

EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º ANO

ATITUDE PERMANENTE: COOPERAÇÃO

CONTEÚDOS PERMANENTES:

- 1- Percepção;
- 2- Categorias de Movimento: equilíbrio, locomoção e manipulação;
- 3- Alongamento e descontração.

1º BIMESTRE / 2017

EIXOS	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	Jogos de corrida variada	<u>Contrastes</u> : longe/perto, rápido/lento; <u>Estrutura</u> : convergir/divergir e perseguir/escapar.	<ul style="list-style-type: none"> Correr em diferentes direções, sentidos, velocidades, ora fugindo, ora perseguindo e retornando.
GINÁSTICA	Alongamento, percepção do corpo; Elementos de locomoção.	Alongamentos, postura. Caminhar, correr, pular, saltitar, deslizar, rolar, guiar.	<ul style="list-style-type: none"> Perceber seu corpo perante a execução de um movimento, conhecendo seus limites, trabalhando a postura correta; Perceber a mudança, alteração do corpo no espaço.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	Expressão corporal	Mímica; Imitação; Dramatização; Ritmo	<ul style="list-style-type: none"> Representar papéis, através da imitação, dramatização e mímica. Reproduzir movimentos e sons (com o corpo, com materiais alternativos).
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	Conhecimento do corpo	Batimento cardíaco; Suor; Respiração (inspiração e expiração, diafragma).	<ul style="list-style-type: none"> Realizar atividades que proporcionem o contato e conhecimento do seu corpo, como órgãos e funções. Perceber as alterações provocadas pela atividade física.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º ANO

ATITUDE PERMANENTE: COOPERAÇÃO

CONTEÚDOS PERMANENTES:

- 1- Percepção;
- 2- Categorias de Movimento: equilíbrio, locomoção e manipulação;
- 3- Alongamento e descontração.

2º BIMESTRE / 2017

EIXOS	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	Jogos em círculo.	<u>Contrastes:</u> dentro/fora, centro/perímetro; <u>Estruturas:</u> grandes círculos e pequenos círculos.	<ul style="list-style-type: none">• Apropriar-se de um espaço delimitado, que exige manutenção desse espaço no decorrer da atividade (que é o círculo), com e sem utilização de materiais.
GINÁSTICA	Elementos da ginástica acrobática.	Rolamentos para frente grupado, para trás, roda/estrela.	<ul style="list-style-type: none">• Realizar os movimentos da ginástica, seguindo os passos de execução e dificuldade do movimento.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	Brinquedos cantados	Reprodução e Criação de movimentos.	<ul style="list-style-type: none">• Reproduzir corporalmente os movimentos característicos dos brinquedos cantados;• Criar novos movimentos, propor novas expressões corporais.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	Conhecimento do corpo	Batimento cardíaco; Suor; Respiração (inspiração e expiração, diafragma); Aparelho locomotor.	<ul style="list-style-type: none">• Realizar atividades que proporcionem o contato e conhecimento do seu corpo, como órgãos e funções.• Perceber as alterações provocadas pela atividade física.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º ANO

ATITUDE PERMANENTE: COOPERAÇÃO

CONTEÚDOS PERMANENTES:

- 1- Percepção;
- 2- Categorias de Movimento: equilíbrio, locomoção e manipulação;
- 3- Alongamento e descontração.

3º BIMESTRE / 2017

EIXOS	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	Jogos em linha.	<u>Contrastes:</u> para frente/para trás, direita/esquerda; <u>Estruturas:</u> deslocamento do educando e do material, deslocamento do educando e o material imóvel, deslocamento apenas do material; <u>Referência:</u> direção e sentidos.	<ul style="list-style-type: none">• Deslocar-se no espaço, percebendo a direção e o sentido, com e sem o uso de materiais.
GINÁSTICA	Elementos gímnicos	Parada de cabeça, parada de mãos com auxílio, pirâmide.	<ul style="list-style-type: none">• Realizar os movimentos da ginástica, seguindo os passos de execução e dificuldade do movimento.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	Dança	Ritmo; Percepção do tempo musical;	<ul style="list-style-type: none">• Explorar diferentes ritmos, identificando as batidas fortes da música e realizando os movimentos de acordo com o tempo musical;• Produzir movimentos e sons (com o corpo, com materiais alternativos), percebendo o ritmo.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	Conhecimento do corpo	Batimento cardíaco; Suor; Respiração (inspiração e expiração, diafragma); Aparelho locomotor.	<ul style="list-style-type: none">• Realizar atividades que proporcionem o contato e conhecimento do seu corpo, como órgãos e funções.• Perceber as alterações provocadas pela atividade física.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º ANO

ATITUDE PERMANENTE: COOPERAÇÃO

CONTEÚDOS PERMANENTES:

- 1- Percepção;**
- 2- Categorias de Movimento: equilíbrio, locomoção e manipulação;**
- 3- Alongamento e descontração.**

4º BIMESTRE / 2017

EIXOS	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	Jogos de oposição	Ações motoras de ataque e defesa.	<ul style="list-style-type: none">Realizar jogos de oposição, refletindo sobre as diferenças e respeitando os oponentes, criando estratégias de ataque e defesa.
GINÁSTICA	Capacidades físicas	Força, Velocidade, Resistência, Flexibilidade, Habilidade Motora.	<ul style="list-style-type: none">Aplicar as capacidades físicas em diferentes atividades.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	Dança	Associação do ritmo e movimento, sem e com deslocamento.	<ul style="list-style-type: none">Associar movimentos ao ritmo proposto.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	Conhecimento do corpo	Batimento cardíaco; Suor; Respiração (inspiração e expiração, diafragma); Aparelho locomotor.	<ul style="list-style-type: none">Realizar atividades que proporcionem o contato e conhecimento do seu corpo, como órgãos e funções.Perceber as alterações provocadas pela atividade física.