



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

1ª série

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 indivíduo em relação à ginástica de condicionamento físico, as lutas desenvolvem capacidades físicas importantes nos alunos, assim como as principais capacidades motoras essenciais 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.). *Educação 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>.