

## EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º 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 cooperativos	Cooperação, socialização, inclusão.	<ul style="list-style-type: none"><li>Trabalhar os jogos cooperativos, proporcionando diferentes vivências na execução de tarefas onde haja a colaboração de todos os envolvidos.</li></ul>
GINÁSTICA	Elementos de locomoção	Movimentos de percepção do corpo: saltar, equilibrar, rolar, girar, trepar, balançar, embalar.	<ul style="list-style-type: none"><li>Perceber as possibilidades dos movimentos básicos da ginástica.</li><li>Proporcionar atividades que possibilitem diferentes vivências das categorias de movimento.</li></ul>
RITMO E EXPRESSIVIDADE	Dança	Formações corporais Níveis – planos – deslocamentos Colunas, fileiras, círculos.	<ul style="list-style-type: none"><li>Explorar os movimentos corporais na dança, com variedade de deslocamentos, níveis, planos, estimulando a coordenação motora, flexibilidade, postura, noções de espaço e tempo.</li></ul>
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	Primeiros Socorros	Orientação e procedimento com acidentes cotidianos: mordidas, picadas e cortes, acidentes durante a atividade física.	<ul style="list-style-type: none"><li>Conhecer os procedimentos básicos e necessários em casos de acidentes corriqueiros.</li></ul>

## EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º 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 pré-desportivos	Habilidades motoras, combinação de movimentos pressupostos para as diversas modalidades esportivas (Handebol, Basquetebol, Futsal, Futebol, Voleibol, Badminton, Beisebol, Rugby, Spiribol, outros).	<ul style="list-style-type: none"><li>• Introdução aos jogos enfocando diferentes vivências, estimulando as habilidades motoras específicas e a combinação de movimentos.</li></ul>
GINÁSTICA	Elementos gímnicos	Combinação de movimentos de locomoção e equilíbrio com e sem a utilização de materiais alternativos.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Criar possibilidades de movimentos individuais e coletivos, por meio de atividades práticas com o uso de materiais como bolas de borracha, arcos, cordas, bastões, fitas, caixas de papelão, pneus, colchonetes.</li><li>• Familiarizar-se com o manuseio dos materiais alternativos demonstrando equilíbrio, coordenação motora, harmonia na execução dos elementos gímnicos.</li></ul>
RITMO E EXPRESSIVIDADE	Dança	Estilos de dança	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apresentar estilos de dança e oportunizar os movimentos de forma espontânea, aguçando a criatividade, sensibilidade, expressividade.</li></ul>
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	Conhecimento do corpo	Como o corpo se movimenta	<ul style="list-style-type: none"><li>• Entender como o corpo se movimenta, a participação da estrutura óssea e muscular.</li></ul>

## EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º 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
<b>JOGOS</b>	Jogos pré-desportivos	Habilidades motoras, combinação de movimentos pressupostos para as diversas modalidades esportivas (Handebol, Basquetebol, Futsal, Futebol, Voleibol, Badminton, Beisebol, Rugby, Spiribol, outros).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdução aos jogos enfocando diferentes vivências, estimulando as habilidades motoras específicas e a combinação de movimentos.</li> </ul>
<b>GINÁSTICA</b>	Elementos da ginástica acrobática e gímnica.	Parada de cabeça, parada de mãos com auxílio, rolamentos, roda/estrela, pirâmide.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar os movimentos da ginástica, seguindo os passos de execução e dificuldade do movimento.</li> </ul>
<b>RITMO E EXPRESSIVIDADE</b>	Dança	Estilos de dança	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apresentar estilos de dança e oportunizar a criação de movimentos coreografados de forma espontânea, aguçando a criatividade, sensibilidade, expressividade.</li> </ul>
<b>CULTURA CORPORAL E SAÚDE</b>	Cultura corporal/saúde	Estimular o conhecimento do corpo, como meio para compreensão da importância da prática da atividade física para obter saúde e bem-estar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar atividades físicas e observar/sentir as mudanças provocadas no corpo e compreender a importância dessa prática para a saúde, tendo com isso, possibilidade de mudar seus hábitos e influenciar o meio onde vive, sendo, assim, agente de transformação social.</li> </ul>

## EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º 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
<b>JOGOS</b>	Jogos pré-desportivos	Habilidades motoras, combinação de movimentos pressupostos para as diversas modalidades esportivas (Handebol, Basquetebol, Futsal, Futebol, Voleibol, Badminton, Beisebol, Rugby, Spiribol, outros).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdução aos jogos enfocando diferentes vivências, estimulando as habilidades motoras específicas e a combinação de movimentos.</li> </ul>
<b>GINÁSTICA</b>	Capacidades físicas	Força, Velocidade, Resistência, Flexibilidade, Habilidade Motora.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar as capacidades físicas em diferentes atividades.</li> </ul>
<b>RITMO E EXPRESSIVIDADE</b>	Dança	Danças brasileiras	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apresentar as danças brasileiras e oportunizar a criação de movimentos coreografados de forma espontânea, aguçando a criatividade, sensibilidade, expressividade.</li> </ul>
<b>CULTURA CORPORAL E SAÚDE</b>	Cultura corporal/saúde	Estimular o conhecimento do corpo, como meio para compreensão da importância da prática da atividade física para obter saúde e bem-estar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar atividades físicas e observar/sentir as mudanças provocadas no corpo e compreender a importância dessa prática para a saúde, tendo com isso, possibilidade de mudar seus hábitos e influenciar o meio onde vive, sendo, assim, agente de transformação social.</li> </ul>