



**ANOS INICIAIS**  
**2º ANO - ANOS INICIAIS**

---

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação

**CURSO:** Ensino Fundamental

**SÉRIE:** 2º ano - Anos iniciais

**PROFESSORA:** Ecléa Vanessa Canei Baccin i

**DISCIPLINA:** Educação Física

**ANO LETIVO:** 2019

---

**1. Objetivos gerais da Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental:**

- Discutir as distintas práticas corporais culturalmente construídas ao longo do tempo, a partir das particularidades regionais/locais e globais/massificadas;
- Vivenciar distintas práticas corporais que possibilitem a compreensão do movimento nas constantes interações com o meio, com objetos e com distintos sujeitos, dentro do contexto no qual está inserido;
- Transpor os conteúdos apreendidos acerca da cultura corporal para situações concretas e cotidianas da vida pessoal e social (lazer), dando sentido e significado ao movimento nos diferentes contextos socioculturais e políticos nos quais estão inseridos;
- Vivenciar e apropriar-se da cultura corporal, de forma crítica, a partir de vivências e experiências motoras sequenciadas, progressivas e diversificadas, favorecendo o conhecimento sobre si e sobre o outro;
- Reconhecer e valorizar as manifestações e práticas corporais como forma de disseminação e propagação da cultura corporal e, também, como estímulo à prática contínua e duradoura das atividades ao longo da vida;
- Reconhecer e respeitar as diferenças físicas, cognitivas, sociais e culturais existentes entre os sujeitos envolvidos no processo educativo. Participar da construção de normas e orientações coletivas e organização das vivências associadas à cultura corporal.

**2. Objetivos específicos para o 1º ano**

Possibilitar a vivência de manifestações lúdicas, centradas no prazer como integrante da cultura motora, contribuindo para a continuação do processo de construção da motricidade infantil, respeitando sua cultura de origem e seus valores, os quais servirão de base para todo processo educacional;

Valorizar o espaço das aulas como um espaço de participação e construção coletiva;

Incorporar princípios essenciais à sua educação: Cooperação, participação, autonomia, coeducação e convivência;

Acolher e respeitar os colegas que apresentam diferenças de gênero, de capacidades motoras, cognitivas, de etnias ou outras diferenças;

Realizar as propostas em seu próprio ritmo e estilo de aprendizagem, sentindo-se confortável e confiante.

Superar as dificuldades ainda apresentadas nesta fase de se organizar em grupo para desenvolver as atividades propostas.

Experimentar as tarefas motoras de forma desafiadora para todos os níveis de habilidades.

Vivenciar as habilidades motoras de locomoção, não locomoção e manipulativas em diferentes ambientes e superfícies;

Compreender que a Educação Física é uma disciplina da escola na qual os alunos também possuem conteúdos a serem aprendidos e desenvolvidos, ou seja, compreender que não nascemos sabendo correr, saltar, balançar, jogar;

Possibilitar ao aluno e a família acompanhar seu processo de crescimento e desenvolvimento corporal.

**3. Conteúdo Programático**

Construção coletiva das normas de convivência nas aulas.

Jogos e brincadeiras populares / tradicionais

Jogos cooperativos; Jogos de estafetas; Jogos e brincadeiras regionais/tradicionais/populares (brincadeiras de roda, brincadeiras cantadas);  
Jogos e brincadeiras com diferentes materiais (construção de materiais);  
Experimentar e recriar brincadeiras populares e tradicionais;

Realizar brincadeiras populares reconhecendo e respeitando as diferenças de gênero, étnico-raciais e desempenho corporal.

Trabalhar com brincadeiras que envolvam os fundamentos ginásticos (saltar, equilibrar, rolar/girar, trepar, balançar/embalar).

Ginástica:

História do circo. Trazer alguns elementos sobre a história da cultura circense.

Movimentos naturais;

Fundamentos ginásticos (saltar, equilibrar, rolar/girar, trepar, balançar/embalar).

Trazer desafios cooperativos que impliquem situações que exijam o uso da força e do equilíbrio junto com os colegas. Estudar sobre a origem dos fundamentos ginásticos, entendendo-os enquanto respostas a determinados estímulos, desafios ou necessidades humanas;

Ensinar alguns movimentos gímnicos (balancinha, vela e rolamentos);

Possibilitar a vivência de brincadeiras que explorem alguns materiais que constituem a ginástica rítmica:

Corde, arco e bola.

Paradas e apoios;

Técnicas de respiração consciente;

Técnicas de relaxamento.

### **O movimento e as habilidades motoras:**

Habilidades locomotoras: Andar, correr, escorregar (deitado, em pé, sentado), girar, rolar, rastejar, saltar, escalar, esquivar, deslizar, um apoio, três apoios, quatro apoios;

Rolar para frente, para trás e de lado; grupado, carpado e agrupado, em diferentes superfícies e locais.

Habilidades não locomotoras:

Sentar, levantar, puxar, empurrar, sustentar, balançar, abdução e adução, flexão e extensão dos segmentos corporais. Oscilar, pender e balançar o corpo de um lado para o outro com apoio das mãos ou dos pés; deitado, sentado ou ajoelhado.

Habilidades manipulativas:

Pegar, receber, apertar, amassar, rasgar, soltar, lançar, arremessar, quicar, golpear, conduzir, transportar e chutar em diferentes velocidades, direções, trajetórias e intensidades; diferentes tamanhos, espessuras e forma dos objetos.

Lateralidade corporal: equilíbrio estático, dinâmico e recuperado; coordenação fina, coordenação ampla.

Orientação espacial.

Expressão do esquema corporal por meio de desenho e outros recursos para expressar o significado corpo.

Construção coletiva das normas de convivência nas aulas.

Coletadas medidas antropométricas: Peso, estatura e dobras cutâneas (tríceps e subescapular), nos meses de março e novembro.

### **4. Propostas metodológicas**

Explicação e contextualização dos conteúdos ao início das aulas, rodas de conversas, valorização do conhecimento prévio do aluno, discussão em grupo, aulas práticas, aulas teóricas, atividades práticas individuais e em grupos, utilização de materiais da escola e confeccionados pelos alunos.

### **5. Avaliação**

A avaliação acontecerá de forma contínua/processual. Para a avaliação, serão realizados registros diários, a partir da observação dos alunos durante as aulas.

Compreender que a Educação Física é uma disciplina da escola na qual os alunos também possuem conteúdos a serem aprendidos e desenvolvidos, ou seja, compreender que não nascemos sabendo correr, saltar, balançar, jogar;

Os itens a serem observados e avaliados são:

a) Participação ativamente nas aulas, nas diferentes propostas de práticas corporais (superação e criatividade).

b) Compreensão do conteúdo: entende as explicações dos conteúdos (em sala ou espaço aberto) e desafios propostos, realizando-os nas aulas.

- c) Resolução de conflitos: resolve conflitos pessoais com os colegas e com os professores de maneira respeitosa, colocando-se no lugar do outro;
  - d) Atitude e iniciativa: predispõe-se a realizar questionamentos sobre o conteúdo, sugerir e modificar as atividades e desafios propostos, a partir do domínio da ação/conteúdo.
  - e) Roupas adequadas (segurança): utiliza roupas adequadas nos dias das aulas de Educação Física (segurança física).
  - f) Consciência social: valoriza e zela pelos espaços e materiais coletivos utilizados nas aulas de Educação Física e pertencentes a uma escola pública.
- Ao final de cada trimestre será emitido um boletim conceitual do processo de ensino e aprendizagem por meio dos critérios de avaliação e seus respectivos conceitos:
- a) DR: Domina ou Realiza;
  - b) RA: Realiza com ajuda; e
  - c) PTM: Precisamos trabalhar mais.

#### **Referências:**

- AMBROSIO, M. de P. et al. **Jogos e brincadeiras, atletismo e ginástica**. Caderno Pedagógico 01. Governo de Minas Gerais. (S/D)
- BORTOLETO, Marco Antonio Coelho (ORG.). **Introdução à pedagogia das atividades circenses**. Jundiaí, SP. Fontoura, 2008.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 2ª Edição Revisada, 2009.
- ESCOBAR, Micheli Ortega. **Cultura Corporal na Escola: tarefas da Educação Física**. In: Revista Motivivência nº 8, p.91, Santa Catarina, 1995.
- FREITAS, Luiz Carlos de. **Crítica da organização do trabalho pedagógico e da didática**. Campinas, SP: Papirus, 2003.
- GAIO, Roberta, et al. **Ginástica e dança: no ritmo da escola**. 1ª ed. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2010.
- KUNZ, E. **Educação Física: Ensino e Mudança**. Ijuí: Unijuí, 1991.
- MURRAY, Roseana. **O Circo**. Ilustrações: Caó Cruz Alvez.. SP. Paulus, 2011. Coleção Arteletra.
- SAVIANI, Dermeval. **Pedagogia Histórico-crítica: Primeiras aproximações**. 9ª Edição, Campinas, SP: Autores Associados, 2005.
- SAVIANI, Demerval. **Escola e democracia**. 32 ed. Campinas, SP: Autores Associados, 1999.
- SOARES, C. L. **Educação física: raízes européias e Brasil**. 2ª edição, Campinas, SP: Autores Associados, 2001.
- SOARES, Doralécio. **Folclore Catarinense**. 2 ed. Florianópolis: Ed. Da UFSC, 2006.
- SOUZA, M. da S. **Conhecimento teórico-metodológico em esporte escolar: possibilidade superadora no plano da cultura corporal**. Tese de doutorado. Santa Maria, RS: Universidade Federal de Santa Maria, 2004.
- VIGOTSKI, L. S. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores**. 6ª edição, São Paulo: Martins Fontes, 1998.

## 2º ANO - ANOS INICIAIS

---

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação  
**CURSO:** Ensino Fundamental  
**SÉRIE:** 2º ano - Anos iniciais  
**PROFESSORA:** Daniela Schwabe Minelli  
**DISCIPLINA:** Educação Física  
**ANO LETIVO:** 2019

---

### **1. Objetivos gerais da Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental:**

- a) Discutir as distintas práticas corporais culturalmente construídas ao longo do tempo, a partir das particularidades regionais/locais e globais/massificadas;
- b) Vivenciar distintas práticas corporais que possibilitem a compreensão do movimento nas constantes interações com o meio, com objetos e com distintos sujeitos, dentro do contexto no qual está inserido;
- c) Transpor os conteúdos apreendidos acerca da cultura corporal de movimento para situações concretas e cotidianas da vida pessoal e social (lazer), dando sentido e significado ao movimento nos diferentes contextos socioculturais e políticos nos quais estão inseridos;
- d) Vivenciar e apropriar-se da cultura corporal de movimento, de forma crítico-reflexiva, a partir de vivências e experiências motoras sequenciadas, progressivas e diversificadas, favorecendo o conhecimento sobre si e sobre o outro;
- e) Reconhecer e valorizar as manifestações e práticas corporais como forma de disseminação e propagação da cultura corporal de movimento e, também, como estímulo à prática contínua e duradoura das atividades ao longo da vida;
- f) Reconhecer e respeitar as diferenças físicas, cognitivas, sociais e culturais existentes entre os sujeitos envolvidos no processo educativo, sobretudo associadas à cultura corporal do movimento;
- g) Participar da construção de normas e orientações coletivas para viabilizar a ordem social e organização das vivências associadas à cultura corporal de movimento.

### **2. Objetivos específicos para o 2º ano**

#### *2.1) Dimensão conceitual:*

- a) Discutir as normas de convivência para as aulas de Educação Física, com o intuito de favorecer uma relação interpessoal agradável, inclusiva e respeitosa entre os colegas;
- b) Identificar os elementos que influenciam na realização do movimento, visando o entendimento e a qualificação da ação motora, como: noção espaço-temporal, agilidade, força, coordenação motora, ritmo, velocidade, equilíbrio, lateralidade, velocidade de reação, entre outras estruturas que capacitam o indivíduo à realização do movimento como as habilidades motoras;
- c) Tomar decisões frente aos desafios cognitivos e motores propostos nas aulas;
- d) Discutir as diferentes possibilidades de movimentos que podem ser construídos com a utilização de diferentes materiais e em diferentes espaços físicos;
- e) Conhecer maneiras diferentes de jogar/brincar nos jogos, brincadeiras e outras práticas corporais;
- f) Entender a importância do uso de roupa adequada para a participação nas aulas de Educação Física e a incorporação desse hábito em situações pessoais fora da escola;

#### *2.2) Dimensão procedimental:*

- a) Participar de jogos, brincadeiras e atividades associadas à dança, ginástica, esporte, lutas, atividades circenses, práticas corporais alternativas, entre outros, que requerem noção espaço-temporal, agilidade, força, coordenação motora, ritmo, velocidade, equilíbrio, lateralidade, velocidade de reação, entre outras estruturas que capacitam o indivíduo à realização do movimento, como as habilidades motoras, visando o aprimoramento desses elementos;
- b) Vivenciar atividades rítmicas, atentando-se para o ritmo individual e coletivo;
- c) Participar de brincadeiras cantadas;
- d) Coordenar movimentos de membros superiores e inferiores na combinação de habilidades e ações motoras nas distintas práticas corporais;
- e) Construir brinquedos e materiais para as aulas, visando diversificar os desafios motores;
- f) Criar movimentos diferenciados, a partir dos estímulos do professor, visando ampliar o repertório motor nas diferentes manifestações da cultura corporal: jogos, brincadeiras, esportes, dança, ginástica, lutas, atividades circenses, entre outros.

#### *2.3) Dimensão atitudinal:*

- a) Socializar-se e cooperar com os colegas durante as aulas, nas diferentes atividades propostas;

- b) Aprender a respeitar as dificuldades e diferenças físicas, cognitivas e socioafetivas dos colegas, para também ser respeitado;
- c) Predispor-se a participar das aulas, demonstrando envolvimento ativo nas atividades propostas;
- d) Realizar ações conjuntas, reconhecendo a importância da inclusão de todos os colegas nas atividades;
- e) Resolver conflitos interpessoais de forma dialógica, amigável e respeitosa, com a perspectiva de se colocar no lugar do outro antes da tomada de decisão para a resolução do conflito;
- f) Cuidar dos materiais utilizados nas aulas, assim como do espaço físico da escola, zelando pelo espaço público.

### **3. Conteúdo Programático**

#### **3.1 Primeiro trimestre: jogos e brincadeiras**

- Brincadeiras de apresentação pessoal;
- Atividades exploratórias com diferentes materiais;
- Jogos e brincadeiras populares;
- Jogos, brincadeiras e atividades cooperativas.

OBS: início da proposta "Família na Escola", com participação das famílias nas aulas de Educação Física.

#### **3.2 Segundo trimestre: atividades rítmicas e expressivas/dança**

- Atividades rítmicas e expressivas;
- Dança e atividades criativas;
- Brincadeiras cantadas;
- Brincadeiras de roda.

OBS: continuação da proposta "Família na Escola".

#### **3.3 Terceiro trimestre: ginástica + atividades circenses**

- Movimentos e posições básicas na ginástica (rolamentos, saltos, giros, equilíbrio, manipulação de materiais);
- Atividades circenses;
- Olimpíadas do CA;
- Jogos e brincadeiras.

### **4. Propostas metodológicas**

Contextualização dos conteúdos ao início das aulas, rodas de conversas, valorização do conhecimento prévio do aluno, discussão em grupo, aulas práticas, aulas teóricas, atividades práticas individuais e em grupos, utilização de materiais da escola e confeccionados pelos alunos, saídas de estudo (quando viabilizadas pela UFSC), participação das famílias nas aulas.

### **5. Avaliação**

A avaliação acontecerá de forma contínua/processual. Para a avaliação, serão realizados registros diários, a partir da observação dos alunos durante as aulas. Os itens a serem observados e avaliados são:

- a) Participação: participa ativamente das aulas, nas diferentes propostas de práticas corporais (superação e criatividade).
- b) Compreensão do conteúdo: entende as explicações dos conteúdos (em sala ou espaço aberto) e desafios propostos, realizando-os nas aulas.
- c) Resolução de conflitos: resolve conflitos pessoais com os colegas e com os professores de maneira respeitosa, colocando-se no lugar do outro (habilidade de comunicação, sem xingamentos e palavrões; organização da fila/atividade; inclusão dos colegas; cooperação; reconhecimento das diferenças, sem preconceitos).
- d) Atitude e iniciativa: predispõe-se a realizar questionamentos sobre o conteúdo, sugerir e modificar as atividades e desafios propostos, a partir do domínio da ação/conteúdo.
- e) Roupas adequadas (segurança): utiliza roupas adequadas nos dias das aulas de Educação Física (segurança física).
- f) Consciência social: valoriza e zela pelos espaços e materiais coletivos utilizados nas aulas de Educação Física e pertencentes a uma escola pública.

Ao final de cada trimestre será emitido um boletim qualitativo e conceitual do processo de ensino e aprendizagem por meio dos critérios de avaliação e seus respectivos conceitos: a) DR: Domina ou Realiza; b) RA: Realiza com ajuda; e c) PTM: Precisamos trabalhar mais.

### **Referências**

BRACHT, V. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. *Cadernos Cedes*, ano XIX, n.48, p. 69-88, 1999.

BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais. Brasília: MEC/SEF, 1997 (Área: Educação Física. Ciclos 1 e 2).

BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais. Brasília: MEC/SEF, 1998 (Área: Educação Física. Ciclos 3 e 4).

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação Física na Escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

FREIRE, J. B. Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física. Campinas: Scipione, 1989.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo: Phorte Editora Ltda, 2003.

PIACENTINI, T. A. *Brincadeiras infantis na Ilha de Santa Catarina*. Florianópolis: Fundação Franklin Cascas, 2010.

SOARES, C. L. et al. (Coletivo de Autores). *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

SOARES, C. L. Educação Física escolar: conhecimento e especificidade. *Revista Paulista de Educação Física*, supl. n.2, p.6-12, 1996.

TANI, G.; MANOEL, E. J.; KOKUBUN, E.; PROENÇA, J. E. *Educação Física Escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista*. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária; Editora da Universidade de São Paulo, 1988.

---

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação  
**CURSO:** Ensino Fundamental  
**SÉRIE:** 3º ano - Anos iniciais  
**PROFESSORA:** Daniela Schwabe Minelli  
**DISCIPLINA:** Educação Física  
**ANO LETIVO:** 2019

---

**1. Objetivos gerais da Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental:**

- a) Discutir as distintas práticas corporais culturalmente construídas ao longo do tempo, a partir das particularidades regionais/locais e globais/massificadas;
- b) Vivenciar distintas práticas corporais que possibilitem a compreensão do movimento nas constantes interações com o meio, com objetos e com distintos sujeitos, dentro do contexto no qual está inserido;
- c) Transpor os conteúdos apreendidos acerca da cultura corporal de movimento para situações concretas e cotidianas da vida pessoal e social (lazer), dando sentido e significado ao movimento nos diferentes contextos socioculturais e políticos nos quais estão inseridos;
- d) Vivenciar e apropriar-se da cultura corporal de movimento, de forma crítico-reflexiva, a partir de vivências e experiências motoras sequenciadas, progressivas e diversificadas, favorecendo o conhecimento sobre si e sobre o outro;
- e) Reconhecer e valorizar as manifestações e práticas corporais como forma de disseminação e propagação da cultura corporal de movimento e, também, como estímulo à prática contínua e duradoura das atividades ao longo da vida;
- f) Reconhecer e respeitar as diferenças físicas, cognitivas, sociais e culturais existentes entre os sujeitos envolvidos no processo educativo, sobretudo associadas à cultura corporal do movimento;
- g) Participar da construção de normas e orientações coletivas para viabilizar a ordem social e organização das vivências associadas à cultura corporal de movimento.

**2. Objetivos específicos para o 3º ano**

*2.1) Dimensão conceitual:*

- a) Discutir as normas de convivência para as aulas de Educação Física, com o intuito de favorecer uma relação interpessoal agradável, inclusiva e respeitosa entre os colegas;
- b) Identificar os elementos que influenciam na realização do movimento, visando o entendimento e a qualificação da ação motora, como: noção espaço-temporal, agilidade, força, coordenação motora, ritmo, velocidade, equilíbrio, lateralidade, velocidade de reação, entre outras estruturas que capacitam o indivíduo à realização do movimento como as habilidades motoras;
- c) Tomar decisões frente aos desafios cognitivos e motores propostos nas aulas;
- d) Discutir as diferentes possibilidades de movimentos que podem ser construídos com a utilização de diferentes materiais e em diferentes espaços físicos;
- e) Conhecer as distintas nomenclaturas e maneiras de jogar/brincar nos jogos, brincadeiras e outras práticas corporais;
- f) Entender a importância do uso de roupa adequada para a participação nas aulas de Educação Física e a incorporação desse hábito em situações pessoais fora da escola;

*2.2) Dimensão procedimental:*

- a) Participar de jogos, brincadeiras e atividades associadas à dança, ginástica, esporte, lutas, atividades circenses, práticas corporais alternativas, entre outros, que requerem noção espaço-temporal, agilidade, força, coordenação motora, ritmo, velocidade, equilíbrio, lateralidade, velocidade de reação, entre outras estruturas que capacitam o indivíduo à realização do movimento, como as habilidades motoras, visando o aprimoramento desses elementos;
- b) Vivenciar atividades rítmicas, atentando-se para o ritmo individual e coletivo;
- c) Participar de brincadeiras cantadas;
- d) Coordenar movimentos de membros superiores e inferiores na combinação de habilidades e ações motoras nas distintas práticas corporais;
- e) Construir brinquedos e materiais para as aulas, visando diversificar os desafios motores;
- f) Criar movimentos diferenciados, a partir dos estímulos do professor, visando ampliar o repertório motor nas diferentes manifestações da cultura corporal: jogos, brincadeiras, esportes, dança, ginástica, lutas, atividades circenses, entre outros.

*2.3) Dimensão atitudinal:*

- a) Socializar-se e cooperar com os colegas durante as aulas, nas diferentes atividades propostas;

- b) Aprender a respeitar as dificuldades e diferenças físicas, cognitivas e socioafetivas dos colegas, para também ser respeitado;
- c) Predispor-se a participar das aulas, demonstrando envolvimento ativo nas atividades propostas;
- d) Realizar ações conjuntas, reconhecendo a importância da inclusão de todos os colegas nas atividades;
- e) Resolver conflitos interpessoais de forma dialógica, amigável e respeitosa, com a perspectiva de se colocar no lugar do outro antes da tomada de decisão para a resolução do conflito;
- f) Cuidar dos materiais utilizados nas aulas, assim como do espaço físico da escola, zelando pelo espaço público.

### **3. Conteúdo Programático**

#### **3.1 Primeiro trimestre: jogos e brincadeiras populares / tradicionais**

→ *Proposta de conteúdo do 3º ano*: as fases da vida; infância no século passado e no século atual;

→ *Proposta interdisciplinar da Educação Física dentro da cultura corporal de movimento*: resgate e valorização da cultura popular no que se refere a jogos e brincadeiras da infância; origem dos jogos e brincadeiras populares (diferentes povos e culturas); diferenciações regionais nas regras e nomenclaturas; habilidades e capacidades necessárias para a realização dos jogos e brincadeiras populares. Algumas possibilidades:

- a) Taco/Bets
- b) Cinco Marias
- c) Amarelinha
- d) Escravos de Jó
- e) Brincadeiras com corda
- f) Bola queimada
- g) Peteca
- h) Elástico
- i) Pula cela
- j) Pipa
- k) Jogos e brincadeiras regionais (cultura açoriana)

IMPORTANTE: as próprias crianças, como protagonistas do processo educacional, poderão sugerir outros jogos e brincadeiras para compor os conteúdos do trimestre, valorizando a bagagem cultural e social dos alunos e familiares.

#### **3.2 Segundo trimestre: jogos e brincadeiras populares / tradicionais + ginástica + atividades rítmicas e expressivas/dança**

→ *Proposta de conteúdo do 3º ano*: animais.

→ *Proposta interdisciplinar da Educação Física dentro da cultura corporal de movimento*: ginástica natural (movimento dos animais).

a) Ginástica natural: aproximação com os movimentos dos animais, com enfoque em atividades e movimentos que requerem força corporal, resistência muscular e flexibilidade.

b) Atividades rítmicas e expressivas/dança: expressão corporal e elementos rítmicos; montagem de sequência de movimento / sequência coreográfica.

c) Jogos e brincadeiras populares / tradicionais (continuidade do trimestre anterior).

OBS: o conteúdo de atividades rítmicas e expressivas/dança passa a ser incluído nesse trimestre pela realização da Festa das Culturas e das Famílias.

#### **3.3 Terceiro trimestre: jogos e brincadeiras adaptadas e práticas alternativas e de aventura**

→ *Proposta de conteúdo do 3º ano*: alimentação e saúde / transformando e preservando o ambiente.

→ *Proposta interdisciplinar da Educação Física dentro da cultura corporal de movimento*: importância do "movimentar-se" como estilo de vida, somado a uma alimentação saudável; observação dos espaços de lazer no bairro, com ou sem acessibilidade, para realização de práticas corporais na natureza e com inclusão e acesso para todos.

a) Jogos, brincadeiras e atividades com os olhos vendados (deficiência visual), no solo ou em cadeiras (deficiência física) - Atividades baseadas no atletismo (arremessos, saltos, lançamentos, corridas) e esportes adaptados.

b) *Slackline*, trilhas.

c) Olimpíadas do CA.

### **4. Propostas metodológicas**

Contextualização dos conteúdos ao início das aulas, rodas de conversas, valorização do conhecimento prévio do aluno, discussão em grupo, aulas práticas, aulas teóricas, atividades práticas individuais e em grupos, utilização de materiais da escola e confeccionados pelos alunos, saídas de estudo (quando viabilizadas pela UFSC).

## 5. Avaliação

A avaliação acontecerá de forma contínua/processual. Para a avaliação, serão realizados registros diários, a partir da observação dos alunos durante as aulas. Os itens a serem observados e avaliados são:

- a) Participação: participa ativamente das aulas, nas diferentes propostas de práticas corporais (superação e criatividade).
- b) Compreensão do conteúdo: entende as explicações dos conteúdos (em sala ou espaço aberto) e desafios propostos, realizando-os nas aulas.
- c) Resolução de conflitos: resolve conflitos pessoais com os colegas e com os professores de maneira respeitosa, colocando-se no lugar do outro (habilidade de comunicação, sem xingamentos e palavrões; ordem da fila/atividade; inclusão dos colegas; cooperação; reconhecimento das diferenças, sem preconceitos).
- d) Atitude e iniciativa: predispõe-se a realizar questionamentos sobre o conteúdo, sugerir e modificar as atividades e desafios propostos, a partir do domínio da ação/conteúdo.
- e) Roupas adequadas (segurança): utiliza roupas adequadas nos dias das aulas de Educação Física (segurança física).
- f) Consciência social: valoriza e zela pelos espaços e materiais coletivos utilizados nas aulas de Educação Física e pertencentes a uma escola pública.

Ao final de cada trimestre será emitido um boletim conceitual do processo de ensino e aprendizagem por meio dos critérios de avaliação e seus respectivos conceitos: a) DR: Domina ou Realiza; b) RA: Realiza com ajuda; e c) PTM: Precisamos trabalhar mais.

## Referências

- BRACHT, V. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. *Cadernos Cedes*, ano XIX, n.48, p. 69-88, 1999.
- BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais. Brasília: MEC/SEF, 1997 (Área: Educação Física. Ciclos 1 e 2).
- BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais. Brasília: MEC/SEF, 1998 (Área: Educação Física. Ciclos 3 e 4).
- DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação Física na Escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- FREIRE, J. B. Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física. Campinas: Scipione, 1989.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo: Phorte Editora Ltda, 2003.
- PIACENTINI, T. A. *Brincadeiras infantis na Ilha de Santa Catarina*. Florianópolis: Fundação Franklin Cascas, 2010.
- SOARES, C. L. et al. (Coletivo de Autores). *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.
- SOARES, C. L. Educação Física escolar: conhecimento e especificidade. *Revista Paulista de Educação Física*, supl. n.2, p.6-12, 1996.
- TANI, G.; MANOEL, E. J.; KOKUBUN, E.; PROENÇA, J. E. *Educação Física Escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista*. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária; Editora da Universidade de São Paulo, 1988.

---

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação

**CURSO:** Ensino Fundamental

**SÉRIE:** 4º ano (A, B, C) - Anos iniciais

**PROFESSORA:** Beatriz Staimbach Albino

**DISCIPLINA:** Educação Física

**ANO LETIVO:** 2019

---

**1. Objetivos gerais da Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental:**

- a) Discutir as distintas práticas corporais culturalmente construídas ao longo do tempo, a partir das particularidades regionais/locais e globais/massificadas;
- b) Vivenciar distintas práticas corporais que possibilitem a compreensão do movimento nas constantes interações com o meio, com objetos e com distintos sujeitos, dentro do contexto no qual está inserido;
- c) Transpor os conteúdos apreendidos acerca da cultura corporal de movimento para situações concretas e cotidianas da vida pessoal e social (lazer), dando sentido e significado ao movimento nos diferentes contextos socioculturais e políticos nos quais estão inseridos;
- d) Vivenciar e apropriar-se da cultura corporal de movimento, de forma crítico-reflexiva, a partir de vivências e experiências motoras sequenciadas, progressivas e diversificadas, favorecendo o conhecimento sobre si e sobre o outro;
- e) Reconhecer e valorizar as manifestações e práticas corporais como forma de disseminação e propagação da cultura corporal de movimento e, também, como estímulo à prática contínua e duradoura das atividades ao longo da vida;
- f) Reconhecer e respeitar as diferenças físicas, cognitivas, sociais e culturais existentes entre os sujeitos envolvidos no processo educativo, sobretudo associadas à cultura corporal do movimento;
- g) Participar da construção de normas e orientações coletivas para viabilizar a ordem social e organização das vivências associadas à cultura corporal de movimento.

**2. Objetivos específicos para o 4º ano:**

2.1) Dimensão conceitual

- a) Discutir as normas de convivência para as aulas de Educação Física, com o intuito de favorecer uma relação interpessoal agradável, inclusiva e respeitosa entre os colegas;
- b) Tomar decisões frente aos desafios cognitivos e motores propostos nas aulas;
- c) Conhecer e valorizar as práticas próprias das culturas corporais de movimento indígenas, africanas e açoriana;
- d) Conhecer as distintas nomenclaturas e maneiras de jogar/brincar nos jogos, brincadeiras e outras práticas corporais;
- e) Entender a importância do uso de roupa adequada para a participação nas aulas de Educação Física e a incorporação desse hábito em situações pessoais fora da escola;
- f) Saber explicar as práticas corporais experimentadas nas aulas e em outros ambientes, extraescolares.

2.2) Dimensão procedimental

- a) Participar de jogos, brincadeiras e atividades associadas à dança, ginástica, esporte, atividades circenses, práticas corporais alternativas, entre outros, que requerem noção espaço-temporal, agilidade, força, coordenação motora, ritmo, velocidade, equilíbrio, lateralidade, velocidade de reação, entre outras estruturas que capacitam o indivíduo à realização do movimento, como as habilidades motoras, visando o aprimoramento desses elementos;
- b) Vivenciar atividades rítmicas, atentando-se para o ritmo individual e coletivo;
- c) Coordenar movimentos de membros superiores e inferiores na combinação de habilidades e ações motoras nas distintas práticas corporais;
- d) Criar movimentos diferenciados, a partir dos estímulos do professor, visando ampliar o repertório motor nas diferentes manifestações da cultura corporal: jogos, brincadeiras, esportes, dança, ginástica, lutas, atividades circenses, entre outros;
- e) Vivenciar práticas corporais de culturas diversas, apropriando-se desse saber-fazer e incorporando-o enquanto parte do seu repertório de jogos e brincadeiras.

2.3) Dimensão atitudinal

- a) Socializar-se e cooperar com os colegas durante as aulas, nas diferentes atividades propostas;

- b) Aprender a respeitar as dificuldades e diferenças físicas, cognitivas e socioafetivas dos colegas, para também ser respeitado;
- c) Predispor-se a participar das aulas, demonstrando envolvimento ativo nas atividades propostas;
- d) Realizar ações conjuntas, reconhecendo a importância da inclusão de todos os colegas nas atividades;
- e) Resolver conflitos interpessoais de forma dialógica, amigável e respeitosa, com a perspectiva de se colocar no lugar do outro antes da tomada de decisão para a resolução do conflito;
- f) Cuidar dos materiais utilizados nas aulas, assim como do espaço físico da escola, zelando pelo espaço público.

### **3. Conteúdo Programático**

#### **3.1 Primeiro Trimestre: Jogos e brincadeiras regionais/tradicionais/populares; Jogos cooperativos.**

*Proposta de conteúdo do 4º ano:* Grupos e povos que pertenciam, colonizaram e migraram no tempo e no espaço da cidade em que vivem: Cultura indígena; Cultura Africana.

*Proposta interdisciplinar da Educação Física a partir da cultura corporal de movimento:*

- a) Resgate e valorização das práticas corporais indígenas (peteca, corrida da tora, jogo da onça, entre outros);
- b) Jogos e brincadeiras de origem africana: brinquedos de Cabo Verde (pião, perna de pau, tambor, carro de madeira) e de outras culturas africanas (amarelinha africana, jogo de tabuleiro, etc.);
- c) Interagir mais diretamente com o meio-ambiente através de atividades desenvolvidas nos pequenos bosques da universidade, ou trilhas em outros lugares.

*Outros conteúdos:*

- a) Jogos Cooperativos; Jogos de estafetas; Brincadeiras de “pega-pega”;
- b) Movimentos ginásticos no solo e no ar (piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas, saltos, etc.);

#### **3.2 Segundo trimestre: Jogos e brincadeiras regionais/tradicionais/populares; Atividades rítmicas e expressivas.**

*Proposta de conteúdo do 4º ano:* município de Florianópolis: aspectos históricos, arquitetônicos e culturais; os elementos sociais, culturais, históricos e naturais que compõem a paisagem urbana da cidade de Florianópolis.

*Proposta interdisciplinar da Educação Física a partir da cultura corporal de movimento:*

- a) Resgate e valorização da cultura popular da ilha de Florianópolis;
- b) Práticas corporais (jogos e brincadeiras) da cultura açoriana (registros de Franklin Cascaes);
- c) Atividades rítmicas e expressivas/dança: expressão corporal e elementos rítmicos relacionados às danças regionais.

*Outros conteúdos:*

- a) Jogos Cooperativos; Jogos de estafetas.
- b) Movimentos ginásticos no solo e no ar (piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas, saltos, etc.).

#### **3.3 Terceiro trimestre: Jogos e brincadeiras regionais/tradicionais/populares; Atividades rítmicas e expressivas;**

*Proposta de conteúdo do 4º ano:* Questionar a situação dos indígenas e negros no Brasil no presente.

*Proposta interdisciplinar da Educação Física a partir da cultura corporal de movimento:*

- a) Iniciação à Capoeira e ao Maculelê.

*Outros conteúdos:*

- a) Jogos Cooperativos; Jogos de estafetas.
- b) Movimentos ginásticos no solo e no ar (piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas, saltos, etc.);
- c) Jogos e brincadeiras adaptadas: goalball, voleibol sentado, entre outras.

**OBSERVAÇÃO:** Os conteúdos foram planejados para que ao longo dos trimestres seja preservada a *interdisciplinaridade* com o que será estudado no componente de Ciências Humanas e da Natureza, visando um concomitante aprofundamento e ampliação dos saberes.

#### 4. Propostas metodológicas

Contextualização dos conteúdos ao início das aulas, rodas de conversas, valorização do conhecimento prévio do aluno, discussão em grupo, aulas práticas, aulas teóricas, atividades práticas individuais e em grupos, utilização de materiais da escola e confeccionados pelos alunos, saídas de estudo (quando viabilizado pela UFSC).

#### 5. Avaliação

A avaliação acontecerá de forma contínua e permanente. Para a avaliação, serão realizados registros diários, a partir da observação dos alunos durante as aulas. Os itens a serem observados e avaliados são:

- a) Participação;
- b) Compreensão do conteúdo;
- c) Resolução de conflitos;
- d) Atitude e iniciativa;
- e) Roupas adequadas (segurança);
- f) Consciência social;

Ao final de cada trimestre será emitido um boletim conceitual do processo de ensino e aprendizagem por meio dos critérios de avaliação e seus respectivos conceitos: a) DR: Domina ou Realiza; b) RA: Realiza com ajuda; e c) PTM: Precisamos trabalhar mais.

#### Referências

- BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais. Brasília: MEC/SEF, 1998 (Área: Educação Física: Ciclos 3 e 4).
- BERTAZZOLI, B. F.; ALVES, D. A.; AMARAL, S. C. F.; Uma abordagem pedagógica para a Capoeira. **Motrivivência**. Porto Alegre, v. 14, n. 02, p. 207-229, maio/agosto de 2008.
- BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: Se o importante é competir, o fundamental é cooperar! Re-Novada. São Paulo: Projeto Cooperação, 1997. 170 p.
- CIDADE, R. E. A.; FREITAS, P. S. de. **Introdução à educação física e ao esporte para pessoas portadoras de deficiência**. Curitiba: UFPR, 2002. 122p
- ELSTNER, F. **Jogue conosco**: brincadeira e esportes para todos. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1984. 129p.
- GRUPO DE TRABALHO PEDAGÓGICO UFPe-UFSM. **Visão didática da Educação Física: análises críticas e exemplos práticos de aulas**. RJ: Ao Livro Técnico, 1991.
- KUNZ, L. (1991). **Educação Física**: ensino e mudanças. Ijuí: Unijuí.
- PETERS, L. L. ; COSTA, F. C. B. . Um jogo de parcerias entre Educação Física e Arte nas brincadeiras da cultura açoriana. In: FERNANDES, Maria Hermínia Lage (Org.). **Conversas de escola**. Florianópolis: UFSC, 2005, v. I, p. 67-81.
- SILVA, A. L. da; GRUPIONI, L. D. B. **A temática indígena na escola**: novos subsídios para professores de 1o. e 2o.graus. Brasília, DF: MEC: MARI: UNESCO, 1995. 575p.
- SOARES, C.L. Educação Física Escolar: conhecimento e especificidade. **Rev. paul. Educ. Fís.**, São Paulo, supl.2, p.6-12, 1996.
- SOARES, C.L. *et all.* **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- VYGOTSKI, L. S. **A Formação Social da Mente**. SP: Martins Fontes, 1994.

## 5º ANO - ANOS INICIAIS

---

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação

**CURSO:** Ensino Fundamental

**SÉRIE:** 5º ano (A, B, C) - Anos iniciais

**PROFESSORA:** Beatriz Staimbach Albino

**DISCIPLINA:** Educação Física

**ANO LETIVO:** 2019

---

### **1. Objetivos gerais da Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental:**

- Discutir as distintas práticas corporais culturalmente construídas ao longo do tempo, a partir das particularidades regionais/locais e globais/massificadas;
- Vivenciar distintas práticas corporais que possibilitem a compreensão do movimento nas constantes interações com o meio, com objetos e com distintos sujeitos, dentro do contexto no qual está inserido;
- Transpor os conteúdos apreendidos acerca da cultura corporal de movimento para situações concretas e cotidianas da vida pessoal e social (lazer), dando sentido e significado ao movimento nos diferentes contextos socioculturais e políticos nos quais estão inseridos;
- Vivenciar e apropriar-se da cultura corporal de movimento, de forma crítico-reflexiva, a partir de vivências e experiências motoras sequenciadas, progressivas e diversificadas, favorecendo o conhecimento sobre si e sobre o outro;
- Reconhecer e valorizar as manifestações e práticas corporais como forma de disseminação e propagação da cultura corporal de movimento e, também, como estímulo à prática contínua e duradoura das atividades ao longo da vida;
- Reconhecer e respeitar as diferenças físicas, cognitivas, sociais e culturais existentes entre os sujeitos envolvidos no processo educativo, sobretudo associadas à cultura corporal do movimento;
- Participar da construção de normas e orientações coletivas para viabilizar a ordem social e organização das vivências associadas à cultura corporal de movimento.

### **2. Objetivos específicos para o 5º ano**

#### 2.1) Dimensão conceitual

- Compreender as funções estratégico-táticas combinadas em resposta às situações ocorridas durante o jogo tanto de caráter ofensivo (marcar pontos) ou de ação defensiva (impedir o ponto do outro time).
- Estabelecer relações entre movimento humano, saúde individual e coletiva, manifestações esportivas e suas contradições, esporte da escola em uma perspectiva cooperativa e solidária.
- Refletir sobre os movimentos fundamentais presentes nos jogos e suas possibilidades de combinação, aperfeiçoamento e adaptação para a prática escolar.
- Observar e ter consciência do funcionamento de alguns órgãos do corpo antes, durante ou após a realização de um movimento: Batimentos Cardíacos, respiração, transpiração, temperatura, cansaço, esforço...etc.

#### 2.2) Dimensão procedimental

- Vivenciar com o grupo o aprendizado dos pequenos jogos esportivos de maneira cooperativa e alegre.
- Desenvolver uma percepção corporal quanto a estruturação do espaço através de sua equilibrada ocupação em virtude da distância, da largura e da profundidade estabelecida pela comunicação entre jogadores de uma mesma equipe ou dos componentes da outra equipe.
- Combinar de forma criativa as habilidades motoras básicas das três categorias de movimento (locomotoras, manipulativas e de equilíbrio) com boa coordenação motora e precisão de movimentos.
- Apresentar ligação entre o elemento do jogo (bola, arco taco, raquete...) combinado com suas capacidades motoras e cognitivas de forma integrada e relacional.
- Aprimorar as habilidades motoras de acordo com as suas características e experiências, encorajando o respeito ao seu tempo de aprendizagem e ao dos colegas.
- Realizar movimentos da ginástica de solo com desenvoltura e segurança.
- Aproximar-se do universo do atletismo, vivenciando algumas das modalidades do Atletismo, diversificando as possibilidades de correr, saltar, arremessar e lançar por meio do próprio corpo.
- Interagir mais diretamente com o meio-ambiente através de atividades desenvolvidas nos pequenos bosques da universidade, ou trilhas em outros lugares.

#### 2.3) Dimensão atitudinal

- Ampliar sua capacidade de escutar e dialogar, de trabalhar em grupo.
- Valorizar o espaço das aulas como um espaço de participação e construção coletiva.
- Auto gerenciar os espaços de aprendizagem e prática esportiva, sem a interferência constante de um mediador.
- Vivenciar através das atividades coletivas, situações em que a ação de um determina e é determinada pela ação do outro, atuando em duplas, equipes, pedir e dar ajuda, observar a ação do outro, exercer os potenciais em parceria com o outro, no exercício constante da solidariedade e controle das emoções.
- Incorporar princípios essenciais à sua educação: Cooperação, participação, emancipação, coeducação e convivência.

### **3. Conteúdo Programático**

#### **3.1 Primeiro trimestre: Jogos cooperativos; Jogos pré-desportivos.**

- a) Especificidades da Cooperação e Competição nos jogos e esportes.
- b) Conhecer modalidades esportivas socialmente conhecidas como tradicionais (futebol, vôlei, basquete, handebol e atletismo).
- c) Os conteúdos centrais do trimestre serão os jogos e brincadeiras coletivas e jogos pré-desportivos, reconhecendo suas regras e criando combinados coletivos. Os jogos serão vivenciados e depois reinventados, visando atender as demandas internas de todo o grupo e valorizando as habilidades individuais. As regras serão avaliadas e refletidas no exercício de coautoria nas aulas, visando tornar os alunos capazes de fazer escolhas e lidar de forma responsável com elas.
- d) Os jogos pré-desportivos desenvolvidos nas aulas devem conter materiais diversificados, elencados pelos alunos: bolas de diferentes tamanhos, taco, cesto, peteca, raquete, rede, etc.

#### **3.2 Segundo trimestre: Jogos pré-desportivos.**

- a) Os jogos e brincadeiras coletivas vivenciadas no primeiro trimestre serão reconhecidos e avaliados pelos alunos nos componentes: técnicos e táticos. Objetiva-se desenvolver o pensamento estratégico e que se reconheça as diferentes qualidades necessárias para uma equipe ter sucesso no jogo, estimulando ao mesmo tempo a adaptação do próprio jogo para que contemple as qualidades/habilidades dos alunos.
- b) Integração entre as turmas de 5ºs anos e realização das Olimpíadas.

#### **3.3 Terceiro trimestre: Modalidades esportivas alternativas e lazer. Atletismo. Capoeira.**

*Proposta de conteúdo do 5º ano:* Corpo humano: sistema digestório; sistema respiratório

*Proposta interdisciplinar da Educação Física:*

- a) Conhecimento sobre as reações da atividade física sobre o corpo humano. Práticas de respiração consciente.
- b) Introdução ao Atletismo.
- c) Reconhecer nos locais de nossa cidade, nos bairros em que moram, na própria escola, espaços que tornem possíveis práticas corporais aprendidas no decorrer do ano.
- d) Introdução à Capoeira. Movimentos ginásticos presentes na Capoeira.

### **4. Propostas metodológicas**

Contextualização dos conteúdos ao início das aulas, rodas de conversas, valorização do conhecimento prévio do aluno, discussão em grupo, aulas práticas, aulas teóricas, atividades práticas individuais e em grupos, utilização de materiais da escola e confeccionados pelos alunos, saídas de estudo (quando viabilizado pela UFSC).

### **5. Avaliação**

A avaliação acontecerá de forma contínua e permanente. Para a avaliação, serão realizados registros diários, a partir da observação dos alunos durante as aulas. Os itens a serem observados e avaliados são:

- a) Participação;
- b) Compreensão do conteúdo;
- c) Resolução de conflitos;
- d) Atitude e iniciativa;
- e) Roupas adequadas (segurança);
- f) Consciência social;

Ao final de cada trimestre será emitido um boletim conceitual do processo de ensino e aprendizagem por meio dos critérios de avaliação e seus respectivos conceitos: a) DR: Domina ou Realiza; b) RA: Realiza com ajuda; e c) PTM: Precisamos trabalhar mais.

## Referências

- BERTAZZOLI, B. F.; ALVES, D. A.; AMARAL, S. C. F.; Uma abordagem pedagógica para a Capoeira. **Motrivivência**. Porto Alegre, v. 14, n. 02, p. 207-229, maio/agosto de 2008.
- BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais. Brasília: MEC/SEF, 1998 (Área: Educação Física: Ciclos 3 e 4).
- BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: Se o importante é competir, o fundamental é cooperar! Re-Novada. São Paulo: Projeto Cooperação, 1997. 170 p.
- GONZÁLEZ, F. J.; BRACHT, V.; **Metodologia do ensino dos esportes coletivos**. Vitória: UFES, Núcleo de Educação Aberta e a Distância, 2012.
- GRUPO DE TRABALHO PEDAGÓGICO UFPe-UFSM (1991). Visão didática da Educação Física: análises críticas e exemplos práticos de aulas. RJ: Ao Livro Técnico.
- KUNZ, L. **Educação Física**: ensino e mudanças. Ijuí: Unijuí, 1991.
- KUNZ, E.; SOUZA, M. Unidade Didática 1 – Atletismo. In: KUNZ, E. (Org.) **Didática da Educação Física 1**. 3a ed. Ijuí: Unijuí, 2003, p. 19-54.
- LENZI, L.H.C. Resignificando jogos nas aulas de Educação Física a partir das idéias de Vygotski. **Revista Motrivivência**, Florianópolis, 8 (9), p. 328-334, 1996.
- MARQUES, C. L.; IORA, J. A. Atletismo escolar: possibilidades e estratégias de objetivo, conteúdo e método em aulas de educação Física. **Movimento**, Porto alegre, v. 15, n. 2, p. 103-118, abr/jun 2009.
- PETERS, L. L.; A mudança de significação do caráter do jogo em escolares: da perspectiva individualista para a coletiva. **Contra Pontos**, Itajaí, ano 1, n. 2, p.97-108, out/2001.
- SOARES, C.L. Educação Física Escolar: conhecimento e especificidade. **Rev. paul. Educ. Fís.**, São Paulo, supl.2, p.6-12, 1996.
- SOARES, C.L. *et all.* **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- VYGOTSKI, L. S. **A Formação Social da Mente**. SP: Martins Fontes, 1994.



## ANOS FINAIS

### 6º ANO - ANOS FINAIS

---

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação

**CURSO:** Ensino Fundamental

**SÉRIE:** 6º ano (A, B, C) - Anos iniciais

**PROFESSORA:** Victor Julierme Santos da Conceição

**DISCIPLINA:** Educação Física

**ANO LETIVO:** 2019

---

#### 1. CONTEXTUALIZAÇÃO DO PLANEJAMENTO

Parte-se do princípio que o homem é um sujeito sócio histórico, portanto, constrói e é construído nas relações sociais e culturais com o seu meio/sociedade. Constitui uma relação dinâmica, dialética que possibilita a construção cultural. Neste sentido, compreender as manifestações da cultura corporal de movimento é elemento principal, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito o seu mundo vivido. “Nessa perspectiva, o movimento é entendido como forma de comunicação com o mundo que é constituinte e construtora de cultura, mas, também possibilita á ela” (BRACHT, 2003, p. 45).

Nesta perspectiva, as práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, ressignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecendo uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entende-se que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Neste sentido, o estudante, protagonista da sua história, passa a constituir a concepção de autonomia, sociedade e cultura com base na consciência crítica. Estabelecendo reflexões críticas sobre a construção social das práticas corporais e a sua institucionalização na realidade socioeconômica.

Partimos do pressuposto que a escola tem entre suas funções a de introduzir os alunos no mundo sociocultural que a humanidade tem construído, com o objetivo de que eles possam incluir-se no projeto de sociedade, sempre renovado, da reconstrução desse mundo. Eles precisam aprender que nesse processo de construção a humanidade tem criado formas de representar o mundo, provisoriamente, mais defensáveis (dado sua universalidade) que outras, e que por isso são privilegiadas no processo de conservação cultural. Também que a humanidade tem promovido formas de convívio social que são mais defensáveis por permitir, entre outras coisas, que as pessoas possam participar/influenciar no processo de tomada de decisão política sobre questões que dizem respeito a todos e, portanto, são mais dignas de serem estimuladas e compreendidas. Finalmente, que a humanidade tem construído maneiras de validar essas formas de conhecer e conviver e, portanto, que precisam ser entendidas para continuar perguntando sobre o seu valor. Algo como compreender as “regras do jogo” para podermos interrogar sua pertinência (GONZÁLEZ, FENSTERSEIFER, 2009).

#### 2. OBJETIVOS

##### 2.1 OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO COLÉGIO DE APLICAÇÃO:

Participar de diferentes práticas corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, compreendendo os elementos mais avançados sobre diversidade, sejam cultural, étnica, racial e gênero;

Compreender o movimentar-se humano estabelecendo relações entre as capacidades e possibilidades individuais;

Conhecer, valorizar, apreciar e avaliar diferentes manifestações de cultura corporal de movimento, presentes no cotidiano sociocultural;

Saber organizar jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais buscando estabelecendo uma relação autônoma e crítica com a produção do conhecimento;

Compreender a origem e a dinâmica de transformação das representações e práticas corporais sociais que constituem a cultura corporal de movimento, seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual e com os agentes sociais envolvidos em sua produção;

Identificar, interpretar e recriar os valores, os sentidos, os significados e os interesses atribuídos às diferentes práticas corporais;

Compreender as relações das práticas corporais institucionalizadas com o mundo do trabalho e da produtividade;

Construir relações críticas e emancipadas sobre as práticas corporais contemporâneas;

Compreender o sujeito como parte de um sistema ecológico experienciando práticas corporais que estabelecem relação direta com a sustentabilidade do ambiente de vida.

## **2.2 OBJETIVO ESPECIFICO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O SEXTO ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL:**

Ampliar o debate sobre as capacidades físicas e habilidades motoras, compreendendo as possibilidades do se movimentar;

Compreender os elementos fundamentais de jogos cooperativos e competitivos;

Ampliar o trato do conhecimento sobre as práticas corporais na natureza e práticas corporais de aventura;

Sistematizar e ampliar o conhecimento sobre dança e expressão corporal em diferentes regiões do Brasil;

Sistematizar o conhecimento sobre o esporte e lazer, ampliando a compreensão sobre os deveres do estado e diretos do cidadão;

Sistematizar e ampliar o conhecimento sobre os esportes hegemônicos e contra hegemônicos.

## **3. PERSPECTIVA TEÓRICA QUE EMBASA O PENSAR A DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Parte-se do princípio que o homem é um sujeito sócio histórico, portanto, constrói e é construído nas relações sociais e culturais com o seu meio/sociedade. Constitui uma relação dinâmica, dialética que possibilita a construção cultural. Neste sentido, compreender as manifestações da cultura corporal de movimento é elemento principal, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito o seu mundo vivido. “Nessa perspectiva, o movimento é entendido como forma de comunicação com o mundo que é constituinte e construtora de cultura, mas, também possibilita á ela” (BRACHT, 2003, p. 45).

Nesta perspectiva, as práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, resignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecendo uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entende-se que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Neste sentido, o estudante, protagonista da sua história, passa a constituir a concepção de autonomia, sociedade e cultura com base na consciência crítica. Estabelecendo reflexões críticas sobre a construção social das práticas corporais e a sua institucionalização na realidade socioeconômica.

Partimos do pressuposto que a escola tem entre suas funções a de introduzir os alunos no mundo sociocultural que a humanidade tem construído, com o objetivo de que eles possam incluir-se no projeto de sociedade, sempre renovado, da reconstrução desse mundo. Eles precisam aprender que nesse processo de construção a humanidade tem criado formas de representar o mundo, provisoriamente, mais defensáveis (dado sua universalidade) que outras, e que por isso são privilegiadas no processo de conservação cultural. Também que a humanidade tem promovido formas de convívio social que são mais defensáveis por permitir, entre outras coisas, que as pessoas possam participar/influenciar no processo de tomada de decisão política sobre questões que dizem respeito a todos e, portanto, são mais dignas de serem estimuladas e compreendidas. Finalmente, que a humanidade tem construído maneiras de validar essas formas de conhecer e conviver e, portanto, que precisam ser entendidas para continuar perguntando sobre o seu valor. Algo como compreender as “regras do jogo” para podermos interrogar sua pertinência (GONZÁLEZ; FENSTERSEIFER, 2009).

Para compreender a Educação Física na perspectiva da cultura corporal de movimento é necessário entender o movimentar-se como uma complexa estrutura social de sentido e significado, em contextos e processos

sócio históricos específicos. Para Bracht (2003), o trabalho voltado á questões culturais se justificam pelo motivo que esta faz parte consubstancialmente da educação, pois:

a) a educação realiza a cultura como memória viva, reativação incessante e sempre ameaçada, fio precário e promessa da continuidade;

b) uma teoria cultural da educação vê a educação, a pedagogia e o currículo como campos de luta e conflito simbólicos, como arenas contestadas na busca da imposição de significados e de hegemonia.

Dado exposto, contribui para entender que o currículo é elemento de tencionamentos, de disputa de poder, portanto, ele deve ser flexível e refletir a realidade da comunidade escolar. Nesta perspectiva, o currículo é uma construção cultural. Por isso, entende-se que uma organização curricular com base na perspectiva sistêmica e nos aspectos filosóficos progressistas, necessite da participação efetiva dos estudantes. Entende-se que a participação efetiva não se resume na simples escolha do que se quer aprender, mas sim da importância e do significado de algumas práticas corporais.

A perspectiva curricular que é apresentada está amparada na compreensão **multicultural** em uma construção sistêmica do conhecimento a partir da abordagem sociocultural. Constituindo o trabalho **transdisciplinar** como base organizacional para ampliar a concepção sobre o mundo vivido, avançando em relação às falsas ilusões que um currículo cartesiano, baseado na simplificação da construção do conhecimento, desenvolve na formação do estudante na escola. Com isso, as práticas corporais assumem estratégica participação como elementos que devem ser tratados na disciplina de Educação Física. Contudo, entendemos que as práticas corporais por si só, não dão conta dos elementos que configuram a formação integral do estudante (crítico, emancipado, autônomo), por isso a necessidade de um trabalho que tenha a relevância social dos conteúdos e a contemporaneidade do conhecimento tratado como pontos centrais. Acompanhado a isso, um projeto educacional, que tenha com base o conhecimento, levando em consideração a relação de diferentes disciplinas sobre o conhecimento a ser tratado, se torna o central nesta proposta curricular.

No processo de sistematização sobre o conhecimento a ser tratado, entendemos que as práticas corporais se configuram a partir dos seguintes blocos de conhecimento:

PERCEPÇÃO CORPORAL

EXPRESSÃO CORPORAL

JOGOS, BRINCADEIRAS E ESPORTES

PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E ESTUDO SOBRE LAZER

TEMAS DE APROFUNDAMENTO DO CONHECIMENTO

Neste ciclo de escolarização (6 ano) o estudante passa a confrontar os dados da realidade com as representações do seu pensamento sobre eles. Começa a estabelecer nexos, dependências e relações complexas, representadas no conceito e no real aparente, ou seja, no aparecer social (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 35). Para os PCN (1997), neste ciclo de escolarização, se torna importante destacar a compreensão das regras e a autonomia para a organização das atividades, permitem ainda que os aspectos estratégicos dos jogos passem a fazer parte dos problemas a serem resolvidos pelo grupo e, nesse sentido, o professor pode interromper os jogos em determinados momentos, solicitando uma reflexão e uma conversa sobre qual estratégia mais adequada para cada situação, auxiliando assim para que novos aspectos tornem-se observáveis. O grau de dificuldade e complexidade dos movimentos pode aumentar — um pouco mais específicos, com desafios que visem um desempenho mais próximo daquele requerido nas atividades corporais socialmente construídas. Por exemplo, correr quicando uma bola de basquete, saltar e arremessar em suspensão, receber em deslocamento, chutar uma bola de distâncias mais longas, etc.

No processo de trato sobre as práticas corporais é importante dar destaque para os elementos que compõe o processo sociohistórico da constituição destas no contexto cultural. Para isso compreender os aspectos culturais que envolvem cada prática corporal é necessário dar destaque a processo histórico, para compreender como determinada atividade se tornou relevante no contexto contemporâneo da humanidade. Não “apenas” contar uma história, mas compreender como cada prática corporal foi construída historicamente pelo homem e humanidade, atribuindo valores e significados específicos. Elementos que atribuem a identidade social, cultural e econômica. Neste sentido, faz-se necessário a compreensão sobre os aspectos centrais que embasam a sociologia do esporte, e que contribuem para compreender para além do fazer sem significado, o fazer alienado. Compreender que as diferentes formas de como determinadas práticas corporais se manifestam, tem embasamento no campo da filosofia, sociologia e pedagógica. Portanto, a manifestação de uma determinada prática corporal é **sistêmica** e ampara a forma como os sujeitos de uma determinada cultura a compreendem e se manifestam sobre ela.

Além disso, tratar no campo da teoria e da prática, a compreensão sobre as regras que compõe as diferentes possibilidades de práticas. O entendimento das regras possibilita a prática emancipada, consciente a partir das limitações e possibilidades de uma determinada prática corporal. Entendemos que conhecer a regra por

ela mesma, não alcança a compreensão macrossocial da prática corporal. Por isso, é necessária a contextualização histórica que acompanha a construção das regras oficiais. Assim como, o debate sociocultural sobre os interesses e correlações de força que constituem as mudanças nas regras. Tratar com competência as práticas corporais demanda o conhecer com profundidade os elementos táticos e técnicos que constituem o fazer competente sobre o movimento humano

#### **4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

##### **UNIDADE 1- PERCEÇÃO CORPORAL (CONHECIMENTO SOBRE O CORPO NA SOCIEDADE. O QUE EU CONSIGO FAZER COM MEU CORPO?).**

Compreender os elementos que fazem parte da estrutura da composição corporal; Medidas antropométricas; Compreender a influência dos hábitos de vida na saúde (nutrição, atividade física, comportamentos de risco); Saúde como um dever do estado e direito do cidadão; Saúde e bem estar social; Capacidades físicas (força, velocidade, resistência, flexibilidade); Habilidades motoras (coordenação, equilíbrio, agilidade, lateralidade); Alongamento e aquecimento como componentes que influenciam nas diferentes práticas corporais; Doenças crônico-degenerativas; Analisar os espaços públicos para as práticas corporais; Compreender as condições de saneamento e a influencia na saúde do cidadão.

Compreensão sobre a composição corporal: mensurado e análise antropométricos;

Estudos sobre influência dos hábitos de vida na saúde;

Habilidades motoras e capacidades Físicas - possibilidades do movimentar-se;

Alongamento e aquecimento como componentes que influenciam nas diferentes práticas corporais.

##### **UNIDADE 2- PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E ESTUDO SOBRE LAZER.**

As práticas corporais de aventura procuram compreender o sujeito como parte de um sistema ecológico. Cujas relações sistêmicas estabelecem a compreensão e respeito sobre o meio ambiente. As práticas corporais são acompanhadas de diferentes manifestações do movimentar-se que estabelecem relação direta entre o sujeito e a sustentabilidade do seu ambiente de vida.

Trekking;

Slackline;

Sand Board;

Corrida de orientação;

Estudos sobre o Lazer;

Parkour.

##### **UNIDADE 3- EXPRESSÃO CORPORAL (O QUE EU CONSIGO EXPRESSAR ATRAVÉS DO MEU CORPO?).**

A expressão corporal aqui neste documento compreende diferentes formas de movimentar-se a partir da relação com o ritmo musical. Além disso a ideia de expressar com o seu próprio corpo é elemento central deste grupo de conhecimento. Ainda compreendemos esse componente curricular da Educação Física como manifestações cujo brincar está envolvido com todo o contexto. Muitos dos saberes tematizados pela educação física ligam-se diretamente a manifestações culturais brincantes, dançantes, expressivas e gímnicas que se colocam como formas de compreensão do homem e como meio educativo. Tal compreensão dá-se a partir de uma educação física compromissada com a formação humana, pautada em ações dialógicas, em que os elementos da cultura de movimento sejam valorizados como conhecimentos do cotidiano escolar (Rinaldi; Lara; Oliveira, 2009).

Técnicas de respiração consciente;

Técnicas de relaxamento;

Estudo e compreensão da Capoeira como elemento cultural;

Dança como elemento da cultura corporal: introdução a dança, danças folclóricas e regionais.

##### **UNIDADE 4 – JOGOS, BRINCADEIRAS E ESPORTES.**

Compreender as diferentes manifestações esportivas entendidas como hegemônicas e contra hegemônicas. Hegemônicas porque compõe o repertório cultural dos estudantes em um determinado contexto sócio histórico. Esportes que são largamente consumidos pelo mercado econômico, portanto fazem parte do cotidiano dos sujeitos. Ao compreender o esporte como manifestação cultural, os estudantes passam a

entender as lógicas que constituem o processo de construção das regras e posição social das diferentes modalidades esportivas. Para isso, a historização, compreensão dos elementos técnicos, regras e organização tática dos esportes, fazem parte do repertório de conteúdos de cada modalidade esportiva. A organização do conhecimento sobre os esportes inicia no terceiro ciclo de escolarização, com o início da sistematização do conhecimento, tratando os processos históricos e organização das regras de modalidades esportivas; no quarto ciclo com a ampliação da sistematização do conhecimento, retomando os elementos centrais que embasam a construção tática das modalidades, avançando na perspectiva de jogar o jogo de forma autônoma. Jogos cooperativos e suas relações com uma sociedade mais igualitária;  
Introdução aos jogos de tabuleiros;  
Jogos e brincadeiras regionais/tradicionais/populares (brincadeiras de roda, brincadeiras cantadas);  
Jogos pré desportivos - introdução aos esportes hegemônicos;  
Manifestações esportivas contra hegemônicas.

## **CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM**

Espera-se no decorrer do ano letivo que o aluno:

Produza alternativas para experimentação dos esportes hegemônicos e contra hegemônicos e das demais práticas corporais tematizadas na escola.

Problematize o processo histórico da construção das práticas corporais estudadas no ano letivo, ampliando o conhecimento sobre o movimentar-se dentro e fora da escola.

Experimente as diferentes propostas de movimentar-se compreendendo o seu processo de construção sócio cultural;

Participe ativamente das atividades e dos desafios propostos nas situações/problema advindos das práticas corporais;

Reconheça a si e ao outro frente as suas possibilidades corporais, bem como, pontos de vistas divergentes sem preconceitos;

Consiga ampliar o conhecimento sobre as atividades propondo mudanças e construa novas formas de fazer a partir do seu mundo vivido;

Respeite os colegas e professores, aceitando as diferenças, se colocando no lugar do outro.

## **5. AVALIAÇÃO TRIMESTRAL**

### **PRIMEIRO TRIMESTRE:**

**Reconhecimento sobre as diferentes habilidades motoras e capacidades físicas** - compreender os músculos envolvidos em práticas de alongamento e de força. (Valor= 3,0 pontos).

**Estudo sobre os comportamentos de risco a saúde e as condições sócio ambientais para manutenção da saúde** – entrevista com os familiares e análise das condições de ambientais, nos bairros onde os estudantes moram. Analisar as políticas públicas que envolvem a saúde coletiva. Construção de um portfólio destacando as condições de tempo para o cuidado da saúde, influência do estado na saúde dos sujeitos e atitudes pessoais para o cuidado com a saúde. Instrumento de avaliação: questionário e análise dos espaços físicos nos bairros. (Valor= 2,0 pontos).

**Estudo a partir do registro fotográfico sobre as possibilidades de esporte e lazer nos bairros onde moram os estudantes.** Análise sobre os espaços públicos para a prática de esportes. Construção de um banner sobre a temática. (Valor= 5,0 pontos).

Fotografar os espaços públicos para a prática de atividades de lazer e esporte;

Descreva, abaixo de cada foto, as práticas realizadas nestes espaços;

Analisar o estado de conservação destes espaços: limpeza, manutenção, etc.

### **SEGUNDO TRIMESTRE:**

**Construção coletiva de uma coreografia sobre danças folclóricas e regionais** para ser apresentada na festa das famílias. Aprofundamento a partir da pesquisa sobre uma dança regional e construção de uma coreografia. (Valor= 5,0 pontos).

**Estudo sobre capoeira-** pesquisa sobre história e os estilos da capoeira. Organizar painéis com informações (história, movimentos de defesa, movimentos de ataque, ginga,...) para serem expostas na escola. (Valor= 3,0 pontos).

**Estudo sobre os esportes hegemônicos** - Apresentação da história e regras das modalidades esportivas hegemônicas. Os trabalhos serão realizados no decorrer do trimestre, a partir de roteiros de pesquisa sobre elementos históricos, táticos e técnicos das modalidades trabalhadas. (Valor= 2,0 pontos).

### **TERCEIRO TRIMESTRE**

**Estudo sobre os esportes contra hegemônicos**- Apresentação da história e regras das modalidades esportivas hegemônicas e contra hegemônicas. Os trabalhos serão realizados no decorrer do trimestre, a partir de roteiros de pesquisa sobre elementos históricos, táticos e técnicos das modalidades trabalhadas. (Valor= 4,0 pontos).

**Construção de jogos e brincadeiras**- resgate de jogos e brincadeiras folclóricas. (Valor= 3,0 pontos).

**Construção de jogos cooperativos e competitivos.** (Valor= 3,0 pontos).

### **REFERÊNCIAS**

- FRANCO, L. C. P. A adaptação das atividades de aventura na estrutura da escola. *Anais... 5º CBAA – Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura*. São Paulo: Editora Lexia, 2010.
- BRACHT, V. (1992). **Educação Física e aprendizagem social**. Porto Alegre: Magister.
- BRODTMANN, D. (1986). Conteúdos de Ensino e Concepção de Ensino. In. DIECKERT, J., KURZ, D. & BRODTMANN, D. In: **Elementos e Princípios da Educação Física: uma ontologia**. RJ: Ao Livro Técnico.
- COLETIVO DE AUTORES (1992). **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez. (Coleção Magistério 2º grau - Série formação do professor).
- DARIDO, Suraya. SOUZA JÚNIOR, O M. **Para Ensinar Educação Física : Possibilidades de Intervenção na Escola**. Papirus Editora (2010)
- ELKONIN, Danii B. (1998). *Psicologia do Jogo*. Martins Fontes: São Paulo.
- GONZÁLES, F. J.; FENSTERSEIFER, P. E. Entre o “não mais” e o “ainda não”: pensando saídas do não-lugar da Educação Física escolar I. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 1, n. 1, 2009.
- GRUPO DE TRABALHO PEDAGÓGICO UFPe-UFSM (1991). **Visão didática da Educação Física: análises críticas e exemplos práticos de aulas**. RJ: Ao Livro Técnico.
- FRITZEN, S.J.(1981) *Jogos dirigidos para grupos, recreação e aulas de EF*. Petrópolis: Vozes.
- FRIEDMANN, A. (1996) **Brincar: crescer e aprender- o resgate do jogo infantil**. São Paulo: moderna.
- HILDEBRANDT, H. e LAGING, H. (1986). **Concepções Abertas no Ensino da Educação Física**. RJ: Ao Livro Técnico.
- KISHIMOTO, Tizuko Morchida. (2005) **Jogo, brinquedo e Brincadeira**. (Org.) SP: Cortez.
- KUNZ, L. (1991). **Educação Física: ensino e mudanças**. Ijuí:Unijuí.
- KRAGER, C.; ROTH, K. (2001). *Escola da bola*. SP:Phorte.
- LENZI, L.H.C. (1996).Resignificando jogos nas aulas de Educação Física a partir das idéias de Vygotski. In: *Revista Motrivivência: O jogo e o brinquedo na educação Física*. Florianópolis, 8 (9)
- MIRANDA, N.(1980) **200 Jogos Infantis**. SP:Itatiaia.
- MARQUES, R.M.; MARCONDES, E.; BERQUÓ, E; PRANDI, R. & YUNES, J. **Crescimento e Desenvolvimento pubertário em crianças e adolescentes brasileiros**. II Altura e Peso. SP: Ed. Brasiliense. Proposta Curricular para a rede municipal de ensino de Florianópolis: “Traduzindo em Ações as diretrizes a uma proposta curricular”. Florianópolis, 1996.
- RINALDI, Iara; LARA, Larissa ; OLIVEIRA, Amauri de. Contribuições ao processo de (re)significação da Educação Física escolar: dimensões das brincadeiras populares, da dança, da expressão corporal e da ginástica. **Revista Movimento**, , Porto Alegre, v. 15, n. 04, p. 217-242, outubro/dezembro de 2009.
- SCAGLIA, Alcides José e REVERTIDO, Riller Silva. **Pedagogia do Esporte: jogos coletivos de invasão**. SP: Phorte, 2009.
- SOARES, C.L., TAFFAREL, C.N.Z. & ESCOBAR, M.O.E.(1992) A educação Física escolar no século XXI. In: **Educação Física e Esportes:perspectivas para o século XXI**.
- VYGOTSKI, L. S. (1992). **Pensamiento y palabra. Obras Escogidas II**. Madrid: Visor Distribuciones
- \_\_\_\_\_. (1994). **A Formação Social da Mente**. SP: Martins Fontes.
- <https://pedagogiaohandebol.com.br/category/pedagogia-do-handebol/jogos-pedagogicos/>

**Disciplina:** Educação Física  
**Professora:** Ecléa Vanessa Canei Baccin  
**Ensino:** Fundamental  
**Série:** 7º ano  
**Turmas:** A – B e C  
**Ano Letivo:** 2019

---

## 1. SOBRE O COLÉGIO

### 1.1 OBJETIVO GERAL DO COLÉGIO

Proporcionar a transmissão, produção e apropriação crítica do conhecimento com o fim de instrumentalizar a responsabilidade social e a afirmação histórica dos educandos.

### 1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DO COLÉGIO

- Propiciar os conhecimentos necessários para instrumentalizar o educando na sua atuação, tornando-o crítico e produtivo no processo de transformação no mundo e na conseqüente construção de uma sociedade justa, humanitária e igualitária;
- Possibilitar ao educando a vivência de práticas democráticas concretas para que este possa desenvolver-se como sujeito livre, consciente e responsável na construção coletiva de sua realidade histórica;
- Proporcionar e desenvolver atividades de pesquisa e extensão que contribuam para a melhoria do ensino, como para formação continuada dos docentes.

## 2. SOBRE A DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Partimos do pressuposto de que o homem é um sujeito sócio histórico, constituído nas relações sociais e culturais numa relação dialética. Assim, compreendemos as manifestações da cultura corporal de movimento como elemento principal da disciplina, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito e o seu mundo vivido.

As práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, ressignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecer uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entendemos que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Entendemos que tais práticas corporais se configuram a partir dos seguintes elementos (apresentados como possibilidades nos PCN, 1997 e na proposta da BNCC, 2015-16):

- Ginástica;
- Lutas;
- Jogos e Brincadeiras;
- Esporte;
- Exercício Físico;
- Práticas corporais alternativas;
- Práticas corporais de aventura;
- Práticas corporais rítmicas.

### 2.1 OBJETIVOS GERAIS DA EDUCAÇÃO FÍSICA

- Participar de diferentes práticas corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, compreendendo os elementos mais avançados sobre diversidade, seja cultural, étnica, racial e gênero;
- Compreender o movimentar-se humano estabelecendo relações entre as capacidades e possibilidades individuais;

- Conhecer, valorizar, apreciar e avaliar diferentes manifestações de cultura corporal de movimento, presentes no cotidiano sociocultural;
- Saber organizar jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais buscando estabelecer uma relação autônoma e crítica com a produção do conhecimento;
- Compreender a origem e a dinâmica de transformação das representações e práticas corporais sociais que constituem a cultura corporal de movimento, seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual e com os agentes sociais envolvidos em sua produção;
- Identificar, interpretar e recriar os valores, os sentidos, os significados e os interesses atribuídos às diferentes práticas corporais;
- Compreender as relações das práticas corporais institucionalizadas com o mundo do trabalho e da produtividade;
- Construir relações críticas e emancipadas sobre as práticas corporais contemporâneas;
- Compreender o sujeito como parte de um sistema ecológico, experienciando práticas corporais que estabelecem relação direta com a sustentabilidade do ambiente de vida;
- Propor conhecimentos teóricos e atividades práticas, que possibilitem o desenvolvimento do movimento intencional como expressão da individualidade do aluno e reflexo de sua participação coletiva.

## 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA OS 7ºS ANOS

- Promover ao professor e ao aluno a possibilidade
- de acompanhamento de seu desenvolvimento por meio da comparação das medidas alcançadas durante o ano nos testes antropométricos e neuromotores;
- Tornar o aluno capaz de expressar-se por meio de diferentes linguagens – verbal, matemática, gráfica, plástica e corporal, para comunicar suas ideias, interpretar e usufruir das produções da cultura;
- Desenvolver habilidades e movimentos, com autonomia, reconhecendo no próprio corpo o que ele é capaz de criar e executar;
- Compreender as lesões no esporte;
- Pensar e vivenciar o esporte adaptado;
- Reconhecer a importância da atividade física como meio promocional da saúde;
- Manter a realização de brincadeiras e jogos (cultura popular) como ferramenta importante de educação e transmissão de conhecimento da disciplina visando uma aprendizagem prazerosa;
- Desenvolver as competências motoras, cognitivas, sociais e comunicativas, essenciais para o seu processo de desenvolvimento individual;
- Vivenciar os esportes coletivos e individuais, bem como jogos recreativos, cooperativos e competitivos;
- Conhecer e experienciar os elementos básicos dos sistemas técnico-tático e das regras dos jogos;
- Vivenciar as modalidades do atletismo;
- Utilizar de meios ativos de valorização da importância da conservação ambiental (caminhadas e trilhas).

## 3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### Blocos de Conteúdos

#### 1º BLOCO – PERCEPÇÃO CORPORAL (O QUE EU CONSIGO FAZER COM MEU CORPO)

Medidas antropométricas e testes neuromotores (conceitos sobre as medidas, realização das medidas antropométricas e testes neuromotores, organização dos dados em tabelas e gráficos para ampliar a compreensão dos estudantes sobre os conteúdos); atividade física e saúde; estudo sobre nutrição; capacidades físicas (força, velocidade, resistência aeróbia, flexibilidade, equilíbrio – trabalho com cordas, bambolês, cones e materiais alternativos); a importância sobre o aquecimento e o alongamento.

#### 2º BLOCO – EXPRESSÃO CORPORAL (O QUE EU CONSIGO EXPRESSAR ATRAVÉS DO MEU CORPO)

Conceito de danças folclóricas e regionais e suas diferentes manifestações nas diversas regiões do país; ginástica de conscientização corporal : massagem, técnicas de respiração e relaxamento.

### **3º BLOCO – JOGOS E ESPORTES**

Jogos cooperativos (finalização do conteúdo), Jogos de tabuleiros (treinando os jogos já aprendidos (trilha, dama) e iniciação ao xadrez; criação de jogos); jogos pequenos, médios e grandes, circuitos; construção de regras nos jogos; jogos competitivos (e diferença entre os cooperativos e competitivos); jogo jogado, criado e transformado a partir dos jogos pré-desportivos (Vôlei: volençol, câmbio, vôlei sentado / Futebol: futebol para cegos (bola de guizo), futebol de duplas / Handebol: queimada, troca turma, dodgeball, quatro campos / Basquetebol: vinte um, cesta móvel, corrida à cesta); desconstrução das modalidades esportivas para a adaptação. Esportes contra hegemônicos (esportes com taco, rugby, esportes aquáticos), iniciação aos esportes hegemônicos e atletismo Provas de campo adaptadas (arremesso de pelota; salto em distância); provas de pista adaptadas (50m; 8x50m; 600m).

Compreender as diferentes manifestações esportivas entendidas como hegemônicas e contra hegemônicas. Hegemônicas porque compõe o repertório cultural dos estudantes em um determinado contexto sócio histórico. Esportes que são largamente consumidos pelo mercado econômico, portanto fazem parte do cotidiano dos sujeitos. Ao compreender o esporte como manifestação cultural, os estudantes passam a entender as lógicas que constituem o processo de construção das regras e posição social das diferentes modalidades esportivas. Para isso, a historização, compreensão dos elementos técnicos, regras e organização tática dos esportes, fazem parte do repertório de conteúdos de cada modalidade esportiva.

A organização do conhecimento sobre os esportes inicia no terceiro ciclo de escolarização, com o início da sistematização do conhecimento, tratando os processos históricos e organização das regras de modalidades esportivas; no quarto ciclo com a ampliação da sistematização do conhecimento, retomando os elementos centrais que embasam a construção tática das modalidades, avançando na perspectiva de jogar o jogo de forma autônoma.

### **4º BLOCO – PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA**

As práticas corporais de aventura procuram estabelecer o sujeito como parte de um sistema ecológico, cujas relações sistêmicas estabelecem a compreensão e o respeito sobre o meio ambiente.

Essas práticas vêm acompanhadas de diferentes manifestações esportivas que estabelecem relação direta entre o sujeito e a sustentabilidade do seu ambiente de vida: trekking, slackline, parkour, corrida orientada: arborismo, estudos sobre lazer (compreensão das práticas de lazer).

#### **Temas Transversais**

Mulheres no esporte; racismo no esporte; lesões no esporte.

### **4. CRONOGRAMA**

Duas aulas de 65 minutos / 40 semanas

Carga total de 120 horas aula

### **5. AVALIAÇÃO**

A avaliação será processual, com observações diárias acerca da assiduidade, pontualidade, participação e responsabilidade nas aulas. Alguns instrumentos serão utilizados no processo avaliativo: pesquisas referentes ao conteúdo proposto e aplicação de trabalhos teóricos e práticos, individuais e coletivos.

#### **Referências**

AWAD, H. Educação Física Escolar: Múltiplos caminhos. Jundiaí, SP, Fontoura, 2010.

BETTI, M. (2002). Educação Física Escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte. São Paulo, 1, (1), 73-81

BRACHT, V. (2000). Esporte na Escola e Esporte de rendimento. Revista Movimento. Porto Alegre, 4 (12), 14-24.

DARIDO, S.C. Para ensinar a educação física: possibilidades de intervenção na escola. 7ª ed. Campinas, SP: Papirus, 2013.

DARIDO, S.C. Educação Física na Escola: Questões e Reflexões. Topazio, 1999.

DARIDO, S. C.; RODRIGUES, L. H.; RAMOS, G. N. S.; GALVÃO, Z.; FERREIRA, L. A.; MOTA E SILVA, E. V.; SANCHES NETO, L.; RANGEL, I. C. A.; PONTES, G. H. & CUNHA, F. (2006). Educação física e temas transversais: possibilidades de aplicação. São Paulo: Editora Mackenzie.

FLORES, L. S.; GAYA, A. R.; PETERSEN, R. D. S.; GAYA, A. Trends of underweight, overweight, and obesity in Brazilian children and adolescents. *Jornal de Pediatria*, v. 89, n. 5, p. 456–61, 2013. Sociedade Brasileira de Pediatria.

GALLAHUE, David; OZMUN, John. Compreendendo o desenvolvimento motor. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Ed). O ensino dos jogos desportivos. Porto: CEJD, 1994.

KISHIMOTO, Tizuko Morchida. Jogo, brinquedo e brincadeira. (Org.) São Paulo: Cortez, 2005.

LIBÂNEO, J. C. O sistema de organização e gestão da escola. Organização e Gestão da Escola - teoria e prática. 4ª ed. Goiânia: Alternativa, 2001.

MALINA, R.M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. Crescimento, Maturação e Atividade Física. 2ª Ed. São Paulo: Phorte, 2009.

Parâmetros Curriculares Nacionais: EF/Secretaria de Educação Fundamental-Brasília: MEC/SEF, 1997.

NAHAS, M. V. (2001). Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida – Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo. Ed. Midiograf, Londrina.

OLIVEIRA, A.A.B. et al. Ensinando e aprendendo esportes no Programa Segundo Tempo. V.1. Maringá: Eduem, 2011.

PELLEGRINI, A.M. et al. Desenvolvendo a coordenação motora no ensino fundamental. In: PINHO, Sheila Zambello de; SAGLIETTI, José Roberto Corrêa. (Org.). Núcleos de Ensino. São Paulo: UNESP, 2005. p. 178-191.

PIRES, G.L.; NEVES, A. O trato com o conhecimento esporte na formação em educação física: possibilidades para sua transformação didático-metodológica. In: KUNZ, E. (org.). Didática da educação física 2. 3.ed. Ijuí: Unijuí, 2005.

PETROSKI, E. L. Antropometria: técnicas e padronizações. 2ª Ed. Porto Alegre: Pallotti, 2003.

TANI, Go. Comportamento Motor: Aprendizagem e Desenvolvimento. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.a, 2005.

**Disciplina:** Educação Física  
**Professora:** Mara Cristina Schneider  
**Ensino:** Fundamental  
**Série:** 8º ano  
**Turmas:** A – B e C  
**Ano Letivo:** 2019

---

## 1 OBJETIVO GERAL

Promover o aprendizado e o desenvolvimento da cultura corporal (aspectos físicos, psicológicos, intelectuais, técnico-táticos, científicos, educacionais, culturais, sociais, históricos, econômicos e políticos) privilegiando princípios como ludicidade, criatividade, trabalho coletivo, auto-organização, iniciativa, autonomia, cooperação, solidariedade e pensamento crítico.

## 2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 2.1 Explicar e mensurar medidas antropométricas de peso e estatura, bem como o índice de massa corporal (IMC), a frequência cardíaca (FC) e a pressão arterial (PA);
- 2.2 Evidenciar e discutir a influência dos hábitos de vida na saúde;
- 2.3 Conhecer algumas doenças crônico-degenerativas;
- 2.4 Compreender a saúde e o lazer como direitos sociais fundamentais e deveres do Estado para a promoção do bem-estar social;
- 2.5 Identificar as capacidades físicas, as habilidades motoras e sua presença nos diferentes elementos da cultura corporal;
- 2.6 Perceber os alongamentos e aquecimentos como componentes que influenciam as diferentes práticas corporais;
- 2.7 Apresentar as ginásticas de condicionamento físico;
- 2.8 Vivenciar técnicas de meditação, respiração consciente e relaxamento;
- 2.9 Conhecer as danças clássicas e a contemporânea e vivenciar os passos básicos;
- 2.10 Conhecer as lutas e vivenciar alguns movimentos básicos;
- 2.11 Tratar do jogo jogado, jogo criado e jogo transformado;
- 2.12 Aprimorar os conhecimentos teórico-práticos dos esportes hegemônicos e vivenciar jogos pré-desportivos, adaptados e o próprio jogo;
- 2.13 Historicizar e desconstruir o esporte hegemônico e seus megaeventos (Copa do Mundo), visando ao conhecimento crítico e científico de seus princípios, regras, características e finalidades;
- 2.14 Sistematizar um modelo cooperativo, lúdico e inclusivo de olimpíadas escolares;
- 2.15 Desenvolver movimentações básicas e estratégias táticas do xadrez
- 2.16 Realizar uma caminhada em trilha para promover a interação homem-natureza e discutir esta relação;
- 2.17 Ensinar a leitura topográfica e a utilização de bússola para a realização de uma corrida orientada;
- 2.18 Conhecer e experienciar atividades adaptadas para o rapel, a escalada e a pista de cordas e
- 2.19 Aprimorar o conceito de lazer e de mundo do trabalho.
- 2.20 Estudar e discutir questões contemporâneas no esporte como gênero, racismo, homofobia, violência, mídia, marketing, rendimento, lazer e participação.

## 3 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### UNIDADE 1

- 3.1 Explicação e mensuração das medidas antropométricas [peso, altura, índice de massa corporal (IMC), frequência cardíaca (FC) e pressão arterial (PA)].
- 3.2 A influência dos hábitos de vida na saúde (nutrição, atividade física, comportamentos de risco).
- 3.3 Doenças crônico-degenerativas. Saúde como um direito social e dever do Estado. Saúde e bem-estar social.
- 3.4 Estudo das capacidades físicas (força, velocidade, resistência, flexibilidade), das habilidades motoras (coordenação, equilíbrio, agilidade, lateralidade) e de sua presença nos diferentes esportes.
- 3.5 Alongamento e aquecimento como componentes que influenciam as diferentes práticas corporais.

### UNIDADE 2

3.6 Ginásticas de condicionamento físico (história da ginástica, métodos ginásticos, significados e sentidos do condicionamento físico no contexto contemporâneo, modalidades: step, ginástica localizada, ginástica aeróbica, musculação, cinesioterapia, ginástica laboral, ginástica corretiva, pilates, reeducação postural global – RPG, etc).

3.7 Meditação (tai chi chuan). Técnicas de respiração consciente.

3.8 Técnicas de relaxamento.

3.9 Danças clássicas: tipos e estilos (ballett, valsa vienense, valsa inglesa, slow foxtrote, quick step e tango).

3.10 Dança contemporânea.

3.11 Lutas (brasileiras, medievais, orientais e ocidentais).

#### UNIDADE 3

3.12 Trato sobre o jogo jogado, jogo criado e jogo transformado.

3.13 Manifestações esportivas hegemônicas (futebol de campo, de areia, suíço, futsal e futevôlei; voleibol de quadra e de praia; handebol de quadra, de campo e de areia; basquetebol de quadra e de rua e atletismo: provas de campo e de pista).

3.14 Jogos pré-desportivos e adaptados (futebol de duplas e golbol; volençol, vôlei de quartetos, câmbio e vôlei sentado; queimada, quatro campos, pebolim gigante, mini-handebol e handebol em cadeiras de rodas; vinte um, cesta móvel, corrida à cesta, basquete em cadeira de rodas e basquete de rua).

3.15 Processo de historicização e desconstrução do esporte hegemônico, visando ao conhecimento crítico e científico de seus princípios, regras, características e finalidades. Sistematização de um modelo cooperativo, lúdico e inclusivo de olimpíadas escolares.

3.16 Xadrez: movimentações básicas e desenvolvimento tático.

#### UNIDADE 4

3.17 Trekking (caminhada). Trilha (Morro das Feiticeiras). Caminho dos Tropeiros.

3.18 Corrida orientada: leitura topográfica e utilização da bússola.

3.19 Alpinismo: rapel, escalada e pista de cordas.

3.20 Questões contemporâneas no esporte: gênero, racismo, homofobia, violência, mídia, marketing, rendimento, lazer e participação.

### 4 METODOLOGIA

O ensino dos conteúdos organizados para o currículo do 8o Ano se baseará nos cinco passos metodológicos propostos por Dermeval Saviani:

1o) Prática social: é o que é comum ao professor e aos alunos. Observamos que o professor e os alunos estão em diferentes níveis de compreensão e podem posicionar-se diferentemente numa situação. O professor, segundo o autor, possui uma compreensão mais elaborada dos conteúdos, tendo a tarefa de mediar o aprendizado e desenvolvimento dos alunos, para que os mesmos alcancem o seu nível de entendimento da prática social.

2o) Problematização: levantar problemas a partir da prática social, detectando questões que precisam ser resolvidas.

3o) Instrumentalização: a apropriação (por parte dos alunos) de instrumentos teórico-práticos transmitidos direta e/ou indiretamente pelo professor, para a resolução das questões levantadas durante as aulas.

4o) Catarse: forma elaborada de pensamento onde os elementos culturais (conteúdos) passam a ser elementos ativos de transformação social.

5o) Prática social transformada: é o ponto de chegada, sendo não mais compreendido de forma sincrética pelos alunos e de forma sintética e precária pelo professor. Neste momento tanto professor como alunos chegam à compreensão da síntese orgânica (concreto pensado).

O importante nesse processo é que se pode perceber um salto qualitativo no conhecimento do aluno, visto que este, durante a aula, confronta seu saber cotidiano (sincrético, confuso), com o saber científico, e desse encontro conflituoso ocorre uma síntese qualitativa, que representa uma ampliação das referências do pensamento do aluno. Vale ressaltar que tanto o senso comum, quanto o conhecimento científico, são provisórios, espirais, simultâneos, e exercem entre si tanto uma relação antagônica (de ruptura, afastamento) como uma relação de continuidade (lógica dialética).

Associado ao método de ensino de Saviani, adotarei métodos criativos de ensino (TAFFAREL, 1985) baseados no jogo, visando a estimular nos alunos, ao fim, o desenvolvimento de princípios como ludicidade, criatividade, trabalho coletivo, auto-organização, iniciativa, autonomia, cooperação, solidariedade e pensamento crítico.

Serão desenvolvidas atividades individuais (provas e trabalhos teóricos e práticos, etc) e coletivas (trabalhos, jogos, seminários, rodas de conversa, debates, etc). O desenvolvimento destas atividades considerará o seguinte princípio: “De cada um segundo suas possibilidades. A cada um segundo suas necessidades”, o que significa que os alunos terão um papel mediador importante na aula, auxiliando (segundo suas

possibilidades) os colegas e/ou sendo auxiliados (segundo suas necessidades) por eles. Esta ideia se articula ao pensamento da psicologia histórico-cultural de Vygotsky. Como questões centrais de seus estudos, podemos destacar: a gênese dos processos psicológicos superiores; a importância da mediação/internalização dos conceitos científicos através da escola; a relação entre aprendizado e desenvolvimento; a zona de desenvolvimento proximal; a relação entre pensamento e linguagem; a relação dialética entre indivíduo e sociedade/cultura/natureza; o desenvolvimento da linguagem escrita; o papel do brinquedo no desenvolvimento da criança; etc. Percebemos que essas questões apresentam importantes reflexões sobre o processo de formação das funções psicológicas superiores, o qual exige o acesso à escola e à mediação do professor para concretizar-se.

## 5 AVALIAÇÃO

Serão critérios de avaliação: a frequência; a pontualidade; o envolvimento, interesse e participação individual nas atividades realizadas; o processo de desenvolvimento da turma (ampliação dos conhecimentos; desenvolvimento do pensamento crítico e criativo, do trabalho coletivo, solidário e cooperativo, da auto-organização, da iniciativa, da autonomia e da ludicidade e aprimoramento técnico-tático). A avaliação será processual e tomará como ponto de partida o nível atual de desenvolvimento dos alunos - constatado por meio de uma avaliação diagnóstica inicial - e seu nível potencial de desenvolvimento (potencialidades), expresso por meio dos objetivos deste plano.

## Referências

- COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do Ensino de Educação Física. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2009.
- FREITAS, LUIS C. DE. Crítica da organização do trabalho pedagógico e da didática. 11. ed. Campinas, SP: Papirus, 1995.
- LEONTIEV, Alexis. O desenvolvimento do psiquismo. 2. ed. São Paulo: Centauro, 2004. LEONTIEV, ALEXIS; VYGOTSKY, LEV S.; LURIA, ALEXANDER R. Psicologia e Pedagogia: bases psicológicas da aprendizagem e do desenvolvimento. São Paulo: Centauro, 2003.
- LURIA, ALEXANDER R. Desenvolvimento cognitivo: seus fundamentos culturais e sociais. São Paulo: Ícone, 1990.
- OLIVIER, Jean-Claude. Das brigas aos jogos com regras: enfrentando a indisciplina na escola. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.
- SAVIANI, D. Escola e democracia: 33. ed. Campinas, São Paulo: Autores Associados, 2000. TEIXEIRA JUNIOR, Jobber. Futebol de salão: uma nova visão pedagógica. São Paulo: Sagra, 1990. VELARDI, Marília. Metodologia do ensino em Educação Física: contribuições de Vygotsky para as reflexões sobre um modelo pedagógico. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. 200f. Campinas, São Paulo, 1997.
- VIGOTSKI, LEV S. Psicologia pedagógica. São Paulo: Martins Fontes, 2016.
- \_\_\_\_\_. A construção do pensamento e da linguagem.
- VIGOTSKII, LEV S.; LURIA, ALEXANDER R.; LEONTIEV, ALEXIS. Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem. São Paulo: Ícone, 1988.
- VYGOTSKY, LEV S. Pensamento e Linguagem. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- \_\_\_\_\_. A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- \_\_\_\_\_. Estudos sobre a história do comportamento: o macaco, o primitivo e a criança. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

**Disciplina:** Educação Física  
**Professora:** Paula Pereira Rotelli  
**Ensino:** Fundamental  
**Série:** 9º ano  
**Turmas:** A – B e C  
**Ano Letivo:** 2019

---

## 1. INTRODUÇÃO

A partir de 2018 a Educação Física nos Anos Finais do Ensino Fundamental desenvolve o trabalho por Ciclos de Escolarização, estando o 9º ano no 4º Ciclo, juntamente com o 8º ano. Neste Ciclo trabalha-se o aprofundamento dos Blocos de Conhecimentos, que são: 1º bloco – Percepção Corporal, 2º bloco – Expressão Corporal, 3º bloco – Jogos, Brincadeiras e Esportes, 4º bloco – Práticas Corporais de Aventura e Estudos sobre o Lazer. Cada um destes blocos contemplam conteúdos destinados aos oitavos e/ou nonos anos, como explicitado na tabela a seguir:

### **1º BLOCO: PERCEPÇÃO CORPORAL**

**CONTEÚDOS/ANOS SÉRIE 8º ANO                      9º ANO**

**Antropometria**

**Influência dos hábitos de vida na saúde**

**Saúde como um dever do Estado**

**Capacidades Físicas**

**Alongamento e aquecimento como componentes que influenciam nas diferentes práticas corporais**

**Doenças crônico-degenerativas**

### **2º BLOCO: EXPRESSÃO CORPORAL**

**CONTEÚDOS/ANOS SÉRIE 8º ANO                      9º ANO**

**GINÁSTICAS DE CONDICIONAMENTO FÍSICO (Conhecimento teórico sobre)**

**Meditação**

**Ioga**

**Técnicas de respiração consciente**

**Técnicas de relaxamento**

**DANÇA E EXPRESSÃO CORPORAL**

**Danças contemporâneas**

**Danças clássicas**

**Aulas teóricas de dança / Danças circulares**

### **3º BLOCO: JOGOS, BRINCADEIRAS E ESPORTES**

**CONTEÚDOS/ANOS SÉRIE 8º ANO                      9º ANO**

**Xadrez MOVIMENTAÇÕES BÁSICAS                      JOGADAS**

**Trato sobre o Jogo jogado, Jogo criado, Jogo transformado**

**Processo de desconstrução das modalidades esportivas para a adaptação                      FUTEBOL**

**Manifestações esportivas hegemônicas VOLEIBOL,**

**FUTEBOL                      BASQUETEBOL, HANDEBOL**

**VOLEIBOL**

**Lutas                      CARATÊ**

### **4º BLOCO: PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E ESTUDOS SOBRE O LAZER**

**CONTEÚDOS/ANOS SÉRIE 8º ANO                      9º ANO**

**Trekking**

**Alpinismo: Rapel, escalada e pista de cordas                      RAPEL, ESCALADA P I S T A                      D E                      C O R D A S**

**(ARVORISMO)**

**Stand up Paddle**

Observamos que alguns conteúdos perpassam diversos outros conteúdos, como “Alongamento e aquecimento como componentes que influenciam nas diferentes práticas corporais”; ou perpassam conteúdos mais específicos como as “Técnicas de respiração consciente” e “Técnicas de relaxamento”, diretamente

relacionados à Ioga; já o conteúdo "Trato sobre o Jogo jogado, Jogo criado, Jogo transformado" perpassa todos os conteúdos do 3º bloco – Jogos, Brincadeiras e Esportes, por exemplo.

Para contemplar o trabalho com todos os conteúdos que devem ser abordados no 9º ano, realizamos sua distribuição pedagógica, por trimestre, da seguinte maneira:

- 1º trimestre: Processo de desconstrução das modalidades esportivas para a adaptação (Futebol), Antropometria, Manifestações esportivas hegemônicas (Handebol), Capacidades Físicas.
- 2º trimestre: Xadrez, Manifestações esportivas hegemônicas (Voleibol e Basquetebol), Doenças crônico-degenerativas, Atletismo.
- 3º trimestre: Danças Circulares, Ioga, Stand up Paddle, Lutas (Caratê), Trekking (Trilha) e Pista de Cordas (Arvorismo).

## **2. OBJETIVO GERAL:**

O objetivo geral deste trabalho será o de buscar desenvolver e aperfeiçoar habilidades motoras relacionadas às manifestações da cultura corporal de movimento que serão abordadas e vivenciadas (Futebol, Basquete, Handebol, Caratê, Ioga, Danças Circulares, Stand up Paddle, Atletismo e Pista de Cordas), além de promover um resgate histórico de seu surgimento e de suas trajetórias no Brasil, assim como compreender estas manifestações em suas diversas formas, atentando para as dimensões política, econômica, cultural e social que impedem ou favorecem sua prática enquanto formas de lazer e promoção da saúde física e mental.

### **Objetivos específicos:**

Para atingir o objetivo geral é necessário traçar os seguintes objetivos específicos:

\* 1º trimestre:

- definir a modalidade esportiva Futebol e algumas de suas variantes (futebol de campo, futebol de areia, futebol de salão, futebol de cinco, futebol de sete, rúgbi, futebol society, futebol de várzea, futebol de mesa, futebol freestyle, futevôlei, showbol, futebol de pântano);
- identificar as quadras/campos e equipamentos necessários para realização dos jogos de Futebóis;
- vivenciar diversas formas de se jogar futebol;
- definir a Copa do Mundo de Futebol;
- debater temas "polêmicos" relacionados à Copa do Mundo;
- debater temas políticos, econômicos, sociais e culturais relacionados diretamente ao Futebol;
- elaborar um jogo de futebol com regras que contemplem a inclusão de todos.
- definir peso, altura, IMC, PA, FC;
- definir capacidades físicas, força, resistência, agilidade, velocidade, equilíbrio, flexibilidade e coordenação motora;
- definir a modalidade esportiva Handebol dentro da perspectiva hegemônica e seu objetivo;
- identificar a quadra e equipamentos necessários para realização dos jogos Handebol;
- identificar algumas regras básicas indispensáveis à prática do Handebol;
- identificar as posições dos jogadores em quadra e definir suas funções básicas, além de executá-las na prática;
- definir e efetuar os fundamentos básicos do Handebol;
- definir e efetuar corretamente o posicionamento de defesa no Handebol.

\* 2º trimestre:

- definir o Atletismo;
- identificar as modalidades do Atletismo;
- definir Salto em Distância, Salto em Altura, Arremesso de Peso, Corridas e Revezamento;
- efetuar o salto em distância;
- efetuar o salto em altura;
- efetuar o arremesso de peso;
- efetuar as corridas e revezamento;
- organizar a participação no Festival de Atletismo do CA.
- definir o Xadrez;
- identificar a história do Xadrez e algumas curiosidades sobre o jogo;
- identificar as peças do Xadrez e suas movimentações;
- identificar e efetuar as jogadas Roque e En Passant;

- definir o Caratê;
- identificar os estilos e a história do Caratê;
- identificar e efetuar as técnicas de defesa do Caratê (estilo Shotokan);
- identificar e efetuar as técnicas de ataque do Caratê (estilo Shotokan);
- definir o kata no Caratê;
- mesclar técnicas de ataque e defesa do Caratê (estilo Shotokan);
- definir a modalidade esportiva Voleibol dentro da perspectiva hegemônica e seu objetivo;
- identificar a quadra e equipamentos necessários para realização dos jogos Voleibol;
- identificar algumas regras básicas indispensáveis à prática do Voleibol;
- identificar as posições e funções dos jogadores de Voleibol em quadra;
- definir e executar os fundamentos básicos do Voleibol;
- definir e executar corretamente o posicionamento de defesa no Voleibol;
- definir a modalidade esportiva Basquetebol dentro da perspectiva hegemônica e seu objetivo;
- identificar a quadra e equipamentos necessários para realização dos jogos Basquetebol;
- identificar algumas regras básicas indispensáveis à prática do Basquetebol;
- identificar as posições e funções dos jogadores em quadra;
- definir e executar os fundamentos básicos do Basquetebol;
- definir e executar corretamente o posicionamento de defesa no Basquetebol;
- definir as Doenças crônico-degenerativas;
- identificar tipos de doenças crônico-degenerativas;
- identificar os maus hábitos que favorecem o desenvolvimento de algumas doenças crônico-degenerativas;

\* 3º trimestre:

- definir o Caratê;
  - identificar os estilos e a história do Caratê;
  - identificar e efetuar as técnicas de defesa do Caratê (estilo Shotokan);
  - identificar e efetuar as técnicas de ataque do Caratê (estilo Shotokan);
  - definir o kata no Caratê;
  - mesclar técnicas de ataque e defesa do Caratê (estilo Shotokan);
  - definir a Dança;
  - identificar os tipos de danças;
  - definir as Danças Circulares;
  - realizar coreografias de Danças Circulares;
  - definir a Ioga;
  - realizar movimentos tradicionais da Ioga;
- definir o Stand up Paddle;
- definir Trekking;
  - identificar os tipos de Trekking e os equipamentos necessários na prática do Trekking;
  - participar de uma atividade de Trekking (trilha).
  - definir Pista de Cordas e Arvorismo;
  - efetuar travessia em pista de cordas;
  - organizar a participação nas Olimpíadas do CA.

### 3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- ✓ Futebol
- ✓ Antropometria
- ✓ Handebol
- ✓ Capacidades Físicas
- ✓ Caratê
- ✓ Xadrez
- ✓ Voleibol
- ✓ Basquete
- ✓ Doenças crônico-degenerativas
- ✓ Trekking
- ✓ Atletismo
- ✓ Teoria da dança
- ✓ Danças Circulares
- ✓ Ioga

- ✓ Stand up Paddle
- ✓ Pista de Cordas
- ✓ Arvorismo

#### **4. PRESSUPOSTOS DIDÁTICOS E METODOLÓGICOS**

Assim, para execução do trabalho baseio-me numa sistemática de intervenção fundamentada na perspectiva crítica e emancipatória, cujo modelo de ensino está baseado no desenvolvimento das competências instrumental, social e comunicativa para gerar nos alunos uma inserção crítica no mundo (AMARAL, 2005). Assume-se no desenvolvimento pedagógico deste planeamento uma perspectiva crítica, em que o ensinamento do esporte deverá transcender a primazia da ação e seus condicionantes de ordem puramente técnica. Valoriza-se o ensinamento do esporte e de seus condicionantes históricos, culturais, econômicos e políticos, além de diferentes manifestações que perpassam a contemporaneidade e que impactam positivamente na saúde dos estudantes.

Neste processo busca-se estabelecer uma relação dialética entre teoria e prática e atentar para os aspectos da modernidade que atende os anseios dos jovens. O processo de ensino, neste caso, privilegiará situações pedagógicas em que o aluno deve aprender pela prática a dirigir suas próprias ações, agir autonomamente, a decidir em conjunto e sozinho, aprender a agir de maneira cooperativa, criativa e comunicativa (HILDEBRANDT e LAGING, 1986).

#### **5. DESENVOLVIMENTO**

##### **Atividades propostas:**

- aulas dialogadas teóricas e práticas;
- atividades teóricas e práticas (individuais e em grupos); e,
- atividades de pesquisa, individuais e em grupos (sendo necessário o uso do laboratório de informática).

##### **Recursos metodológicos:**

- material impresso;
- bolas de basquetebol, handebol, futebol, futsal e voleibol;
- bola de meia;
- data show e computador;
- tabelas de basquete;
- balizas;
- coletes;
- cones;
- golzinho.

#### **6. AVALIAÇÃO**

A avaliação será transversal a este planeamento. Serão consideradas, para além das dimensões procedimentais, as atitudinais e conceituais que se estabelece nas aulas, a observação destas irá constituir uma nota de participação. No primeiro trimestre haverá duas avaliações teóricas (nota 1 e 2) que, conjuntamente com a nota de participação nas aulas (nota 3) irá compor a média do trimestre. A média do segundo trimestre será constituída pela nota de participação nas aulas (nota 1), das avaliações teóricas (nota 2 e 3) e da nota de participação no Festival de Atletismo (nota 4). No terceiro trimestre, além da nota de participação nas aulas (nota 1), haverá a nota de participação nas Olimpíadas (nota 2) e nota da avaliação sobre as Olimpíadas (nota 3). Trabalhos e atividades extras poderão ser solicitados como nota complementar a nota de participação. Ao final de cada trimestre o aluno terá direito a reavaliação trimestral que abordará todo o conteúdo abordado durante o trimestre. A nota de participação na trilha da série e a nota do relatório sobre a trilha irão compor a média do trimestre em que a trilha ocorrer.

##### **Critérios avaliativos:**

Para identificar se os objetivos foram alcançados espera-se que os alunos possam:

\* 1º trimestre:

- conceituar a modalidade esportiva Futebol e algumas de suas variantes (futebol de campo, futebol de areia, futebol de salão, futebol de cinco, futebol de sete, rúgbi, futebol society, futebol de várzea, futebol de mesa, futebol freestyle, futevôlei, showbol, futebol de pântano);
- explicar como são as quadras/campos e equipamentos necessários para realização dos jogos de Futebóis;
- relatar as diversas formas de se jogar futebol;
- conceituar a Copa do Mundo de Futebol;
- opinar com argumentos consistentes sobre temas “polêmicos” relacionados à Copa do Mundo;
- opinar sobre temas políticos, econômicos, sociais e culturais relacionados diretamente ao Futebol;
- criar um jogo de futebol com regras que contemplem a inclusão de todos.
- explicar como se calcula o IMC e o que é PA, FC;
- conceituar capacidades físicas, força, resistência, agilidade, velocidade, equilíbrio, flexibilidade e coordenação motora;
- explicar as características e objetivos da modalidade esportiva Handebol;
- explicar como é a quadra e equipamentos necessários para realização dos jogos Handebol;
- listar algumas regras básicas indispensáveis à prática do Handebol;
- dispor no desenho de quadra as posições dos jogadores e explicar suas funções básicas;
- conceituar e realizar os fundamentos básicos do Handebol;
- explicar como é o posicionamento de defesa no Handebol.

\* 2º trimestre:

- conceituar o jogo de tabuleiro Xadrez;
- relatar a história do Xadrez e algumas curiosidades sobre o jogo;
- listar as peças do Xadrez e explicar suas movimentações;
- reconhecer e executar as jogadas Roque e En Passant;
- explicar as características e objetivos da modalidade esportiva Voleibol;
- reconhecer a quadra e equipamentos necessários para realização dos jogos Voleibol;
- explicar algumas regras básicas indispensáveis à prática do Voleibol;
- dispor no desenho da quadra as posições e explicar as funções dos jogadores de Voleibol;
- listar e executar os fundamentos básicos do Voleibol;
- explicar as características e objetivos da modalidade esportiva Basquetebol;
- reconhecer a quadra e equipamentos necessários para realização dos jogos de Basquetebol;
- explicar algumas regras básicas indispensáveis à prática do Basquetebol;
- explicar as posições e funções dos jogadores em quadra;
- listar e executar os fundamentos básicos do Basquetebol;
- explicar e executar corretamente o posicionamento de defesa no Basquetebol;
- conceituar as Doenças crônico-degenerativas;
- conceituar os tipos de doenças crônico-degenerativas;
- listar os maus hábitos que favorecem o desenvolvimento de algumas doenças crônico-degenerativas;
- conceituar o Atletismo;
- listar as modalidades do Atletismo;
- conceituar Salto em Distância, Salto em Altura, Arremesso de Peso, Corridas e Revezamento;
- executar o salto em distância;
- executar o salto em altura;
- executar o arremesso de peso;
- executar as corridas e revezamento.

\* 3º trimestre:

- conceituar o Caratê;
- listar os estilos e relatar a história do Caratê;
- reconhecer e executar as técnicas de defesa do Caratê (estilo Shotokan);
- reconhecer e executar as técnicas de ataque do Caratê (estilo Shotokan);
- conceituar o kata no Caratê;
- executar a mescla de técnicas de ataque e defesa do Caratê (estilo Shotokan);
- conceituar Trekking;
- explicar os tipos de Trekking e os equipamentos necessários na prática do Trekking;
- conceituar a Dança;
- listar os tipos de danças;
- conceituar as Danças Circulares;
- executar coreografias de Danças Circulares;

- conceituar a Ioga;
- executar movimentos tradicionais da Ioga;
- conceituar o Stand up Paddle;
- executar a prática de Stand up Paddle;
- conceituar Pista de Cordas e Arvorismo;
- executar travessia em pista de cordas.
- participar do Festival de Atletismo e Olimpíadas do CA.

Assim, para constatar que tais critérios avaliativos (acima descritos) estão sendo atingidos, far-se-á uso dos seguintes **instrumentos avaliativos**:

- ficha de observação (das aulas práticas e teóricas);
- atividades escritas (sistematizadas pela professora para manuseio dos alunos - identificação, observação e exploração);
- provas escritas e indagações orais; e,
- atividades/trabalhos/relatórios (de pesquisa ou criação textual) individual e/ou em grupos.

## Referências

- AMARAL, G. A. do. Planejamento coletivo do trabalho pedagógico: construção de estratégias de ensino na Educação Física Escolar: **fundamentos teórico-metodológicos**. Uberlândia: CEMEPE. 2005.
- BETTI, M. **Educação física e sociedade**. São Paulo: Hucitec, 2009.
- BETTI, M. Mídias: aliadas ou inimigas da Educação Física Escolar? *Revista Motriz*, Rio Claro, v. 7, n. 2, p. 125-129, 2001.
- BRACHT, V. Sociologia Crítica do Esporte: **uma introdução**. Vitória: UFES, 1997.
- BRACHT, V. Esporte na escola e esporte de rendimento. **Movimento**, Porto Alegre, ano VI, n.12, p. XIV-XXIV, jul. 2000.
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: **Educação Física**. Brasília: MEC. 1998. 114p.
- CAPARROZ, F. E. O esporte como conteúdo da Educação Física: uma jogada desconcertante que não entorta só nossas colunas, mas também nossos discursos. **Perspectivas em Educação Física Escolar**, Niterói: GEF-UFF, v. 2, n. 1-suplem, p. 31-47, 2001.
- DARIDO, S. C. Educação física na escola: **questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- DE ROSE JUNIOR, D.; TRICOLI, V. Basquetebol: **uma visão integrada entre ciência e prática**. Barueri: Manole, 2005.
- FERREIRA, A. E. X.; JÚNIOR, D. De R. Basquetebol: **técnicas e táticas - uma abordagem didático-pedagógica**. EPU, 2003.
- FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A. J. **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione, 2003.
- FREIRE, P. Pedagogia da autonomia: **saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2004.
- GONÇALVES, M.C.; PINTO, R.C.A.; TEUBER, S.P. Aprendendo a Educação Física: **da pré-escola até a 8ª série do 1º grau**. Curitiba: Bolsa Nacional do livro. 1996. 367p.
- HILDEBRANDT, R.; LAGING, R. **Concepções abertas ao ensino da educação física**. Rio de Janeiro: Livro Técnico, 1986.
- KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 6. ed. Ijuí: Ed. Unijuí, 2004.
- PEIRÓ VERLET, C. Materiales curriculares en educación física como colaboradores del proceso de enseñanza e aprendizaje. **Revista Tándem**: Didáctica de la Educación Física. Barcelona: Editorial Graó. n. 4, jul. 2001. p. 19-32.
- RODRIGUES, H. A.; DARIDO, S. C. Basquetebol na escola: **uma proposta didático pedagógica**. Rio de Janeiro, 2012.
- TAFFAREL, C. N. Z. **Criatividade nas aulas de educação física**. Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1985. 84p.
- TERRA, D. V.; AGUIAR, C. S. de.; ROTELLI, P. P. Construção de Materiais Curriculares na Educação Física Escolar. **Revista Horizonte Científico**, Uberlândia, v. 1, n. 7, abr. 2007. Disponível em: <<http://www.horizontecientifico.propp.ufu.br>>. Acesso em: 24 out. 2009.
- VAGO, T. M. O “esporte na escola” e o “esporte da escola”: da negação radical para uma relação de tensão permanente – um diálogo com Valter Bracht. **Movimento**, Porto Alegre, ano III, n.5, p. 4-17, 1996.
- ZABALA, A. Materiales curriculares. In: MAURI, T. (Org.). **Cuadernos de Educación**, Barcelona, n. 4, 1990. p. 125-167.



## ENSINO MÉDIO

### BASQUETEBOL

**INSTITUIÇÃO:** Colégio de Aplicação  
**CURSO:** Ensino Médio  
**SÉRIE:** 1º, 2º, 3º anos  
**PROFESSOR:** Paula Pereira Rotelli  
**DISCIPLINA:** Educação Física - Basquetebol  
**ANO LETIVO:** 2019

## 1. INTRODUÇÃO

A Educação Física no Ensino Médio é ofertada por modalidades esportivas, dentre as quais o Basquetebol (as demais são: Futebol, Voleibol, Handebol e Ginástica). A organização do conhecimento sobre os Esportes inicia no terceiro ciclo de escolarização (referente aos 6ºs e 7ºs anos dos Anos Finais do Ensino Fundamental), com início da sistematização do conhecimento, tratando os processos históricos e da organização das regras de modalidades esportivas; no quarto ciclo (8ºs e 9ºs anos dos Anos Finais do Ensino Fundamental) com a ampliação da sistematização do conhecimento, retomando os elementos centrais que embasam a construção tática das modalidades, avançando na perspectiva de jogar o jogo de forma autônoma. No Ensino Médio há um aprofundamento nos aspectos táticos, técnicos, históricos e crítico sobre as modalidades. É oportunizado ao aluno escolher, no início de cada ano letivo a modalidade da qual irá participar. E este aprofundamento no conteúdo é gradual, ou seja, a cada ano (1º, 2º e 3º ano), com a perspectiva de avançar na autonomia tática e criativa dos aspectos técnicos, assim como na criticidade das reflexões que permeiam os assuntos “dos bastidores” que circundam a modalidade como instituição esportiva, ou seja, como esporte institucionalizado. Concordamos com Bracht (2016) que o esporte ao adentrar a escola, deve pautar-se pelo esporte “da escola” e, assim, “deve estar voltado para o desenvolvimento da apropriação crítica desta manifestação cultural por parte dos alunos” (BRACHT, 2016, p. 123). Ou seja, é necessário que na escola o esporte passe por uma “transposição didática” (KUNZ, 2004).

O Basquetebol é uma modalidade esportiva que proporciona alguns benefícios motores (ou de aptidão física): na impulsão vertical e horizontal, na força explosiva, na agilidade, na velocidade e no reflexo, além dos benefícios sociais como oportunizar a cooperação entre seus participantes e o respeito para com os adversários, este é oportunizado pela reflexão do que “pode e não pode” de acordo com as regras do esporte (posturas que acabam sendo internalizadas pelo julgamento do “certo e errado” e o que significa o papel do árbitro numa partida e o que se espera dos jogadores, ou seja, o praticante assume seus atos conscientemente, pois sabe estar diante de benefícios ou penalidades). Desta maneira, ressaltamos que nosso intuito é que o aluno aproprie-se, de forma crítica, desta manifestação cultural, ou seja, uma alfabetização esportiva, que ultrapasse o senso comum, difundido pela mídia, permitindo-o situar histórica e socialmente essa prática, uma educação esportiva.

## 2. OBJETIVOS

### 2.1 Objetivos Geral:

O objetivo geral deste trabalho será o de buscar desenvolver habilidades motoras relacionadas aos fundamentos e regras do esporte, além de promover um resgate histórico de sua criação e de sua trajetória no Brasil, assim como compreender o Basquetebol em suas diversas manifestações e possibilidades de jogo, atentando para as dimensões política, cultural e social que impedem ou favorecem a prática de esportes

enquanto prática de lazer e promoção da saúde física e mental, bem como a problematização de assuntos sociais e econômicos que se refletem ou são refletidos dentro do esporte. Visa, ainda, a participação dos interessados em competições locais ou participação em jogos amistosos com outras instituições de ensino.

## 2.1 Objetivos Específicos:

Desta forma, para atingir o objetivo geral deste planejamento é necessário traçar os seguintes objetivos específicos, conforme a série:

No 1º ano do Ensino Médio:

- definir o jogo de Basquetebol e identificar seu objetivo;
- identificar a quadra e equipamentos necessários para o jogo de Basquetebol;
- identificar e definir as capacidades físicas relacionadas ao Basquetebol;
- identificar algumas regras básicas indispensáveis à prática do jogo de Basquetebol;
- identificar as posições dos jogadores em quadra (armador, armador-lateral, lateral, lateral-pivô e pivô);
- identificar os oficiais responsáveis pela arbitragem do jogo e algumas marcações de infrações;
- identificar e executar os passes (de peito, quicado, de ombro, por trás);
- identificar e executar o drible, drible cruzado, drible sob a perna, drible por trás;
- identificar e executar os arremessos (parado, com *jump*, bandeja, lance livre);
- identificar fintas com e sem bola;
- identificar e executar a reposição de bola em jogo (bola ao alto, em início de período e segundo tempo, lateral, após falta técnica e antidesportiva);
- executar a posição básica de defesa;
- executar a posição de tripla ameaça;
- participar com as demais turmas de basquete do Ensino Médio de um torneio interno 3 x 3; e,
- identificar e vivenciar o basquetebol como prática esportiva para o lazer e manutenção da saúde.

No 2º ano do Ensino Médio:

- identificar todas as regras do basquetebol;
- definir as funções básicas dos jogadores em quadra;
- identificar todas as marcações de infrações;
- definir e executar os passes (de peito, quicado, de ombro, por trás);
- definir e executar o drible, drible cruzado, drible sob a perna, drible por trás;
- definir e executar os arremessos (parado, com *jump*, bandeja, lance livre);
- definir e executar fintas com e sem bola;
- diferenciar drible de finta;
- descrever a posição básica de defesa;
- identificar e executar sistemas de defesa;
- descrever a posição de tripla ameaça;
- executar jogadas definidas de ataque;
- pesquisar a história de criação do Basquetebol e sua trajetória no Brasil;
- identificar as características básicas diferenciadoras do basquete sobre rodas, basquete de rua e basquete 3 x 3;
- discutir sobre as diferenças que tem relação com gênero no basquete;
- participar com as demais turmas de basquete do Ensino Médio de um torneio interno 3 x 3; e,
- identificar e vivenciar o basquetebol como prática esportiva para o lazer e manutenção da saúde.

No 3º ano do Ensino Médio:

- diferenciar as regras do basquete praticado nas Olimpíadas das regras da NBA;
- discutir sobre o papel sócio, econômico e cultural do basquete nos Estados Unidos;
- criar passes diferentes dos padronizados;
- aperfeiçoar a execução dos passes padronizados (de peito, quicado, de ombro, por trás);
- aperfeiçoar a execução dos dribles;
- aperfeiçoar as fintas;
- aperfeiçoar os arremessos (parado, com *jump*, bandeja, lance livre);
- definir e executar sistemas de defesa;
- criar uma jogada esquematizada de ataque;
- executar jogada definida de contra ataque;
- definir o basquete sobre rodas, basquete de rua e basquete 3 x 3;

- participar com as demais turmas de basquete do Ensino Médio de um torneio interno 3 x 3; e,
- identificar e vivenciar o basquetebol como prática esportiva para o lazer e manutenção da saúde.

### **3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

Capacidade de jogo e estruturas funcionais do basquetebol.

Elementos táticos e técnicos do basquetebol.

Basquetebol e saúde.

Basquetebol e sua estrutura cultural.

Elementos sociopolíticos do basquetebol.

Basquete de rua.

Basquete em cadeira de rodas.

Basquete 3 x 3.

NBA e Olimpíadas.

Lazer e qualidade de vida.

### **4. PRESSUPOSTOS DIDÁTICOS E METODOLÓGICOS**

Assume-se no desenvolvimento pedagógico deste planejamento uma perspectiva crítica, em que o ensinamento do esporte deverá transcender a primazia da ação e seus condicionantes de ordem puramente técnica. Valoriza-se o ensinamento do esporte e de seus condicionantes históricos, culturais, econômicos e políticos, além de diferentes manifestações que perpassam a contemporaneidade e que impactam positivamente na saúde dos estudantes.

Neste processo busca-se estabelecer uma relação dialética entre teoria e prática e atentar para os aspectos da modernidade que atende os anseios dos jovens. O processo de ensino, neste caso, privilegiará situações pedagógicas em que o aluno deve aprender pela prática a dirigir suas próprias ações, agir autonomamente, a decidir em conjunto e sozinho, aprender a agir de maneira cooperativa, criativa e comunicativa (HILDEBRANDT e LAGING, 1986).

Com vistas aos pressupostos motivacionais e a manutenção dos alunos, os procedimentos didáticos também serão orientados pelas três Necessidades Psicológicas Básicas (NPB) conforme Deci e Ryan (1985, 2000). Necessidade de Vínculo, Competência e Autonomia. No campo da pedagogia as NPB têm sido associadas à valorização e manutenção dos conteúdos da Educação Física na prática de lazer fora da escola. Essas necessidades quando adequadamente supridas estão relacionadas com saúde mental e bem estar geral. Vínculo é a necessidade de se perceber socialmente conectado e valorizado pelos seus pares, além de se perceber valorizado perante pessoas significativas como os professores. Competência está relacionada com a percepção de ter domínio e controle sobre as atividade e autonomia, é a necessidade de poder realizar escolhas quando envolvido em determinadas atividade (RYAN, 1995).

O plano metodológico para o ensinamento dos esportes terá como referência as considerações do *Teaching Games for Understanding e Sport Education Model (SE)* (BOLONHINI e PAES, 2009). Faz-se uma crítica ao ensino descontextualizado do esporte, observando que a iniciação esportiva deve ocorrer em um contexto complexo e dinâmico como encontrado na prática esportiva, utilizando-se dos jogos reduzidos e a contextualização das situações de jogos. Além disso, esta perspectiva pretende fomentar estruturas educacionais ligadas à tomada de decisão e estímulo do pensamento divergente, orientada à formação de valores, princípios éticos e saudáveis relacionados ao estilo de vida.

### **5. DESENVOLVIMENTO**

- aulas dialogadas teóricas e práticas (sendo necessário material impresso, data show, computador, tabelas de basquetebol, bolas oficiais de basquetebol, cones e quadra com marcação de basquetebol);
- atividades teóricas e práticas (individuais e em grupos); e,
- atividades de pesquisa, individuais e em grupos (sendo necessário o uso do laboratório de informática).

### **6. AVALIAÇÃO**

A avaliação será transversal a este planejamento. Serão consideradas, para além das dimensões procedimentais, as atitudinais e conceituais que se estabelece nas aulas, a observação destas irá constituir uma nota de participação. No primeiro trimestre haverá uma avaliação teórica (nota 1) que, conjuntamente com a participação na trilha da série (nota 2), a nota do relatório sobre a trilha (nota 3) e a nota de

participação nas aulas (nota 3) irá compor a média do trimestre. A média do segundo trimestre será constituída pela nota de participação nas aulas (nota 1), da avaliação teórica (nota 2) e a nota de participação no Festival de Atletismo (nota 3). No terceiro trimestre, além da nota de participação nas aulas (nota 1), haverá a nota de participação nas Olimpíadas (nota 2), nota da avaliação sobre as Olimpíadas (nota 3) e a nota de construção de texto crítico (nota 4). Ao final de cada trimestre o aluno terá direito a avaliação trimestral que abordará todo o conteúdo abordado durante o trimestre.

### **Critérios avaliativos:**

Para identificar se os objetivos foram alcançados espera-se que os alunos possam:

\* 1º ano do Ensino Médio:

- explicar o jogo de Basquetebol e seu objetivo;
  - explicar como é a quadra e quais são equipamentos necessários para o jogo de Basquetebol;
  - listar e explicar as capacidades físicas relacionadas ao Basquetebol;
  - explicar algumas regras gerais indispensáveis à prática do jogo de Basquetebol;
  - explicar as posições dos jogadores em quadra (armador, armador-lateral, lateral, lateral-pivô e pivô);
  - listar os oficiais responsáveis pela arbitragem do jogo e algumas marcações de infrações;
  - nomear e executar os passes (de peito, quicado, de ombro, por trás);
  - nomear e executar o drible, drible cruzado, drible sob a perna, drible por trás;
  - nomear e executar os arremessos (parado, com *jump*, bandeja, lance livre);
  - nomear as fintas;
  - explicar e executar a reposição de bola em jogo (bola ao alto, em início de período e segundo tempo, lateral, após falta técnica e antidesportiva);
  - explicar e demonstrar a posição básica de defesa;
  - explicar e demonstrar a posição de tripla ameaça;
  - desfrutar com os demais participantes das turmas de basquete do Ensino Médio de um torneio interno 3 x 3;
- e,
- reconhecer e relatar como desfrutam (ou podem desfrutar) do basquetebol como prática esportiva para o lazer e manutenção da saúde.

\* 2º ano do Ensino Médio:

- listar todas as regras do basquetebol;
  - explicar as funções básicas dos jogadores em quadra;
  - reproduzir as sinalizações de todas as marcações de infrações;
  - conceituar e executar os passes (de peito, quicado, de ombro, por trás);
  - conceituar e executar o drible, drible cruzado, drible sob a perna, drible por trás;;
  - conceituar e executar os arremessos (parado, com *jump*, bandeja, lance livre);
  - conceituar e executar fintas com e sem bola;
  - explicar o que diferencia drible de finta;
  - demonstrar a posição básica de defesa;
  - relatar a história de criação do Basquetebol e sua trajetória no Brasil;
  - listar as características básicas diferenciadoras do basquete sobre rodas, basquete de rua e basquete 3 x 3;
  - opinar sobre as diferenças relacionadas ao gênero no esporte;
  - desfrutar com os demais participantes das turmas de basquete do Ensino Médio de um torneio interno 3 x 3;
- e,
- reconhecer e relatar como desfrutam (ou podem desfrutar) do basquetebol como prática esportiva para o lazer e manutenção da saúde.

\* 3º ano do Ensino Médio:

- listar as diferenças entre as regras do basquete praticado nas Olimpíadas das regras da NBA;
- opinar sobre o papel sócio, econômico e cultural do basquete nos Estados Unidos;
- demonstrar passes diferentes dos padronizados;
- demonstrar aprimoramento na execução dos passes padronizados (de peito, quicado, de ombro, por trás);
- demonstrar o aprimoramento na execução dos dribles, drible cruzado, drible sob a perna, drible por trás;
- demonstrar o aprimoramento na execução das fintas;
- demonstrar o aprimoramento na execução dos arremessos (parado, com *jump*, bandeja, lance livre);
- explicar sistemas de defesa;
- demonstrar uma jogada esquematizada de ataque;
- listar as características do basquete sobre rodas, basquete de rua e basquete 3 x 3; e,

- desfrutar com as demais participantes das turmas de basquete do Ensino Médio de um torneio interno 3 x 3; e,
- reconhecer e relatar como desfrutam (ou podem desfrutar) do basquetebol como prática esportiva para o lazer e manutenção da saúde.

Assim, para constatar que tais critérios avaliativos (acima descritos) estão sendo atingidos, far-se-á uso dos seguintes **instrumentos avaliativos**:

- ficha de observação (das aulas práticas e teóricas);
  - atividades escritas (sistematizadas pela professora para manuseio dos alunos - identificação, observação e exploração);
  - provas escritas; e,
- atividades/trabalhos/relatórios (de pesquisa ou criação textual) individual e/ou em grupos.

## Referências

- BETTI, M. **Educação física e sociedade**. São Paulo: Hucitec, 2009.
- BOLONHINI, S. Z.; PAES, R. R. A proposta pedagógica do *teaching games for understanding*: reflexões sobre a iniciação esportiva. **Pensar a prática**, v. 12, n. 2, p. 1-4, 2009.
- DARIDO, S. C. **Educação física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- DECI, E. L.; RYAN, R. M. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior**. Springer Science & Business Media, 1985.
- \_\_\_\_\_. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. **Psychological inquiry**, v. 11, n. 4, p. 227-268, 2000.
- DE ROSE JUNIOR, D.; TRICOLI, V. **Basquetebol: uma visão integrada entre ciência e prática**. Barueri: Manole, 2005.
- FERREIRA, A. E. X.; JÚNIOR, D. De R. **Basquetebol: técnicas e táticas: uma abordagem didático-pedagógica**. EPU, 2003.
- FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A. J. **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione, 2003.
- FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2004.
- FERREIRA, M. L. dos S.; GRAEBNER, L.; MATIAS, T. S. Percepção de alunos sobre as aulas de educação física no ensino médio, **Pensar a Prática**, v. 17, n. 3, 2014.
- HILDEBRANDT, R.; LAGING, R. **Concepções abertas ao ensino da educação física**. Rio de Janeiro: Livro Técnico, 1986.
- KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 6. ed. Ijuí: Ed. Unijuí, 2004a.
- RODRIGUES, H. A.; DARIDO, S. C. **Basquetebol na escola: uma proposta didático pedagógica**. Rio de Janeiro, 2012.
- RYAN, R. M. Psychological needs and the facilitation of integrative processes. **Journal of personality**, v. 63, n. 3, 1995.

## ENSINO MÉDIO

### FUTEBOL

PLANO DE ENSINO 2019 Ensino Médio

**Disciplina:** Educação Física

**Professora:** Victor Julierme Santos da Conceição; Eduardo José Dellegrave

**Série:** Ensino Médio - FUTEBOL

**Turmas:** 1º, 2º, 3º

#### **OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO COLÉGIO DE APLICAÇÃO:**

Participar de diferentes práticas corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, compreendendo os elementos mais avançados sobre diversidade, sejam cultural, étnica, racial e gênero;  
Compreender o movimentar-se humano estabelecendo relações entre as capacidades e possibilidades individuais;

Conhecer, valorizar, apreciar e avaliar diferentes manifestações de cultura corporal de movimento, presentes no cotidiano sociocultural;

Saber organizar jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais buscando estabelecendo uma relação autônoma e crítica com a produção do conhecimento;

Compreender a origem e a dinâmica de transformação das representações e práticas corporais sociais que constituem a cultura corporal de movimento, seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual e com os agentes sociais envolvidos em sua produção;

Identificar, interpretar e recriar os valores, os sentidos, os significados e os interesses atribuídos às diferentes práticas corporais;

Compreender as relações das práticas corporais institucionalizadas com o mundo do trabalho e da produtividade;

Construir relações críticas e emancipadas sobre as práticas corporais contemporâneas;

Compreender o sujeito como parte de um sistema ecológico experienciando práticas corporais que estabelecem relação direta com a sustentabilidade do ambiente de vida.

#### **4. CONTEXTUALIZAÇÃO DO PLANEJAMENTO**

Parte-se do princípio que o homem é um sujeito sócio histórico, portanto, constrói e é construído nas relações sociais e culturais com o seu meio/sociedade. Constitui uma relação dinâmica, dialética que possibilita a construção cultural. Neste sentido, compreender as manifestações da cultura corporal de movimento é elemento principal, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito o seu mundo vivido. “Nessa perspectiva, o movimento é entendido como forma de comunicação com o mundo que é constituinte e construtora de cultura, mas, também possibilita á ela” (BRACHT, 2003, p. 45).

Nesta perspectiva, as práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, ressignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecendo uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entende-se que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Neste sentido, o estudante, protagonista da sua história, passa a constituir a concepção de autonomia, sociedade e cultura com base na consciência crítica. Estabelecendo reflexões críticas sobre a construção social das práticas corporais e a sua institucionalização na realidade socioeconômica.

Partimos do pressuposto que a escola tem entre suas funções a de introduzir os alunos no mundo sociocultural que a humanidade tem construído, com o objetivo de que eles possam incluir-se no projeto de sociedade, sempre renovado, da reconstrução desse mundo. Eles precisam aprender que nesse processo de construção a humanidade tem criado formas de representar o mundo, provisoriamente, mais defensáveis (dado sua universalidade) que outras, e que por isso são privilegiadas no processo de conservação cultural. Também que a humanidade tem promovido formas de convívio social que são mais defensáveis por permitir, entre outras coisas, que as pessoas possam participar/influenciar no processo de tomada de decisão política sobre questões que dizem respeito a todos e, portanto, são mais dignas de serem estimuladas e

compreendidas. Finalmente, que a humanidade tem construído maneiras de validar essas formas de conhecer e conviver e, portanto, que precisam ser entendidas para continuar perguntando sobre o seu valor. Algo como compreender as “regras do jogo” para podermos interrogar sua pertinência (GONZÁLEZ, FENSTERSEIFER, 2009).

## 5. OBJETIVO ESPECÍFICO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A TURMA DE “FUTEBOL”

Proporcionar ao educando a oportunidade de conhecer e executar os fundamentos básicos das diferentes manifestações esportivas da modalidade de “futebol” e oportunizar aos estudantes o desenvolvimento de suas potencialidades individuais visando o lazer, a inclusão e o aprendizado

## 6. PERSPECTIVA TEÓRICA QUE EMBASA O PENSAR A DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Parte-se do princípio que o homem é um sujeito sócio histórico, portanto, constrói e é construído nas relações sociais e culturais com o seu meio/sociedade. Constitui uma relação dinâmica, dialética que possibilita a construção cultural. Neste sentido, compreender as manifestações da cultura corporal de movimento é elemento principal, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito o seu mundo vivido. “Nessa perspectiva, o movimento é entendido como forma de comunicação com o mundo que é constituinte e construtora de cultura, mas, também possibilita á ela” (BRACHT, 2003, p. 45).

Nesta perspectiva, as práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, resignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecendo uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entende-se que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Neste sentido, o estudante, protagonista da sua história, passa a constituir a concepção de autonomia, sociedade e cultura com base na consciência crítica. Estabelecendo reflexões críticas sobre a construção social das práticas corporais e a sua institucionalização na realidade socioeconômica.

Partimos do pressuposto que a escola tem entre suas funções a de introduzir os alunos no mundo sociocultural que a humanidade tem construído, com o objetivo de que eles possam incluir-se no projeto de sociedade, sempre renovado, da reconstrução desse mundo. Eles precisam aprender que nesse processo de construção a humanidade tem criado formas de representar o mundo, provisoriamente, mais defensáveis (dado sua universalidade) que outras, e que por isso são privilegiadas no processo de conservação cultural. Também que a humanidade tem promovido formas de convívio social que são mais defensáveis por permitir, entre outras coisas, que as pessoas possam participar/influenciar no processo de tomada de decisão política sobre questões que dizem respeito a todos e, portanto, são mais dignas de serem estimuladas e compreendidas. Finalmente, que a humanidade tem construído maneiras de validar essas formas de conhecer e conviver e, portanto, que precisam ser entendidas para continuar perguntando sobre o seu valor. Algo como compreender as “regras do jogo” para podermos interrogar sua pertinência (GONZÁLEZ, FENSTERSEIFER, 2009).

Para compreender a Educação Física na perspectiva da cultura corporal de movimento é necessário entender o movimentar-se como uma complexa estrutura social de sentido e significado, em contextos e processos sócio históricos específicos. Para Bracht (2003), o trabalho voltado á questões culturais se justificam pelo motivo que esta faz parte consubstancialmente da educação, pois:

a) a educação realiza a cultura como memória viva, reativação incessante e sempre ameaçada, fio precário e promessa da continuidade;

b) uma teoria cultural da educação vê a educação, a pedagogia e o currículo como campos de luta e conflito simbólicos, como arenas contestadas na busca da imposição de significados e de hegemonia.

Dado exposto, contribui para entender que o currículo é elemento de tencionamentos, de disputa de poder, portanto, ele deve ser flexível e refletir a realidade da comunidade escolar. Nesta perspectiva, o currículo é uma construção cultural. Por isso, entende-se que uma organização curricular com base na perspectiva sistêmica e nos aspectos filosóficos progressistas, necessita da participação efetiva dos estudantes. Entende-se que a participação efetiva não se resume na simples escolha do que se quer aprender, mas sim da importância e do significado de algumas práticas corporais.

A perspectiva curricular que é apresentada está amparada na compreensão **multicultural** em uma construção sistêmica do conhecimento a partir da abordagem sociocultural. Constituinte o trabalho **transdisciplinar** como base organizacional para ampliar a concepção sobre o mundo vivido, avançando em relação às falsas ilusões que um currículo cartesiano, baseado na simplificação da construção do

conhecimento, desenvolve na formação do estudante na escola. Com isso, as práticas corporais assumem estratégica participação como elementos que devem ser tratados na disciplina de Educação Física. Contudo, entendemos que as práticas corporais por si só, não dão conta dos elementos que configuram a formação integral do estudante (crítico, emancipado, autônomo), por isso a necessidade de um trabalho que tenha a relevância social dos conteúdos e a contemporaneidade do conhecimento tratado como pontos centrais. Acompanhado a isso, um projeto educacional, que tenha com base o conhecimento, levando em consideração a relação de diferentes disciplinas sobre o conhecimento a ser tratado, se torna o central nesta proposta curricular.

No processo de sistematização sobre o conhecimento a ser tratado, entendemos que as práticas corporais se configuram a partir dos seguintes blocos de conhecimento:

PERCEPÇÃO CORPORAL

EXPRESSÃO CORPORAL

JOGOS, BRINCADEIRAS E ESPORTES

PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E ESTUDO SOBRE LAZER

TEMAS DE APROFUNDAMENTO DO CONHECIMENTO

Neste ciclo de escolarização o estudante passa a confrontar os dados da realidade com as representações do seu pensamento sobre eles. Começa a estabelecer nexos, dependências e relações complexas, representadas no conceito e no real aparente, ou seja, no aparecer social (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 35). Para os PCN (1997), neste ciclo de escolarização, se torna importante destacar a compreensão das regras e a autonomia para a organização das atividades, permitem ainda que os aspectos estratégicos dos jogos passem a fazer parte dos problemas a serem resolvidos pelo grupo e, nesse sentido, o professor pode interromper os jogos em determinados momentos, solicitando uma reflexão e uma conversa sobre qual estratégia mais adequada para cada situação, auxiliando assim para que novos aspectos tornem-se observáveis. O grau de dificuldade e complexidade dos movimentos pode aumentar — um pouco mais específicos, com desafios que visem um desempenho mais próximo daquele requerido nas atividades corporais socialmente construídas. Por exemplo, correr quicando uma bola de basquete, saltar e arremessar em suspensão, receber em deslocamento, chutar uma bola de distâncias mais longas, etc.

No processo de trato sobre as práticas corporais é importante dar destaque para os elementos que compõe o processo sócio histórico da constituição destas no contexto cultural. Para isso compreender os aspectos culturais que envolvem cada prática corporal é necessário dar destaque a processo histórico, para compreender como determinada atividade se tornou relevante no contexto contemporâneo da humanidade. Não “apenas” contar uma história, mas compreender como cada prática corporal foi construída historicamente pelo homem e humanidade, atribuindo valores e significados específicos. Elementos que atribuem a identidade social, cultural e econômica. Neste sentido, faz-se necessário a compreensão sobre os aspectos centrais que embasam a sociologia do esporte, e que contribuem para compreender para além do fazer sem significado, o fazer alienado. Compreender que as diferentes formas de como determinadas práticas corporais se manifestam, tem embasamento no campo da filosofia, sociologia e pedagógica. Portanto, a manifestação de uma determinada prática corporal é **sistêmica** e ampara a forma como os sujeitos de uma determinada cultura a compreendem e se manifestam sobre ela.

Além disso, tratar no campo da teoria e da prática, a compreensão sobre as regras que compõe as diferentes possibilidades de práticas. O entendimento das regras possibilita a prática emancipada, consciente a partir das limitações e possibilidades de uma determinada prática corporal. Entendemos que conhecer a regra por ela mesma, não alcança a compreensão macrosocial da prática corporal. Por isso, é necessária a contextualização histórica que acompanha a construção das regras oficiais. Assim como, o debate sociocultural sobre os interesses e correlações de força que constituem as mudanças nas regras. Tratar com competência as práticas corporais demanda o conhecer com profundidade os elementos táticos e técnicos que constituem o fazer competente sobre o movimento humano.

## 7. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

<p><b>UNIDADE DIDÁTICA I- ESTUDO SOBRE AS DIFERENTES MANIFESTAÇÕES DO FUTEBOL.</b></p>	<p>Compreensão sobre a história, regras e organização das diferentes manifestações da modalidade de futebol no Brasil e no Mundo. Futebol de campo; Futebol society; Beach soccer; Futebol americano; Futsal.</p>
<p><b>UNIDADE DIDÁTICA II- CONHECIMENTO TÁTICO E TÉCNICO DO FUTSAL.</b></p>	<p><b>2.1 FUNDAMENTOS TÉCNICOS:</b> Passe, chute, cabeceio, controle de bola, drible e finta, domínio, recepção, condução de bola.</p> <p><b>2.2 FUNDAMENTOS TÁTICOS</b></p> <p><u>MOVIMENTAÇÃO DEFENSIVA:</u> Movimentos defensivos individuais; Movimentos defensivos coletivos; Marcação de bola parada; Marcação de contra-ataque.</p> <p><u>MOVIMENTAÇÃO OFENSIVA:</u> Movimentos ofensivos básicos; Sistemas de jogo; Movimentações ensaiadas</p>
<p><b>UNIDADE DIDÁTICA III- CONHECIMENTO TÁTICO E TÉCNICO DO FUTEBOL.</b></p>	<p><b>3.1 FUNDAMENTOS TÉCNICOS:</b> Passe, chute, cabeceio, controle de bola, drible, domínio, marcação.</p> <p><b>3.2 FUNDAMENTOS TÁTICOS: MOVIMENTAÇÃO DE ATAQUE (com posse de bola):</b> Penetração; Cobertura; Mobilidade; Espaço; Unidade ofensiva.</p> <p>MOVIMENTAÇÃO DE DEFESA (sem a posse de bola): Contenção; Cobertura defensiva; Equilíbrio; Concentração; Unidade defensiva.</p> <p><b>3.3 SISTEMAS DE JOGO DO FUTEBOL DE CAMPO</b></p>
<p><b>UNIDADE DIDÁTICA IV- TEMAS PARA APROFUNDAMENTO DO CONHECIMENTO.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Relações do “futebol” com a perspectiva de paixão nacional;</li> <li>2. “Futebol” e a presença da mulher na sociedade;</li> <li>3. “Futebol” e a relação com o mundo do trabalho;</li> <li>4. Saúde como dever do estado e relação com os comportamentos de hábito de vida;</li> <li>5. O esporte e o rendimento corporal;</li> <li>6. Regras e organização de arbitragem;</li> <li>7. História, esquemas atuais e jogos cooperativos.</li> </ol>

## 8. ORGANIZAÇÃO DIDÁTICA METODOLÓGICA DAS AULAS

As aulas serão organizadas em três momentos:

- **Apresentação dos objetivos e organização do conhecimento que será tratado.** Conversa inicial com os estudantes apresentando o objetivo do encontro e compreendendo como os estudantes entendem o tema da aula. Esta primeira conversa contribui para analisar o conhecimento científico. O espaço democrático oportuniza a socialização do conhecimento e a relação entre os dados da realidade da cultura dos estudantes.

- **Trato do conhecimento.** É o momento mais crítico da aula, onde acontece a prática social. A catarse faz parte da apreensão do conhecimento. A prática social dentro da aula, corresponde ao contato com o conhecimento e o confronto entre os interesses sociais entre os estudantes. A aula é tratada como atividades práticas e teóricas, buscando aprofundar os conteúdos apresentados no início do encontro.

- **Avaliação da aula.** Análise do encontro. Os estudantes refletem sobre o trato do conhecimento apresentado na aula. O processo reflexivo será a base para compreensão dos objetivos e formulação dos temas geradores que serão tratados no próximo encontro. A participação efetiva dos estudantes, apresentando as suas impressões, contribui para construir o entendimento sobre novos horizontes que o conteúdo pode apresentar, avançando na compreensão do mundo e da sociedade.

## 9. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM

Espera-se no decorrer do ano letivo que o aluno:

Participe ativamente das atividades e dos desafios propostos nas situações/problema advindos das práticas corporais;

Reconheça a si e ao outro frente as suas possibilidades corporais, bem como, pontos de vistas divergentes, sem preconceitos;

Respeite as regras dos jogos e contribua para o andamento das mesmas e/ou suas alterações quando necessário;

Proponha-se a experimentar/executar diversos padrões de movimentos em situações variadas, na busca de superar-se;

Respeite os colegas e professores, aceitando as diferenças e colocando-se no lugar do outro.

## 10. AVALIAÇÃO TRIMESTRAL

### 1º TRIMESTRE

Estudo e pesquisa sobre as diferentes manifestações do futebol. Pesquisar e apresentar a história, regras e curiosidades das diferentes manifestações do futebol. Organizar uma apresentação visual, utilizando diferentes recursos. **Trabalho em grupo.**

Seminários temáticos sobre os conteúdos da disciplina. Desenvolver leituras de textos e tarefas propostas sobre temáticas atuais do contexto social. A avaliação será realizada a partir da produção de resenhas sobre o seminário e a participação efetiva (exposição verbal com contribuições) no debate. **Avaliação individual.**

Participação efetiva nas aulas de Educação Física. Nota de participação – presença e construção coletiva do conhecimento durante as aulas do trimestre. **Construção de jogos e brincadeiras que envolvam os aspectos técnicos do futebol, trabalhados no primeiro trimestre.**

### 2º TRIMESTRE

Trabalho sobre os aspectos táticos do futebol de campo. Análise do texto “Princípio Tático do Futebol de Campo” (Motriz, Rio Claro, v.15, n.3, Jul./Set. 209). Aproximação do texto com os sistemas táticos do futebol de campo, trabalhados em sala de aula. Análise de partidas de “futebóis” pela TV, rádio ou ao vivo - analisar os comentários do narrador e comentarista e comparar ao que está acontecendo na verdade no jogo. Material deve ser entregue no formato de relatório de jogo. Levar em consideração as partidas da Copa do Mundo de futebol. **Trabalho em duplas.**

Seminários temáticos sobre os conteúdos da disciplina. Desenvolver leituras de textos e tarefas propostas sobre temáticas atuais do contexto social. A avaliação será realizada a partir da produção de resenhas sobre o seminário e a participação efetiva (exposição verbal com contribuições) no debate. **Avaliação individual.**

Participação efetiva nas aulas de Educação Física. Nota de participação – presença e construção coletiva do conhecimento durante as aulas do trimestre. **Construção de jogos de bola com os pés.**

### 3º TRIMESTRE

Estudo e pesquisa sobre os espaços públicos para a prática esportiva. Investigar nos bairros onde moram os estudantes, as condições dos espaços públicos para a prática dos “Futebóis”. Fotografar e descrever as condições dos espaços físicos para a prática de esporte e lazer. Analisar o investimento público para o lazer da população. Organizar painéis sobre as condições de cada bairro. **Trabalho em grupo.** Seminários temáticos sobre os conteúdos da disciplina. Desenvolver leituras de textos e tarefas propostas sobre temáticas atuais do contexto social. A avaliação será realizada a partir da produção de resenhas sobre o seminário e a participação efetiva (exposição verbal com contribuições) no debate. **Avaliação individual.**

## Referências

- AWAD, H. **Educação Física Escolar: Múltiplos caminhos.** Jundiaí, SP, Fontoura, 2010.
- BRASIL. Ministério do Planejamento. **Orçamentos Familiares 2008-2009. Antropometria e Estado Nutricional de Crianças.** Rio De Janeiro: IBGE, 2010.
- COSTA, I. R.; GARGANTA, J. M.; GRECO, P. J.; MESQUITA, I. Princípios Táticos do Jogo de Futebol: conceitos e aplicação. **Motriz**, v.15 n.3 p.657-668, 2009.
- DARIDO, S.C. **Educação Física na Escola: Questões e Reflexões.** Topázio, 1999.
- DARIDO, S. C. Educação Física na Escola: Conteúdos, duas Dimensões e Significados. **UNIVESP**, 2012.
- FLORES, L. S.; GAYA, A. R.; PETERSEN, R. D. S.; GAYA, A. Trends of underweight, overweight, and obesity in Brazilian children and adolescents. **Jornal de Pediatria**, v. 89, n. 5, p. 456–61, 2013. Sociedade Brasileira de Pediatria.
- GARGANTA, J.; GUILHERME, J.; BARREIRA, D.; BRITO, J.; REBELO, A. Fundamentos e práticas para o ensino e treino do futebol. In: TAVARES, F. **Jogos Desportivos Coletivos: ensinar a jogar.** Porto: FADEUP, 2013, p. 199-263.
- GONZÁLES, F. J.; FENSTERSEIFER, P. E. Entre o “não mais” e o “ainda não”: pensando saídas do não-lugar da Educação Física escolar I. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 1, n. 1, 2009.
- LIBÂNEO, J. C. **O sistema de organização e gestão da escola.** Organização e Gestão da Escola - teoria e prática. 4ª ed. Goiânia: Alternativa, 2001.
- MALINA, R.M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. **Crescimento, Maturação e Atividade Física.** 2ª Ed. São Paulo: Phorte, 2009.
- PELLEGRINI, A.M. et al. **Desenvolvendo a coordenação motora no ensino fundamental.** In: PINHO, Sheila Zambello de; SAGLIETTI, José Roberto Corrêa. (Org.). Núcleos de Ensino. São Paulo: UNESP, 2005. p. 178-191.
- PIRES, G. L.; NEVES, A. **O trato com o conhecimento esporte na formação em educação física: possibilidades para sua transformação didático-metodológica.** In: KUNZ, E. (org.). Didática da educação física 2. 3.ed. Ijuí: Unijuí, 2005.
- PETROSKI, E. L. **Antropometria: técnicas e padronizações.** 2ª Ed. Porto Alegre: Pallotti, 2003.
- POWERS, S. K.; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho.** Barueri: Manole LTDA, 2005.
- REZER, R. Pressupostos Orientadores Para o Ensino dos “Futebóis” Na Educação Física Escolar. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 1, n. 1, 2009.
- SILVA, C. D.; IMPELLIZZERI, F. M.; NATALI, A. J.; LIMA, J. R.; BARA-FILHO, M. G.; SILAMI-GARCIA, E.; MARINS, J. C. Exercise intensity and technical demands of small-sided games in young Brazilian soccer players: effect of number of players, maturation, and reliability. **Journal of Strength and Conditioning Research**, v. 25, n. 10, p. 2746-2751, 2011.
- TANI, Go. **Comportamento Motor: Aprendizagem e Desenvolvimento.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S. A, 2005.
- TREMBLAY, M. S.; LEBLANC, A. G.; KHO, M. E.; SAUNDERS, T. J.; LAROUCHE, R.; COLLEY, R. C.; GOLDFIELD, G.; GORBER, S. C. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. **The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 8, n. 1, p. 98, 2011.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global Recommendations on Physical Activity for Health.** Ed. Switzerland: World Health Organization, 2010.

## ENSINO MÉDIO

### GINASTICA

#### PLANO DE ENSINO 2019 Ensino Médio

**Disciplina:** Educação Física

**Professora:** Leila Lir Peterle

**Série:** Ensino Médio - GINÁSTICA

**Turmas:** 1º, 2º, 3º

### 1. SOBRE A DISCIPLINA EDUCAÇÃO FÍSICA

Partimos do pressuposto de que o homem é um sujeito sócio histórico, constituído nas relações sociais e culturais numa relação dialética. Assim, compreendemos as manifestações da cultura corporal de movimento como elemento principal da disciplina, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito o seu mundo vivido.

As práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, resignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecendo uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entende-se que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Entendemos que tais práticas corporais se configuram a partir dos seguintes elementos (apresentados como possibilidades nos PCN, 1997 e na proposta da BNCC, 2015-16):

- Ginástica;
- Lutas;
- Jogos e Brincadeiras;
- Esporte;
- Exercício Físico;
- Práticas corporais alternativas;
- Práticas corporais de aventura;
- Práticas corporais rítmicas.

### 2. OBJETIVOS GERAIS DA DISCIPLINA EDUCAÇÃO FÍSICA

Participar de diferentes práticas corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, compreendendo os elementos mais avançados sobre diversidade, sejam cultural, étnica, racial e gênero;

- Compreender o movimentar-se humano estabelecendo relações entre as capacidades e possibilidades individuais;
- Conhecer, valorizar, apreciar e avaliar diferentes manifestações de cultura corporal de movimento, presentes no cotidiano sociocultural;
- Saber organizar jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais buscando estabelecer uma relação autônoma e crítica com a produção do conhecimento;
- Compreender a origem e a dinâmica de transformação das representações e práticas corporais sociais que constituem a cultura corporal de movimento, seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual e com os agentes sociais envolvidos em sua produção;
- Identificar, interpretar e recriar os valores, os sentidos, os significados e os interesses atribuídos às diferentes práticas corporais;
- Compreender as relações das práticas corporais institucionalizadas com o mundo do trabalho e da produtividade;
- Construir relações críticas e emancipadas sobre as práticas corporais contemporâneas.
- Compreender o sujeito como parte de um sistema ecológico experienciando práticas corporais que estabelecem relação direta com a sustentabilidade do ambiente de vida.

### 3. OBJETIVOS GERAIS DA DISCIPLINA GINÁSTICA

- Apropriar-se de conhecimentos e de atividades que possibilitem o desenvolvimento do movimento intencional como expressão da individualidade do aluno e como reflexo de sua participação coletiva; Ampliar o repertório de movimentos ginásticos e artísticos visando experiências corporais conscientes.

#### **4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA DISCIPLINA GINÁSTICA**

- Acompanhar o crescimento e o desenvolvimento por meio das medidas antropométricas e dos testes neuromotores;
- Perceber os limites e as possibilidades corporais a partir da vivência das capacidades físicas;
- Compreender e reconhecer os efeitos fisiológicos e psicológicos decorrentes da prática de atividades físicas;
- Conhecer a diferença entre consumo e gasto calórico;
- Reconhecer a estrutura da coluna vertebral e reconhecer os desvios posturais;
- Identificar as diferentes expectativas corporais decorrentes da construção midiática sobre o corpo, e as mudanças no padrão de beleza ao longo da história;
- Conhecer e vivenciar a história das danças e vivenciar suas diferentes expressões, sobretudo danças da cultura popular brasileira;
- Identificar e vivenciar os diferentes tipos de ginástica;
- Vivenciar práticas corporais alternativas.

#### **5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

- Análise antropométrica e neuromuscular.
- Crescimento e desenvolvimento motor.
- Capacidades físicas (força, resistência aeróbica, velocidade, equilíbrio, agilidade e flexibilidade).
- Efeitos fisiológicos e psicológicos da atividade física.
- Nutrição, consumo e gasto calórico.
- Análise postural.
- Corpo, estética e mídia (produção de sentidos sobre o corpo e beleza).
- O corpo e o seu papel na formação do sujeito histórico.
- Consciência e expressão corporal, linguagem corporal.
- Iniciação à dança: histórico das danças, danças populares brasileiras e capoeira, danças latino americanas, danças POPs, danças circulares.
- História e tipos de Ginástica: ginástica geral, laboral, artística e olímpica, pirâmides e práticas corporais circenses.
- Práticas corporais alternativas: introdução à meditação, ioga, pilates, respiração consciente, técnicas de relaxamento, reflexiologia podal, massagem.
- Olimpíadas do Colégio de Aplicação.

Trilhas ecológicas

#### **6. AVALIAÇÃO**

A avaliação será processual e com a possibilidade de auto avaliação. Para a avaliação da participação utilizar-se-á como instrumento a observação dos alunos durante as aulas visando acompanhar o seu processo de inserção nas atividades propostas. A assiduidade, a responsabilidade, o uso de roupas adequadas, o compromisso com a atividade proposta e o interesse nas aulas, assim como, as atitudes positivas (participação) e negativas (agressões e falta de respeito), serão pontos a serem observados. Trabalhos de pesquisa, produção de coreografias e apresentações de movimentos serão propostos como atividades avaliativas durante o trimestre.

#### **Referências**

*Base Nacional Curricular Comum*, Brasil, 2015-16  
COLETIVO DE AUTORES, *Metodologia do ensino da educação física*. São Paulo: Cortez, 1993.  
KUNZ, Elenor. *Transformação Didático Pedagógica do Esporte*. Ijuí: Unijuí, 1994.  
ANDERSON, Bob. *Alongue-se*. São Paulo: Summus, 1983.  
ASIMOV, Isaac. *O corpo humano: sua estrutura e funcionamento*. São Paulo: Boa Leitura Editora.  
BRACHT, Valter. *Educação Física e aprendizagem social*. Porto Alegre: Magister, 1987.  
BITTLESTON, Jennie. *Découverte et initiation*. Berlin, Saarbrucken, 2001.

- CARVALHO, Yara M. de, *O “mito” da atividade física e saúde*. São Paulo: Editora Hucitec, 1995.
- BARBANTI, V. J. e GUISELINI, M. A. *Exercícios Aeróbicos. Mitos e Verdades*. São Paulo: CLR Balieiro, 1985.
- DARIDO, Suraya. *Educação Física e temas transversais. Possibilidades de Aplicação*. São Paulo : Ed. Mackenzie, 2006.
- DARIDO, Suraya (org.) *Educação Física Escolar: compartilhando experiências*. São Paulo: Phorte, 2011.
- DARIDO, Suraya. *Para ensinar educação física: Possibilidades de intervenção na escola*. Campinas, SP : Papirus, 2007.
- FONTANA, Roseli. O Corpo aprendiz. Yara maria carvalho e Kátia Rúbio (org.). *Educação Física e ciências humanas*. SP: Hucitec, 2001.
- GUEDES, D. P. e Guedes, J.E.R.P., *Atividade Física, Aptidão Física e saúde*. In Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, V.1, n.1, pág. 18-35, 1995.
- HASELBACH, Barbara. *Dança, improvisação e movimento: expressão corporal na educação física*, 1988.
- KOS, TEPLY, VOLRAB. *Ginástica: 1200 exercícios*. Tradução de Carlos Alberto Pavanele. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1979.
- NISTA-PICCOLO, Vilma Lení e MOREIRA, W.W. *Esporte para a vida no Ensino Médio*. 1ª Edição. Telos Editora. Ministério da Educação. PNBE do professor, 2013.
- NELSON, G.A.; KOKKONEN, J. Anatomia do alongamento: guia ilustrado para aumentar a flexibilidade e a força muscular. Barueri, SP: Manole, 2007.
- LYSEBETH, Andre Van. *J'apprends le Yoga*. Belgique: Flammarion, 1968.
- Parâmetros Curriculares Nacionais*, Brasil, 1997;
- RAMOS, Jayr Jordão. *Os exercícios físicos na história e na arte: do homem primitivo aos nossos dias*. São Paulo: Ibrasa, 1982.
- SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO PARANÁ. *Educação Física no Ensino Médio*. Vários autores. Curitiba: SEED-PR, 2006. 232 p.
- SOARES, Carmen Lúcia. *Imagens no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX*. 2 ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.
- SOARES, Carmen Lúcia (org.). *Corpo e história*. Campinas, SP: Autores Associados, 2001.
- SILVA, Ana Márcia. *Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo de felicidade*. Campinas, SP: Autores Associados, 2001.
- SENDOWSKI, Yvonne. *Gymnastique douce*. St-Jean-de-Braye (France): Éditions Dangles, 1984.
- UNGARO, Alynea. *Pilates*. Paris: Le courrier du livre, 2012.

## ENSINO MÉDIO

### VOLEIBOL

PLANO DE ENSINO 2019 Ensino Médio

**Disciplina:** Educação Física

**Professora:** Mara Cristina Schneide

**Série:** Ensino Médio - VOLEIBOL

**Turmas:** 1º, 2º, 3º

#### 1 OBJETIVO GERAL

Promover o aprendizado e o desenvolvimento da cultura corporal relacionada ao esporte voleibol (aspectos físicos, psicológicos, intelectuais, técnico-táticos, científicos, educacionais, culturais, sociais, históricos, econômicos e políticos) privilegiando princípios como ludicidade, criatividade, trabalho coletivo, auto-organização, iniciativa, autonomia, cooperação, solidariedade e pensamento crítico.

#### 2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 2.1 Explicar e mensurar peso, estatura, índice de massa corporal (IMC), frequência cardíaca (FC) e pressão arterial (PA).
- 2.2 Expor a influência dos hábitos de vida (nutrição, atividade física, comportamentos de risco) na saúde (doenças crônico-degenerativas) e bem-estar social.
- 2.3 Discutir a saúde e o lazer como direitos sociais fundamentais e deveres do Estado brasileiro.
- 2.4 Identificar e desenvolver as capacidades físicas (força, velocidade, flexibilidade) e as habilidades motoras (coordenação, equilíbrio, agilidade, lateralidade) relacionadas ao voleibol.
- 2.5 Realizar alongamentos e aquecimentos progressivos direcionados ao voleibol e discutir as suas aproximações, diferenças, funções e efeitos nas práticas corporais e na qualidade de vida.
- 2.6 Identificar e desenvolver os elementos ginásticos presentes no voleibol (saltar, agachar, “cair”, levantar, rolar, girar, balançar e correr).
- 2.7 Ensinar e desenvolver os fundamentos técnico-táticos individuais e coletivos do voleibol.
- 2.8 Apresentar e discutir as regras oficiais do voleibol indoor e de praia e experienciar a arbitragem.
- 2.9 Historicizar e desconstruir o esporte moderno (hegemônico) visando ao conhecimento crítico e científico de seus princípios, características e finalidades.
- 2.10 Empreender a transformação das técnicas e regras oficiais do jogo e, assim como a criação de novas técnicas e regras, para a construção de jogos lúdicos, cooperativos e inclusivos.
- 2.11 Elaborar, planejar, realizar e avaliar um projeto (evento) lúdico, cooperativo e inclusivo de voleibol escolar.

---

2.12 Debater questões contemporâneas no esporte: psicologia, gênero, racismo, homofobia, violência, drogas, mídia, marketing, rendimento, lazer e participação.

2.13 Realizar uma trilha visando à interação homem-natureza e à discussão dessa relação.

2.14 Vivenciar o vôlei de praia e o futevôlei.

2.15 Conhecer o sistema músculo-esquelético em laboratório de anatomia.

#### 3 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

##### UNIDADE 1

3.1 Peso, estatura, índice de massa corporal (IMC), frequência cardíaca (FC) e pressão arterial (PA). 3.1.1 Anatomia: sistema músculo-esquelético.

3.2 Influência dos hábitos de vida (nutrição, atividade física, comportamentos de risco) na saúde (doenças crônico-degenerativas) e bem-estar social.

3.3 Saúde e lazer como direitos sociais fundamentais e deveres do Estado brasileiro.

##### UNIDADE 2

3.4 Capacidades físicas (força, velocidade, flexibilidade) e habilidades motoras (coordenação, equilíbrio, agilidade, lateralidade) relacionadas ao voleibol.

3.5 Alongamentos e aquecimentos progressivos direcionados ao voleibol. Aproximações, diferenças, funções e efeitos nas práticas corporais e na qualidade de vida.

3.6 Elementos ginásticos presentes no voleibol (saltar, agachar, “cair”, levantar, rolar, girar, balançar e correr).

#### UNIDADE 3

3.7 Fundamentos técnico-táticos individuais e coletivos do voleibol: toque, manchete, saque, recepção, levantamento, cortada, bloqueio, cobertura, finta, defesa e ataque. Jogos pré-desportivos, populares e adaptados (vôlei de quadra, vôlei de duplas, vôlei sentado, etc). Jogo propriamente dito.

3.8 Regras oficiais do voleibol indoor e de praia. Arbitragem.

#### UNIDADE 4

3.9 Historicização e desconstrução do esporte moderno (hegemônico): princípios, características e finalidades.

3.10 Transformação das técnicas e regras oficiais do jogo e criação de novas técnicas e regras para a construção de jogos lúdicos, cooperativos e inclusivos.

3.11 Elaboração, planejamento, realização e avaliação de um projeto (evento) lúdico, cooperativo e inclusivo de voleibol escolar.

3.12 Debate de questões contemporâneas no esporte: psicologia, gênero, racismo, homofobia, violência, drogas, mídia, marketing, rendimento, lazer e participação.

3.13 Trilha.

3.14 Vôlei de praia e futevôlei.

## 4 METODOLOGIA

O ensino dos conteúdos selecionados para este Plano de Ensino se baseará nos cinco passos metodológicos de Dermeval Saviani:

1o) Prática social: é o que é comum ao professor e aos alunos. Observamos que o professor e os alunos estão em diferentes níveis de compreensão e podem posicionar-se diferentemente numa situação. O professor, segundo o autor, possui uma compreensão mais elaborada dos conteúdos, tendo a tarefa de mediar o aprendizado e desenvolvimento dos alunos, para que os mesmos alcancem o seu nível de entendimento da prática social.

2o) Problematização: levantar problemas a partir da prática social, detectando questões que precisam ser resolvidas.

3o) Instrumentalização: a apropriação (por parte dos alunos) de instrumentos teórico-práticos transmitidos direta e/ou indiretamente pelo professor, para a resolução das questões levantadas durante as aulas.

4o) Catarse: forma elaborada de pensamento onde os elementos culturais (conteúdos) passam a ser elementos ativos de transformação social.

5o) Prática social transformada: é o ponto de chegada, sendo não mais compreendido de forma sincrética pelos alunos e de forma sintética e precária pelo professor. Neste momento tanto professor como alunos chegam à compreensão da síntese orgânica (concreto pensado).

O importante nesse processo é que se pode perceber um salto qualitativo no conhecimento do aluno, visto que este, durante a aula, confronta seu saber cotidiano (sincrético, confuso), com o saber científico, e desse encontro conflituoso ocorre uma síntese qualitativa, que representa uma ampliação das referências do pensamento do aluno. Vale ressaltar que tanto o senso comum, quanto o conhecimento científico são provisórios, espirais, simultâneos, e exercem entre si tanto uma relação antagônica (de ruptura, afastamento) como uma relação de continuidade (lógica dialética).

Associado ao método de ensino de Saviani, adotarei métodos criativos de ensino baseados no jogo, visando a estimular nos alunos, ao fim, o desenvolvimento de princípios como ludicidade, criatividade, trabalho coletivo, auto-organização, iniciativa, autonomia, cooperação, solidariedade e pensamento crítico.

Serão desenvolvidas atividades individuais (provas, trabalhos teóricos e práticos, etc) e coletivas (trabalhos, jogos, seminários, rodas de conversa, debates, etc). O desenvolvimento destas atividades considerará o seguinte princípio: “De cada um segundo suas possibilidades. A cada um segundo suas necessidades”, o que significa que os alunos terão um papel mediador importante na aula, auxiliando (segundo suas possibilidades) os colegas e/ou sendo auxiliados (segundo suas necessidades) por eles. Esta ideia se articula ao pensamento da psicologia histórico-cultural de Vygotsky. Como questões centrais de seus estudos, podemos destacar: o estudo da gênese dos processos psicológicos superiores; a importância da mediação/internalização dos conceitos científicos através da escola; a relação entre aprendizado e desenvolvimento; a zona de desenvolvimento proximal; a relação entre pensamento e linguagem; a relação dialética entre indivíduo e sociedade/cultura/natureza; o desenvolvimento da linguagem escrita; o papel do brincar no desenvolvimento da criança; etc. Percebemos que essas questões apresentam importantes reflexões sobre o

processo de formação das funções psicológicas superiores, o qual exige o acesso à escola e a mediação do professor para concretizar-se.

## 5 AVALIAÇÃO

Serão critérios de avaliação: a frequência; a pontualidade; o envolvimento, o interesse e a participação individual nas atividades realizadas; o processo de desenvolvimento da turma (ampliação dos conhecimentos; desenvolvimento do pensamento crítico e criativo, do trabalho coletivo, solidário e cooperativo, da auto-organização, da iniciativa, da autonomia e da ludicidade e aprimoramento técnico-tático). A avaliação será processual/contínua e tomará como ponto de partida o nível atual de desenvolvimento dos alunos - constatado por meio de uma avaliação diagnóstica inicial - e seu nível potencial de desenvolvimento (potencialidades), expresso por meio dos objetivos deste plano.

### Referências

- OLIVEIRA, Sávio A. de. Reinventando o esporte: possibilidades da prática pedagógica. 2. ed. Campinas: Autores Associados: 2005.
- BARROSO, André L. R. Voleibol escolar: uma proposta de ensino nas três dimensões dos conteúdos. Dissertação de Mestrado. Instituto de Biociências do Campus de Rio Claro. Universidade Estadual Paulista. 226f. Rio Claro, São Paulo, 2008.
- BETTI, Mauro. Educação física e sociedade. São Paulo: Movimento, 1991, p. 33-61.
- \_\_\_\_\_. Educação física, cultura e sociedade. EFDeportes, Buenos Aires, n. 174, nov. 2012, 9 p. BISSERET, Noëlle. A ideologia das aptidões naturais. In: DURAND, José C. G. (org.). Educação e hegemonia de classe: as funções ideológicas da escola. Rio de Janeiro: Zahar, 1979, p. 29-67. BRACHT, Valter. Educação Física e aprendizagem social. Porto Alegre: Magister, 1992.
- \_\_\_\_\_. Educação física & ciência: cenas de um casamento (in)feliz. 2. ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2003.
- \_\_\_\_\_. Esporte na escola e esporte de rendimento. Revista Movimento, Porto Alegre, v. 06, n. 12, p. XIV-XXIV, 2000.
- \_\_\_\_\_. Sociologia crítica do esporte: uma introdução. 3. ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2005.
- BREGOLATO, Roseli A. Cultura corporal do esporte. São Paulo: Ícone, 2007 (Coleção Educação Física Escolar: no princípio de totalidade e na concepção histórico-crítico social, v. 3).
- CAMPOS, Luiz A. S. Voleibol “da” escola. 2. ed. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2015.
- CAPELA, Paulo R. do C.; TAVARES, Elaine (orgs.). Os megaeventos esportivos: suas consequências, impactos e legados para a América Latina. Florianópolis: Insular, 2014.
- CASTELLANI FILHO, Lino. Educação física no Brasil: a história que não se conta. 19. ed. Campinas, SP: Papirus, 2013.
- COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do Ensino de Educação Física. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2009.
- SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO PARANÁ. Diretrizes Curriculares de Educação Física para os anos finais do ensino fundamental e para o ensino médio. Curitiba, PR: SEED, 2008. FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE VOLEIBOL. Regras do jogo: regras oficiais de voleibol 2017- 2020. 2016. Disponível em: <<http://2017.cbv.com.br/pdf/regulamento/quadra/REGRAS-DE-QUADRA-2017-2020.pdf>>. Acesso em: 21 fev. 2018.
- FREITAS, Luiz C. de. Crítica da organização do trabalho pedagógico e da didática. 11. ed. Campinas, SP: Papirus, 1995.
- HILDEBRANDT, Reiner; LAGING, Ralf. Concepções abertas no ensino da educação física. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1986.
- GHIRALDELLI JUNIOR, Paulo. Educação Física progressista: a pedagogia crítico-social dos conteúdos e a Educação Física Brasileira. 3. ed. São Paulo: Loyola, 1991.
- GONZÁLEZ, Fernando J.; FENSTERSEIFER, Paulo E. (org.). Dicionário crítico de Educação Física. 2. ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2008.
- GRANDO, José C. Sacralização do corpo: a educação física na formação da força de trabalho brasileira. Blumenau, SC: Ed. da FURB, 1996.
- HEROLD JUNIOR, Carlos. A educação física na história do pensamento educacional. Guarapuava, PR: UNICENTRO, 2008.
- HUIZINGA Johan. Homo Ludens. O jogo como elemento da cultura. 5. ed. São Paulo: Perspectiva, 2005.
- LEMONS, Ailton de S. Voleibol escolar. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- LEONTIEV, Alexis. O desenvolvimento do psiquismo. 2. ed. São Paulo: Cenatur, 2004.
- LEONTIEV, Alexis; VYGOTSKY, Lev S.; LURIA, Alexander R. Psicologia e Pedagogia: bases psicológicas da aprendizagem e do desenvolvimento. São Paulo: Centauro, 2003.

- LURIA, Alexander R. Desenvolvimento cognitivo: seus fundamentos culturais e sociais. São Paulo: Ícone, 1990.
- MARCHI JÚNIOR, Wanderley. “Sacando” o voleibol: do amadorismo à espetacularização da modalidade no Brasil (1970-2000). Tese de Doutorado. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. 282f. Campinas, São Paulo, 2001.
- MARINHO, Inezil P. Coletânea de textos. Porto Alegre: UFRGS, 2005.
- MEDINA, João P. S. A educação física cuida do corpo e... “mente”: bases para a renovação e transformação da educação física. 9. ed. Campinas, SP: Papyrus, 1990.
- MELO, Victor A. de. História da educação física e do esporte no Brasil: panorama e perspectivas. SP: IBRASA, 1999.
- NAHAS, Markus V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013.
- OLIVEIRA, Vitor M. de. O que é educação física? 4. ed. São Paulo: Brasiliense, 1985.
- RAMOS, Jayr J. Os exercícios físicos na história e na arte. São Paulo: IBRASA, 1983.
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL. Regras de vôlei de praia 2015-2016. 2014. Disponível em: <[http://2017.cbv.com.br/pdf/regulamento/praias/REGRAS\\_VOLEI\\_DE\\_PRAIA\\_2015-2016.pdf](http://2017.cbv.com.br/pdf/regulamento/praias/REGRAS_VOLEI_DE_PRAIA_2015-2016.pdf)>. Acesso em: 21 fev. 2018.
- DALSIN, Karine; GOELLNER, Silvana V. O elegante esporte da rede: o protagonismo feminino no voleibol gaúcho dos anos 50 e 60. Movimento, Porto Alegre, v. 12, n. 01, p. 153-171, jan/abr 2006.
- DARIDO, Suraya C. Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.
- ROMARIZ, Sandra B.; VOTRE, Sebastião J.; MOURÃO, Ludmila. Representações de gênero no voleibol brasileiro: a imagem do teto de vidro. Movimento, Porto Alegre, v. 18, n. 04, p. 219-237, out/dez 2012.
- RUBIO, Kátia. Os Jogos Olímpicos e a transformação das cidades: os custos sociais de um megaevento. In: Scripta Nova, Universidade de Barcelona, vol. IX, n. 194 (85), 2005, 16 p.
- SANTIN, Silvino. A biomecânica entre a vida e a máquina: um acesso filosófico. 2. ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2000.
- \_\_\_\_\_. Educação Física: da alegria do lúdico à opressão do rendimento. 3. ed. Porto Alegre, RS: EST Edições, 2001.
- SAVIANI, D. Escola e democracia: 33. ed. Campinas, São Paulo: Autores Associados, 2000.
- SOARES, Carmem L. Educação Física: raízes europeias no Brasil. Campinas, SP: Autores Associados, 1994, p. 9-65.
- \_\_\_\_\_. Imagens da educação no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2005.
- SOUSA, Eustáquia S. de; ALTMANN, Helena. Meninos e meninas: expectativas corporais e implicações na educação física escolar. Cadernos CEDES, Ago 1999, vol.19, n. 48, p. 52-68.
- SOUZA, Adriano J. de. É jogando que se aprende: o caso do voleibol. In: NISTA-PICCOLO, Vilma; TOLEDO, Eliana de (orgs.). Abordagens pedagógicas do esporte: modalidades convencionais e não convencionais. Campinas, SP: Papyrus, 2014, p. 447-472.
- TAFFAREL, Celi N. Z. Criatividade nas aulas de educação física. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1985.
- VELARDI, Marília. Metodologia do ensino em Educação Física: contribuições de Vygotsky para as reflexões sobre um modelo pedagógico. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. 200f. Campinas, São Paulo, 1997.
- VIGOTSKI, LEV S. Psicologia pedagógica. São Paulo: Martins Fontes, 2016.
- \_\_\_\_\_. A construção do pensamento e da linguagem.
- VIGOTSKII, LEV S.; LURIA, ALEXANDER R.; LEONTIEV, ALEXIS. Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem. São Paulo: Ícone, 1988.
- VYGOTSKY, LEV S. Pensamento e Linguagem. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- \_\_\_\_\_. A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- \_\_\_\_\_. Estudos sobre a história do comportamento: o macaco, o primitivo e a criança. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

# ENSINO MÉDIO

## HANDEBOL

PLANO DE ENSINO 2019 Ensino Médio

**Disciplina:** Educação Física

**Professora:** Mariana Zamberlan Nedel e Eduardo José Dallegrave

**Série:** Ensino Médio - HANDEBOL

**Turmas:** 1º, 2º

### 1. SOBRE O COLÉGIO

#### 1.1 OBJETIVO GERAL DO COLÉGIO

Proporcionar a transmissão, produção e apropriação crítica do conhecimento com o fim de instrumentalizar a responsabilidade social e a afirmação histórica dos educandos.

#### 1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DO COLÉGIO

Propiciar os conhecimentos necessários para instrumentalizar o educando na sua atuação, tornando-o crítico e produtivo no processo de transformação no mundo e na conseqüente construção de uma sociedade justa, humanitária e igualitária;

Possibilitar ao educando a vivência de práticas democráticas concretas para que este possa desenvolver-se como sujeito livre, consciente e responsável na construção coletiva de sua realidade histórica;

Proporcionar e desenvolver atividades de pesquisa e extensão que contribuam para a melhoria do ensino, como para formação continuada dos docentes.

### 2. SOBRE A DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Partimos do pressuposto de que o homem é um sujeito sócio histórico, constituído nas relações sociais e culturais numa relação dialética. Assim, compreendemos as manifestações da cultura corporal de movimento como elemento principal da disciplina, estabelecendo protagonismo nas relações entre o sujeito o seu mundo vivido.

As práticas corporais se apresentam como os elementos que devem ser tratados, significados, ressignificados, compreendidos pelos estudantes. Para isso, o protagonismo no processo de construção curricular faz-se necessário ao estabelecendo uma relação de participação autônoma na construção do conhecimento. Entendemos que esta relação entre sujeito e o conhecimento construído por ele, são partes da construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Entendemos que tais práticas corporais se configuram a partir dos seguintes elementos (apresentados como possibilidades nos PCN, 1997 e na proposta da BNCC, 2015-16):

Ginástica;

Lutas;

Jogos e brincadeiras;

Esporte;

Exercício físico;

Práticas corporais alternativas;

Práticas corporais de aventura;

Práticas corporais rítmicas.

#### 2.1 OBJETIVOS GERAIS DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Participar de diferentes práticas corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, compreendendo os elementos mais avançados sobre diversidade, sejam culturais, étnicos, raciais e de gênero;

Compreender o movimentar-se humano estabelecendo relações entre as capacidades e possibilidades individuais;

Conhecer, valorizar, apreciar e avaliar diferentes manifestações de cultura corporal de movimento, presentes no cotidiano sociocultural;

Saber organizar jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais buscando estabelecer uma relação autônoma e crítica com a produção do conhecimento;

Compreender a origem e a dinâmica de transformação das representações e práticas corporais sociais que constituem a cultura corporal de movimento, seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual e com os agentes sociais envolvidos em sua produção;

Identificar, interpretar e recriar os valores, os sentidos, os significados e os interesses atribuídos às diferentes práticas corporais;

Compreender as relações das práticas corporais institucionalizadas com o mundo do trabalho e da produtividade;

Construir relações críticas e emancipadas sobre as práticas corporais contemporâneas;

Compreender o sujeito como parte de um sistema ecológico experienciando práticas corporais que estabelecem relação direta com a sustentabilidade do ambiente de vida;

Propor conhecimentos teóricos e atividades práticas, que possibilitem o desenvolvimento do movimento intencional como expressão da individualidade do aluno e reflexo de sua participação coletiva.

## **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA MODALIDADE DE HANDEBOL**

Utilizar movimentos já aprendidos para aprimorar a prática do handebol;

Analisar os aspectos técnicos e táticos do handebol, através de sua caracterização no âmbito escolar;

Conhecer e analisar diferentes modelos de ensino de jogos esportivos na escola;

Conhecer e discutir sobre a aplicação das regras oficiais do handebol;

Conhecer e analisar alternativas táticas e técnicas para o processo de ensino-aprendizagem do handebol escolar;

Reconhecer e vivenciar atividades que contribuam para o desenvolvimento integrado das potencialidades do educando, possibilitando a consciência sobre a importância da promoção da saúde, fortalecimento da vontade e aquisição de novas atitudes, estabelecendo uma melhor utilização dos conhecimentos adquiridos sobre a cultura corporal de movimento;

Possibilitar relações equilibradas e construtivas em grandes e pequenos grupos, adotando atitudes de solidariedade e companheirismo, respeito e hábitos de vida saudáveis, de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando-os com efeitos sobre a própria saúde individual e coletiva;

Acompanhar o crescimento e o desenvolvimento por meio das medidas antropométricas e dos testes neuromotores

## **3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **3.1 Temas gerais da disciplina**

Medidas antropométricas (peso, altura e dobras cutâneas) e Testes neuromotores (flexibilidade, resistência muscular localizada, resistência cardiorrespiratória (corrida dos 9’)

A importância do aquecimento e alongamento;

Jogos cooperativos x jogos competitivos;

Práticas de relaxamento;

Capacidades físicas: força, flexibilidade, resistência aeróbia, velocidade, agilidade, equilíbrio e coordenação motora.

### **3.2 Temas específicos da modalidade**

As capacidades físicas dentro de pequenos e grandes jogos baseados no handebol;

Anatomia: estudo dos sistemas esquelético e muscular no Laboratório de Anatomia da UFSC.

História do handebol no Mundo (principais eventos da modalidade), no Brasil e nos Jogos Olímpicos;

Estudo dos principais fundamentos;

Jogos cooperativos que envolvam os principais fundamentos do handebol: empunhadura, drible, arremesso, recepção, passe, finta, ritmo trifásico; duplo ritmo trifásico;

Regras do handebol;

Alternativas táticas e técnicas para o processo de ensino-aprendizagem;

Formas didático metodológicas para o ensino da modalidade: centrada nas técnicas; no jogo formal, no jogo situacional e nos jogos condicionados;

Sistemas defensivos e ofensivos;

A pedagogia do handebol;

Handebol adaptado;

Handebol e suas diferentes manifestações: Mini-handebol; Handebol de Areia; Handebol de Campo; Handebol em Cadeira de Rodas (HCR); Handebol Master.

Arbitragem.

### **3.3 Temáticas paralelas**

Mulheres no esporte;

Lesões no esporte;

Atividade física e saúde – nutrição, educação postural e uso de anabolizantes;

Pré-conceito no esporte.

### **3.4 Atividades complementares**

Jogos internos, temas transversais, debates, produções midiáticas e escritas;  
Olimpíadas do Colégio de Aplicação da UFSC;  
Trilhas.

#### 4. Estratégias e recursos

Aulas demonstrativas, práticas, dialogadas, expositivas, individuais e em grupos, com a utilização dos seguintes recursos: quadras, bolas, materiais diversos, recursos audiovisuais, colchonetes, redes, coletes, apitos, obstáculos, salas de aula e laboratório.

#### REFERÊNCIAS

- Base Nacional Curricular Comum, 2015-16
- BARBANTI, V. J. (1990). Aptidão Física e Saúde. São Paulo: Ed. Manole
- BETTI, M. (2002). Educação Física Escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte. São Paulo, 1, (1), 73-81
- BRACHT, V. (2000). Esporte na Escola e Esporte de rendimento. Revista Movimento. Porto Alegre, 4 (12), 14-24.
- BRACHT, V. Educação Física e Aprendizagem social. Porto Alegre: Magister, 1987.
- BROTO, F. Jogos cooperativos: se o importante é competir o fundamental é cooperar. Santos-SP: Projeto cooperação, 1997.
- CBHb. Confederação Brasileira de Handebol. História do Handebol. Disponível em: <<http://www.brasilhandebol.com.br>>. Acesso em: 27 jan. 2017.
- DARIDO, S. C.; RODRIGUES, L. H.; RAMOS, G. N. S.; GALVÃO, Z.; FERREIRA, L. A.; MOTA E SILVA, E. V.; SANCHES NETO, L.; RANGEL, I. C. A.; PONTES, G. H. & CUNHA, F. (2006). Educação física e temas transversais: possibilidades de aplicação. São Paulo: Editora Mackenzie.
- EHRET, A. et al. Manual de Handebol: treinamento de base para crianças e adolescentes/; Organizado pela Confederação Alemã de Handebol (CAHb); tradução e revisão científica: Pablo Juan Greco, São Paulo: Phorte, 2002.
- FERRETI, P. & FERRETI, P. (2008). As regras e características de todos os desportos. Rio de Mouro: Everest Editora Ltda.
- GALLAHUE, D.; OZMUN, J. Compreendendo o desenvolvimento motor. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.
- GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Ed). O ensino dos jogos desportivos. Porto: CEJD, 1994.
- KUNZ, E. (1996). Transformação didático-pedagógica do Esporte. Ijuí, Unijuí. KUNZ, E. (2000). Esporte: uma abordagem com a fenomenologia. Revista Movimento. Porto Alegre, 4 (12), 1-13.
- LIBÂNEO, J. C. "O sistema de organização e gestão da escola". Organização e Gestão da Escola - teoria e prática. 4ª ed. Goiânia: Alternativa, 2001.
- MALINA, R.M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. Crescimento, Maturação e Atividade Física. 2ª Ed. São Paulo:Phorte, 2009.
- MENEZES, R.P. Das situações do jogo ao ensino das fixações no handebol. Motriz, Rio Claro, v.17, n.1, p.39-47, jan./mar.2011.
- NAHAS, M. V. (2001). Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida – Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo. Ed. Midiograf, Londrina.
- NISTA-PICCOLO, Vilma Leni e MOREIRA, W.W. Esporte para a vida no Ensino Médio. 1ª Edição. Telos Editora. Ministério da Educação. PNBE do professor, 2013.
- OLIVEIRA, A.A.B. et al. Ensinando e aprendendo esportes no Programa Segundo Tempo. V.1. Maringá: Eduem, 2011.
- PETROSKI, E. L. Antropometria: técnicas e padronizações. 2ª Ed. Porto Alegre: Pallotti, 2003.
- PIRES, G.L.; NEVES, A. O trato com o conhecimento esporte na formação em educação física: possibilidades para sua transformação didático-metodológica. In: KUNZ, E. (org.). Didática da educação física 2. 3.ed. Ijuí: Unijuí, 2005.
- SANTOS, Ana. Manual de Mini-Handebol. São Paulo: Phorte, 2003.
- SILVA, M. A. Handebol: regras ilustradas, técnicas e táticas. Rio de Janeiro: TecnoPrint, 1983.
- TENROLLER, Carlos. Handebol: Teoria e Prática. Rio de Janeiro: 2ª Edição: Sprint, 2005.