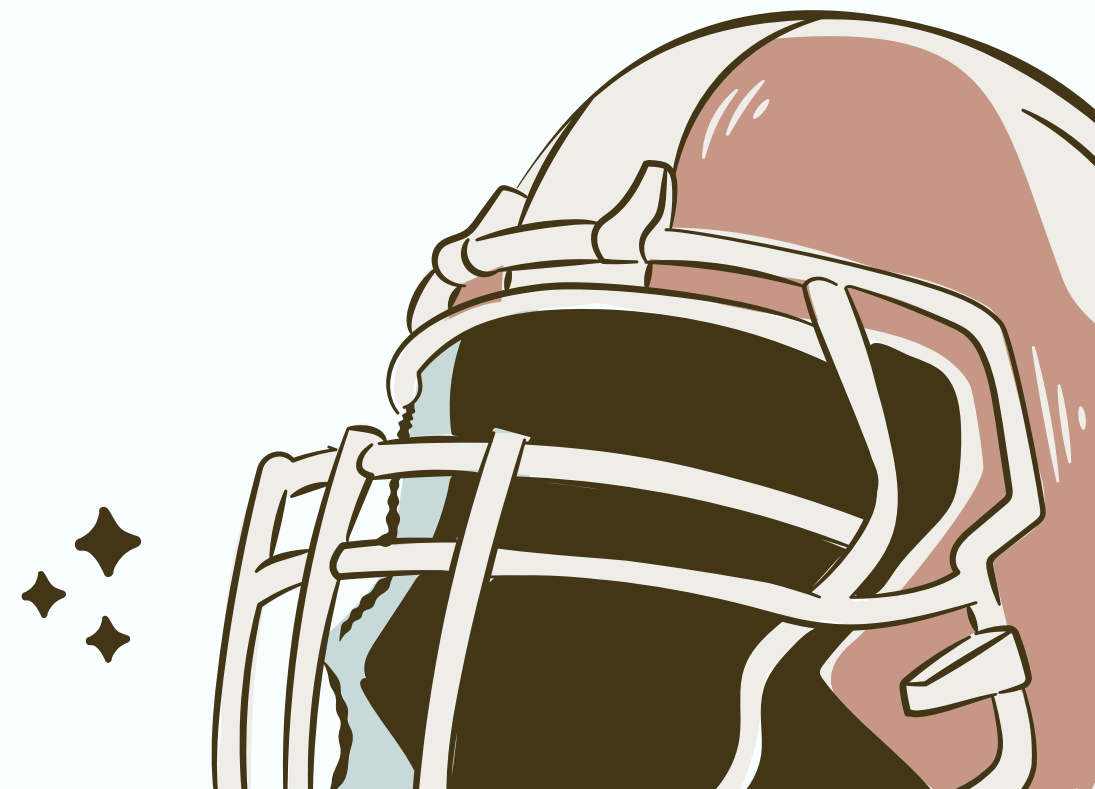
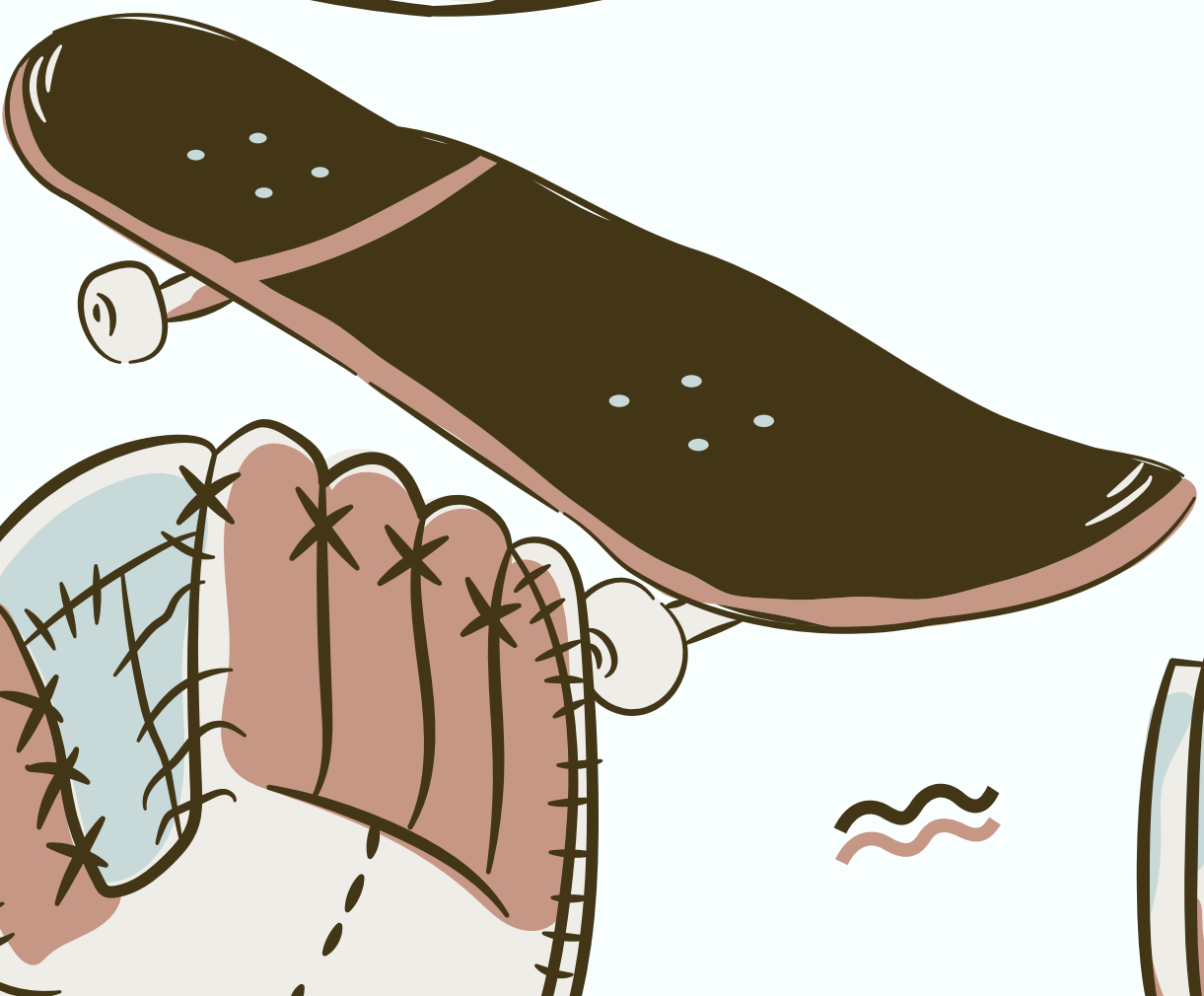
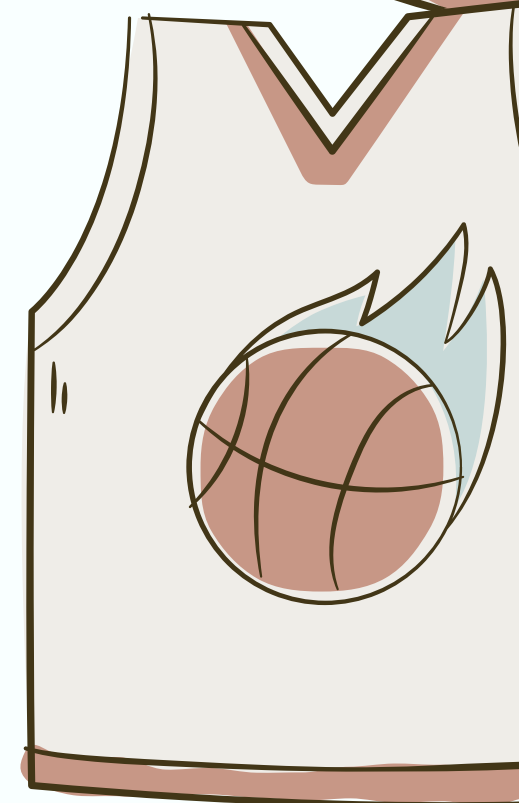
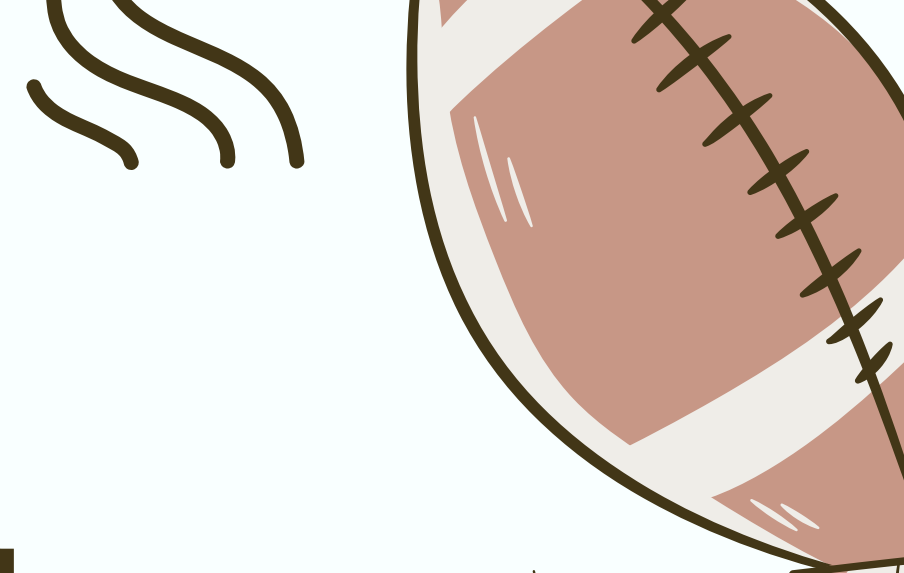




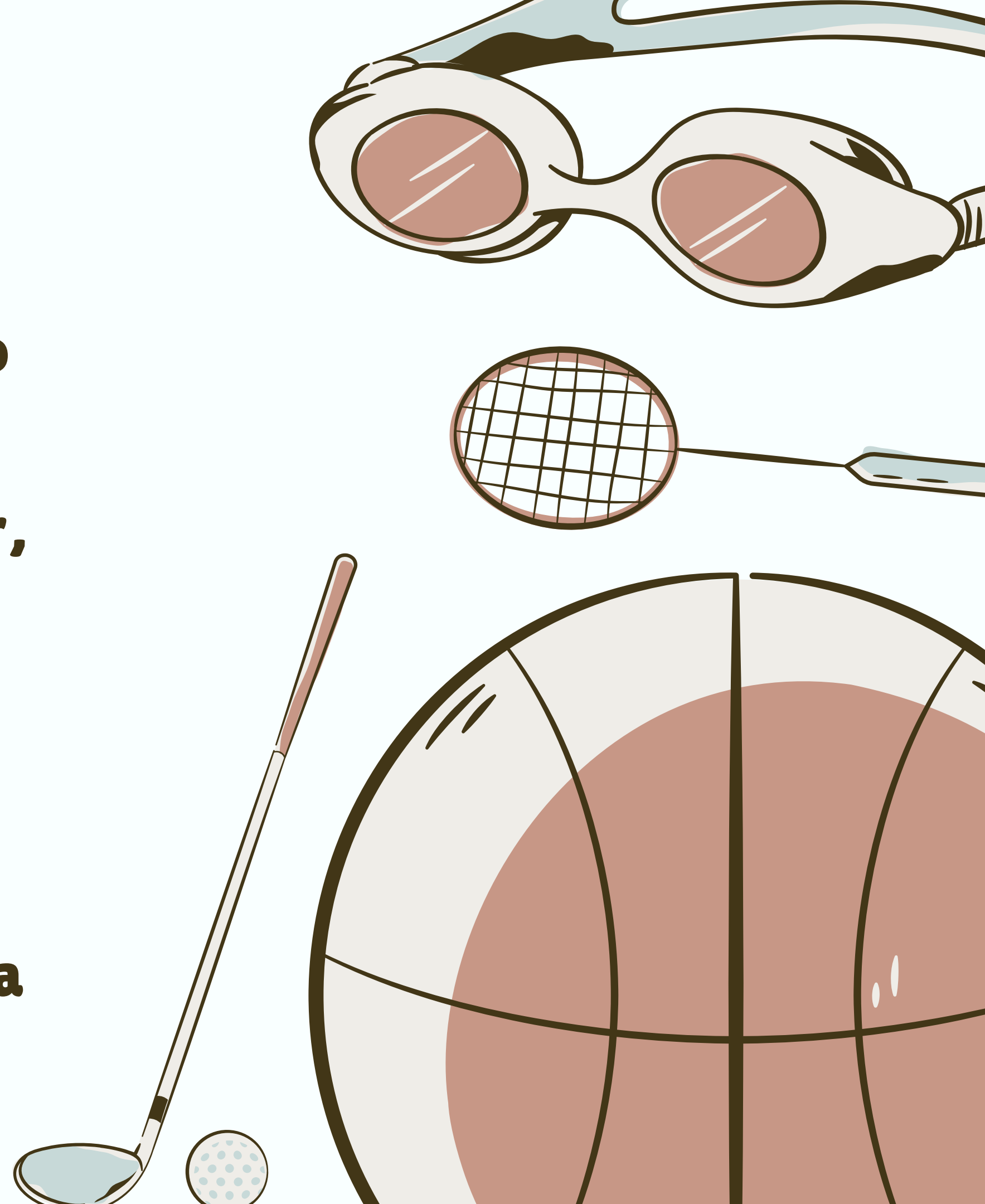
física na escola

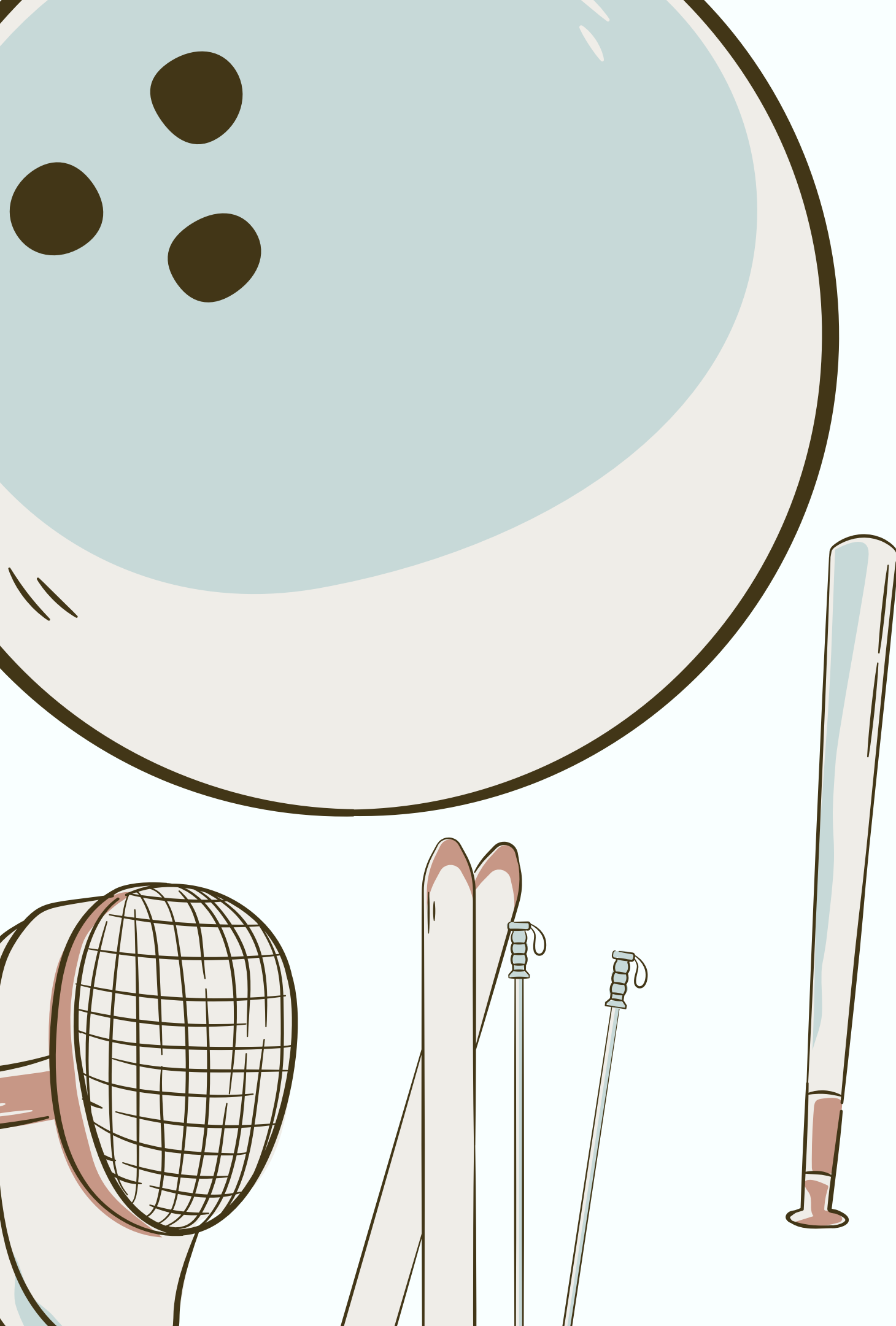
**Robert ,Leonardo,
Gustavo e Pedro
Vinicius**



Desenvolvimento motor e habilidades corporais

O desenvolvimento motor é o processo pelo qual aprendemos a usar melhor o nosso corpo — correr, pular, equilibrar, arremessar. Quanto mais nos movimentamos, mais nosso cérebro entende como controlar força, velocidade e coordenação. É como “afinar” o corpo para que ele responda melhor ao que queremos fazer.



A large, light blue ball with three dark brown dots is positioned in the upper left. Below it, a tennis racket is partially visible. To the right of the racket are two skis and two ski poles. Further right is a baseball bat. The background is white with some abstract brown wavy lines in the corners.

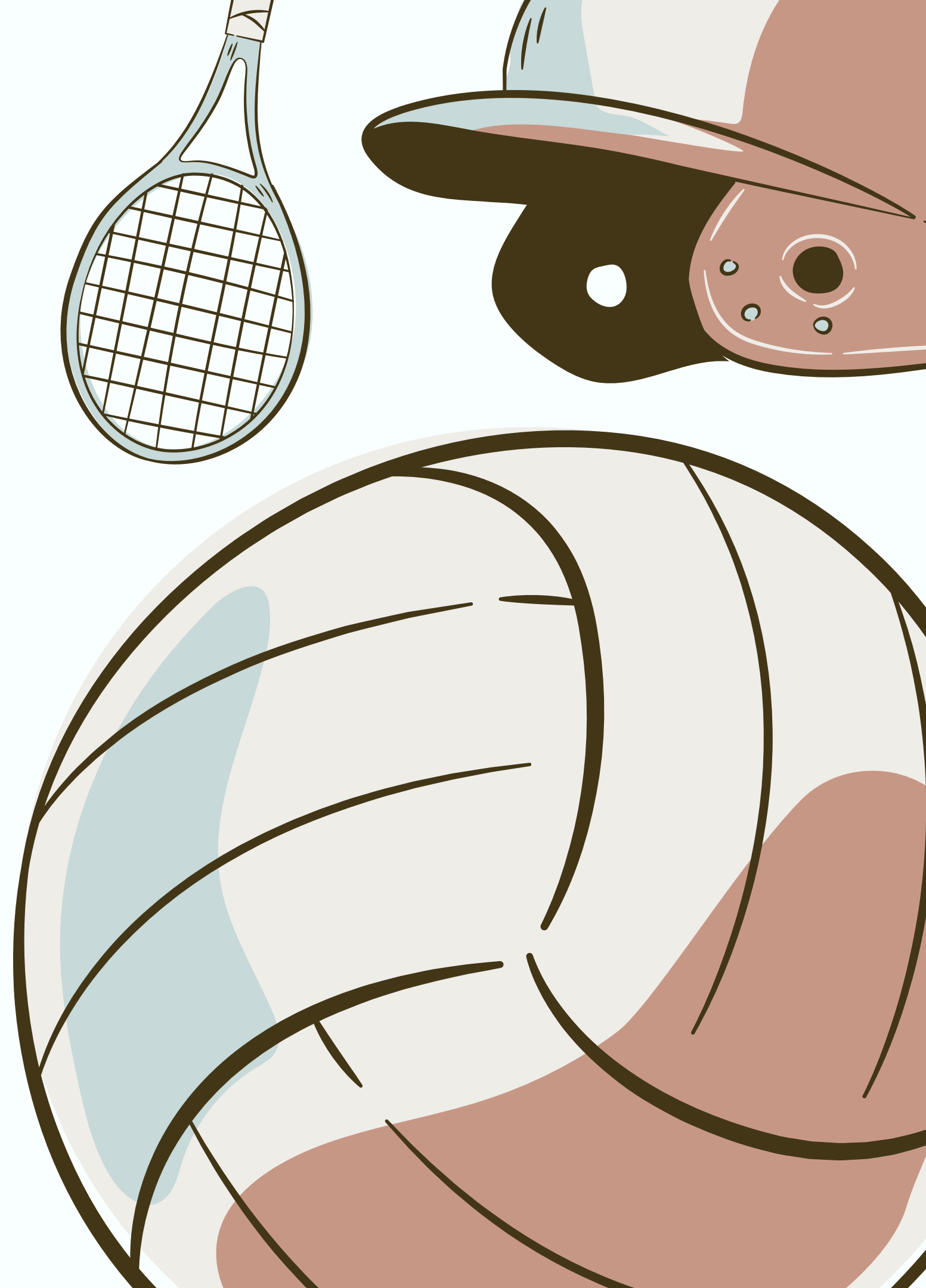
Socialização, cooperação e respeito nas práticas esportivas

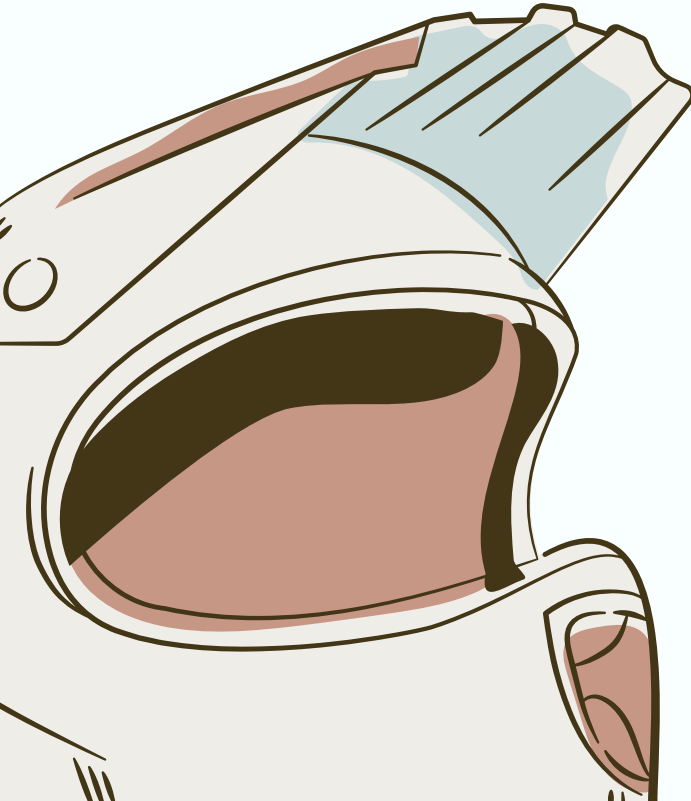
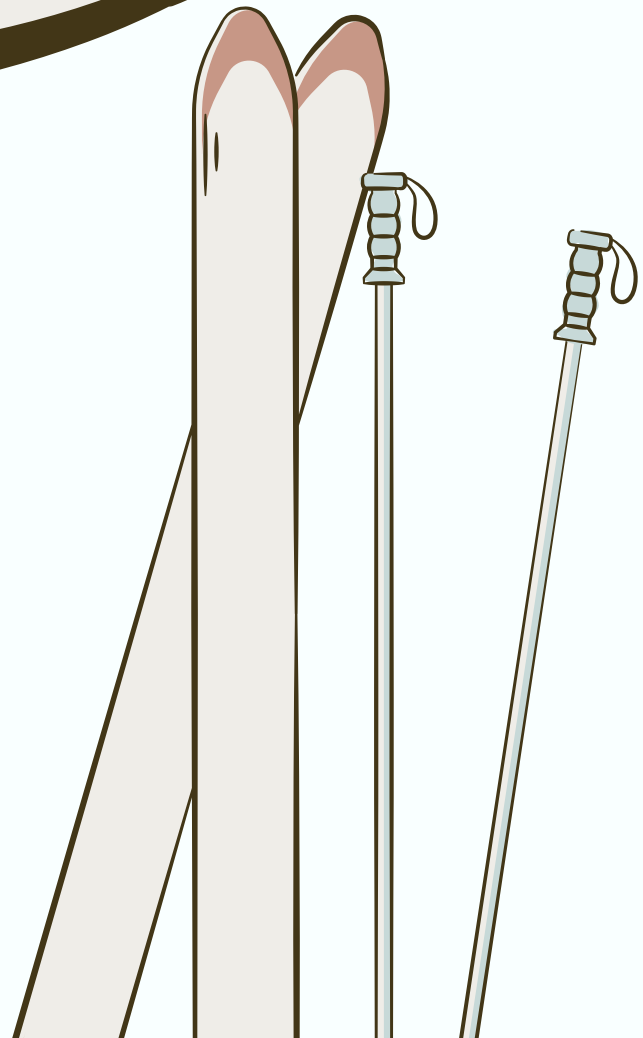

O esporte é um jeito natural de aprender a conviver com os outros. Jogando, a gente descobre que vencer sozinho é raro, então cooperação vira algo essencial. Além disso, regras, falhas e vitórias ensinam respeito: ao adversário, ao colega e ao próprio jogo.

Importância da atividade física para a saúde

**Mover o corpo é uma das formas mais
simples e eficientes de manter a saúde.**

**Atividades físicas fortalecem
músculos, coração, pulmões e até
melhoram o humor. Não é só sobre
“malhar”: é sobre dar ao corpo o que
ele precisa para funcionar melhor todos
os dias.**





Educação física como formação de disciplina e valor

A educação física vai além do exercício. Ela ajuda a criar disciplina — cumprir horários, respeitar regras, insistir mesmo quando é difícil. Também desenvolve valores como responsabilidade, persistência e justiça, que são úteis tanto no esporte quanto na vida.

