SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO SÃO BERNARDO DO CAMPO
EE. PROFª PALMIRA GRASSIOTTO FERREIRA DA SILVA
Ato de Criação da Escola: Decreto n.º 14.522 de 27.12.79
CNPJ: 46.384.111/0058-85
Rua Almeida Leme n º 100 - Jd. Industrial - São Bernardo do Campo - Fone/Fax: 4121-1848

GUIA DE APRENDIZAGEM – 2021

1ªsérie

Professor: Rosemar Lima	**Componente Curricular: Educação Física**	**Bimestre: 4º**

Justificativa: Neste bimestre, é proposto o estudo da Unidade Temática: Ginástica de condicionamento físico e ginástica de consciência corporal, a consciência corporal ajuda a reconhecer e identificar os processos diretamente ligados aos movimentos corporais, tanto internos como externos lutas do mundo e práticas corporais de aventura da natureza. Lutas estão presentes no cotidiano do ser humano desde os primórdios da humanidade, e foram evoluindo de acordo com as necessidades do homem. Práticas corporais da natureza tem a importância da prática de atividade física, fornecendo qualidade de vida, reduzindo consideravelmente os riscos de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes, problemas relacionados a baixa imunidade, além dos transtornos de fundo emocional.

Objetivos: Auxiliar na correção dos erros cometidos no dia a dia e gerar melhorias nas habilidades e condições físicas do individuo em relação a ginastica de condicionamento físico, as lutas desenvolvem capacidades físicas importantes nos alunos, assim como as principais capacidades motoras essências para seu desenvolvimento saudável, como lateralidade, noção corporal, espacial e temporal, coordenação geral, flexibilidade e outros benefícios. As práticas corporais de aventura na natureza além de promoverem o bem estar físico e mental, devem ser um caminho para promoção de ações ambientais nas quais os alunos possam construir os conhecimentos necessários para a conscientização e modificação de atitudes e comportamentos que poderão resultar na preservação da natureza.

Situação de Aprendizagem e Habilidades: **(EF09EF07**) Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências de consciência corporal, condicionamento físico e discutir como a prática de	**Objetos de Conhecimento:**	**Data:**

cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo. **(EM13LGG101)** Compreender e analisar processos de produção e circulação de discursos, nas diferentes linguagens, para fazer escolhas fundamentadas em função de interesses pessoais e coletivos **(EM13LGG202)** Analisar interesses, relações de poder e perspectivas de mundo nos discursos das diversas práticas de linguagem (artísticas, corporais e verbais), compreendendo criticamente o modo como circulam, constituem-se e (re)produzem significação e ideologias. **(EM13LGG501)** Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças. Observação: As atividades para os alunos da educação especial serão adaptadas, contemplando as habilidades essenciais.	Ginástica de condicionamento físico e ginástica de consciência corporal Ginástica de Condicionamento Físico e Ginástica de Consciência Corporal Lutas do mundo Práticas Corporais de Aventura da Natureza	11/10/2021 a 23/12/2021 13/10/2021 a 23/12/2021
Competências Socioemocionais Tomada de decisão responsável – Consciência Social- Relacionamento Interpessoal- Autogerenciamento		
Temas transversais Saúde e valores- Educação das relações étnicas raciais e cidadania - Diversidade como fator de enriquecimento cultural		
ESTRATÉGIAS DIDÁTICAS		
Atividades Complementares: - Projeto Sistema Esquelético- Será desenvolvido maquetes de cada parte do esqueleto, vídeos explicativos, atividades complementares. -Projeto Halloween - Outubro Rosa	**Atividades Autodidáticas:** - Pesquisas em diferentes mídias - Links de videoaulas, filmes ,artigos etc. - Leitura e exercícios no caderno do aluno	**Atividades Didático-Cooperativas:** - Maquete do sistema esquelético - Roda de conversa sobre os objetivos dos objetos de conhecimento

-Novembro Azul - Projeto Consciência Negra - Projeto Interclasses - Simulados específicos para o ENEM e Vestibulares		- Discussão e elaboração de argumentos sobre as informações observadas nas pesquisas - Reflexão e ampliação dos temas e habilidades trabalhados para a vida cotidiana, auxiliando na construção da autonomia crítica e autocrítica das várias possibilidades do SE-Movimentar

Princípios e Valores: - Compreensão dos temas da cultura corporal de linguagem, relacionando suas especificidades aos aspectos históricos e culturais. - Desenvolvimento do saber corporal do movimento. Formação de cidadãos autônomos, conscientes e críticos capazes de produzir, reproduzir e transformar o movimento corporal para desfrutar dos jogos, dos esportes, das danças, das lutas, das ginásticas e das práticas de aptidão física para a melhoria da qualidade de vida. - Despertar nos alunos o interesse em envolver – se com as atividades e exercícios corporais criando convivências harmoniosas e construtivas com outros cidadãos, sendo capazes de reconhecer e respeitar as características físicas e desempenho de si próprio e de outros, não segregando e nem depreciando outras pessoas por qualidades e peculiaridades.	**Avaliação:** **Participação:** Frequência e assiduidade; Participação nas atividades práticas; Atividades (análises, discussões, sínteses e produções) Resolução de exercícios e atividades (Caderno do aluno); Correção das avaliações e Auto Avaliação). **Avaliação Processual**: Trabalhos individuais ; Pesquisas; Seminário; cartazes **Avaliação Multidisciplinar:** Com competências e habilidades pretendidas em ENEM, SARESP e vestibulares - Avaliações formais, objetivas e dissertativas - A recuperação é contínua e será realizada com base nas habilidades desenvolvidas no bimestre **- Semana SEI – Estudos Intensivos de 17/12 á 23/12**

Fontes de Referência:

https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/2021/09/C%C3%B3pia-de-web_OST-31582_CURRICULO-EM-ACAO_EM-1-ANO_final.pdf

Livros: **DAOLIO**, Jocimar. Da Cultura do Corpo. 12 ed. Campinas: Autores Associados, 2007; **CORSINO, Luciano N.; AVAD ,** Daniela. O professor diante das relações de gênero na Educação Física Escolar; **FOSS,** Merle L.; **KETEYIAN,** Steven **J. Treinamento Físico. In:_____.** Fox: bases fisiológicas do exercício e do DAOLIO, Jocimar. Jogos esportivos

coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos. *Confederação Brasileira de Ginástica*. Disponível em: <http://cbginastica.com.br/web/>. SCHIAVON, Laurita M.; NISTA-PICOLLO, Vilma L. Desafios da ginástica na escola. In: MOREIRA, E. C. (Org.). E*ducação Física escolar*: desafios e propostas 2. Jundiaí: Fontoura, 2006. p. 35-60. 2013. SILVA, Thatiana A. F.; ROSE JR., Dante de. Iniciação nas modalidades esportivas coletivas: a importância da dimensão tática. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, São Paulo, ano 4, n. 4, p. 71-93, 2005. Disponível em: <http://mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-4-4-2005/art5_edfis4n4.pdf>.