

COORDENAÇÃO DE ENSINO MÉDIO E EDUCAÇÃO PROFISSIONAL

PLANEJAMENTO DE ENSINO

2023

NOME DO PROFESSOR: Werner de Andrade Müller	
SÉRIE/TURMA: 3º ano	
CURSO: Técnico em Informática para Internet	
COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física III	
CH SEMANAL: 2 horas	CH ANUAL: 66 horas

OBJETIVO GERAL:

Aperfeiçoar competências teórico/práticas e interpessoais através dos componentes da cultura corporal do movimento (jogos, danças, esportes, ginásticas e lutas), compreendendo aspectos importantes sobre a organização da prática de exercícios físicos, relacionando os efeitos na saúde e qualidade de vida conhecendo os sistemas de disputa e aspectos relacionados à organização de eventos esportivos, salientando as atitudes cidadãs, autonomia e criticidade.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Compreender o movimento humano em seus aspectos históricos, sociais e culturais através da linguagem corporal como integradora social e formadora;
- Conhecer os componentes sócio-históricos, as regras básicas e os fundamentos das modalidades e componentes da cultura corporal do movimento incluindo danças, esportes, ginásticas, jogos e lutas;
- Praticar atividades físicas, exercícios, jogos e brincadeiras de forma que promovam benefícios à saúde e contribuam para a melhora da coordenação motora ampla e habilidades motoras fundamentais;
- Vivenciar a execução dos movimentos e fundamentos especializados das modalidades e componentes da cultura corporal do movimento;
- Respeitar as regras presentes nas atividades e jogos, de cada componente da cultura corporal de movimento, assim como as regras de convivência em grupo e as individualidades de cada colega;
- Vivenciar noções de arbitragem e organização de competições (sistemas simples e combinados);
- Valorizar a prática da atividade física como auxiliar para a melhora da qualidade de vida e manutenção da saúde, bem como conhecer programas de condicionamento físico;
- Conhecer o efeito da atividade física e do exercício físico para a melhora aptidão física (exercícios aeróbicos e de sobrecarga) e prevenção e controle do excesso de peso corporal;
- Participar das aulas, através dos procedimentos práticos e discussões conceituais propostas a fim de contribuir no desenvolvimento pleno das aulas;
- Compreender e vivenciar os valores de solidariedade, respeito e liberdade; as atitudes de empatia e cooperação; e as normas de convívio em grupo.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS: (de acordo com a ementa do CC)

1º TRIMESTRE:

Conhecimento da Educação Física Escolar e seu contexto histórico, conceitos e concepções.

Estudo do contexto histórico e social, regras, fundamentos técnicos e táticos e vivência dos componentes da cultura corporal do movimento (basquetebol, danças, lutas). Estudo e desenvolvimento de conceitos teóricos-práticos sobre o corpo, saúde e hábitos saudáveis de vida.

2º TRIMESTRE:

Conhecimento da Educação Física Escolar e seu contexto histórico, conceitos e concepções. Estudo do contexto histórico e social, regras, fundamentos técnicos e táticos e vivência dos componentes da cultura corporal do movimento (lutas, jogos e esportes de aventura, jogos e esportes adaptados). Estudo e desenvolvimento de conceitos teóricos-práticos sobre o corpo, saúde e hábitos saudáveis de vida.

3º TRIMESTRE:

Estudo do contexto histórico e social, regras, fundamentos técnicos e táticos e vivência dos componentes da cultura corporal do movimento (jogos e esportes de mesa, jogos e esportes de raquetes, jogos e esportes populares). Estudo do efeito da atividade física e do exercício físico para a aptidão física, prevenção e controle do excesso de peso corporal e programas de condicionamento físico. Estudo de regras e da organização de eventos esportivos e competições.

METODOLOGIA/ESTRATÉGIAS DE ENSINO:

O componente curricular será ministrado através de aulas expositivas e práticas. Nas aulas expositivas serão desenvolvidos os conteúdos de caráter teórico, através dos recursos de leitura de textos, vídeos e exposição teórica. Também será utilizado o ambiente virtual de aprendizagem para postagem de materiais e atividades. As aulas práticas serão ministradas através de vivências das práticas corporais, atividades físicas e atividades lúdicas.

RECUPERAÇÃO PARALELA:

A recuperação paralela se dará através de estudos de recuperação para as dificuldades no processo de ensino-aprendizagem e oportunizar recuperar os conteúdos e práticas. A readequação de estratégias de ensino-aprendizagem será realizada através de encontros presenciais nos horários de atendimento. Havendo a necessidade, será realizada a construção individualizada de plano de estudos e avaliações paralelas, de acordo com cada discente. A readequação das estratégias de ensino-aprendizagem contemplará a recuperação de conteúdos e de avaliação.

AValiação:

Critérios de avaliação:

Os estudantes serão avaliados considerando os critérios de avaliação conceitual, procedimental e atitudinal. A avaliação conceitual será realizada através de trabalhos teóricos, como leitura e produção de textos e trabalhos em grupo a serem desenvolvidos através de seminários, outras produções ou provas. As avaliações procedimental e atitudinal serão realizadas através de observação da participação dos alunos nas aulas práticas.

Composição das médias trimestrais:

Em cada trimestre a avaliação conceitual corresponderá a 60% da nota e a avaliação procedimental e atitudinal à 40% da nota. Dessa forma, os trabalhos teóricos ou provas terão peso 6,0 e participação nas aulas terá nota 4,0 em cada trimestre. A nota de cada trimestre será composta pela soma das avaliações teóricas e das avaliações práticas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Bibliografia Básica:

KUNZ, E. Transformação didático-pedagógica do esporte. 7.ed. Ijuí: Unijuí, 2006.
MATTOS, M.G & NEIVA, M.G., Educação Física na Adolescência. São Paulo: Phorte Editora Ltda, 2000.
ROSSETTO JR., A.J.; ARDOGÓ JR., A.; COSTA, C.M.; D'ANGELO, F. Jogos educativos: estrutura e organização da prática. São Paulo: Phorte, 2009.

Bibliografia Complementar:

BOJIKIAN, J.C.M.; BOJIKIAN, L.P. Ensinando voleibol. São Paulo: Phorte, 2012.
CARNAVAL, P.E. Medidas e Avaliação em Ciências do Esporte, Editora Sprint Ltda, 1998.
FERNANDES, J.L. Atletismo: corridas, saltos e lançamentos. São Paulo: EPU, 1978.
GALLAHUE, D.L.; OZMUN, J.C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3.ed. São Paulo: Phorte, 2005.
Livros de Regras das diferentes modalidades esportivas. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 2005.
MATTHIESEN, S.Q. Atletismo se aprende na escola. Jundiaí: Editora Fontoura, 2004.
MELO, R.S., Futsal 1000 Exercícios. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 1998.
NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina: Midiograf, 2010.
NISTA-PICCOLO, V.L.; MOREIRA, W.W. Esporte para a vida no ensino médio. São Paulo: Telos, 2012.
MUTTI, D. Futsal: Da iniciação ao alto nível. São Paulo: Phorte, 2003.
PAES, R.R.; MONTAGNER, P.C.; FERREIRA, H.B. Pedagogia do Esporte - Iniciação e Treinamento em Basquetebol. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.
POIT, D.R. Organização de Eventos esportivos. São Paulo: Phorte, 2006.

HORÁRIO EXTRACLASSE PARA REALIZAÇÃO DOS ESTUDOS ORIENTADOS:

Terça-feira (13:10 às 14h); quarta-feira (17:55 às 18:45); quinta-feira (10:10 às 11h; 13:10 às 15:40).

Assinatura do Professor