, mas sem encarar.  
( ) Não. Olha para baixo ou para os lados.

3) Quando você fala com alguém, como costumam ficar os seus ombros?  
( ) Tensos. ( ) Relaxados.

4) Enquanto uma pessoa fala algo, você:  
( ) Acena com a cabeça positivamente sem parar como sinal de que está ouvindo.  
( ) Acena com a cabeça positivamente, mas não a todo o momento.  
( ) Fica pensando em outras coisas e apenas olha até que ela termine.

5) Qual é a sua postura quando você está sentado conversando com alguém?  
( ) Totalmente ereta.  
( ) Bem relaxada, mas sem encurvar o corpo.  
( ) Com o corpo totalmente encurvado.

6) Como você age se tem que falar em público?  
( ) Mantém a cabeça erguida e não se esquece de olhar para todos os que estão ouvindo.  
( ) Fica de cabeça erguida e olha em direção a um ponto fixo para não se desesperar.  
( ) Abaixa a cabeça e fala sem parar.

7) Você mexe muito as mãos enquanto fala?  
( ) Sim. Às vezes as passa no rosto, segura uma caneta ou outra coisa para não exagerar.  
( ) Somente para aumentar o poder da mensagem que você está passando ou para complementá-la.  
( ) Não muito.  
( ) Nunca mexe.

**2** – Baseado em suas respostas faça uma pequena redação sobre seu comportamento, observando o que gostaria de modificar ou potencializar em suas atitudes referentes a sua linguagem corporal: