**PROFESSORA: Adriana Neutzling**

**E-MAIL: adriana-educar@educar.rs.gov.br**

**ÁREA: Linguagens Códigos e suas tecnologias**

**DISCIPLINA: Projeto Esportivo: Metodologia e prática**

**ITINERÁRIO: Expressão Corporal I**

**ANO: 1º I, J, K, L, M, N, O**

**ATIVIDADE REFERENTE AO MÊS/PERÍODO DE: 01/04 até 30/04/2021**

**2ª atividade abril de 2021**

**NOME DO ALUNO: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ TURMA: \_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Expressão corporal e seus benefícios.**

Expressão corporal é a manifestação de sentimentos ou de sensações internas, tanto quanto de conteúdos mentais, por meio de movimentos representativos ou simbólicos do corpo.

A linguagem do nosso corpo é a comunicação não-verbal, pois utilizamos gestos, posturas e movimentos. Os instrumentos mais comuns da expressão corporal são: o corpo, a voz, o som, o ritmo, o gesto, a postura, o movimento, o espaço, o tempo.

Objetivos da expressão e da criatividade

**\*Físicos:**

- como prevenção e manutenção da condição física;

- Aquisição de algumas aprendizagens técnicas;

- Conhecimento das possibilidades de movimento do próprio corpo;

- Desenvolvimento da linguagem corporal;

- Domínio do próprio corpo.

**\*Psíquicos:**

- Melhora da espontaneidade e da criatividade;

- Incidência de uma melhora da memória, capacidade de atenção e observação;

- Melhora da disponibilidade.

**\*Socioafetivos:**

- Melhora das relações no grupo e da comunicação;

- Liberação das tensões internas mediante o movimento criativo;

- Melhora do desenvolvimento sensorial em nível de emoção, de sentimentos, de inquietações, etc.

RESPONDA AS QUESTÕES ABAIXO: USANDO A INTERNET COMO FONTE DE PESQUISA.

1- Quais os sinais e tipos de linguagem corporal?

2- Como interpretar a linguagem corporal?

3- Quando a pessoa fala e abaixa a cabeça? Por que ela faz isso?

4- O que as expressões corporais dizem?

5- Descreva como é o seu corpo?

6- Cite diferentes maneira de expressão corporal utilizando os membros do corpo conforme a figura:



Cabeça:

Membros Superiores:

Membros inferiores:

Troco:

7- Pesquise sobre os 8 erros fatais de linguagem corporal que você deve evitar.

8- Qual a parte do seu corpo que você gosta mais??? Por quê?

 BOM TRABALHO!!!