



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL



*Planejamento
Educação Física
2019*



4º ano e 5º ano



EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º ANO

1º BIMESTRE / 2019

06/02 – 30/04 - (56 dias letivos)

Aprox. 21 aulas para cada turma (2 aulas semanais)

CONTEÚDOS PERMANENTES:

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

ATITUDE PERMANENTE:
COOPERAÇÃO

Organizar o número de aulas por turma e dividir os conteúdos dos 4 eixos. Ex.: 21 aulas distribuídas em: 2 aulas para o eixo cultura corporal e saúde, 6 aulas para ritmo e expressividade, 6 aulas para ginástica e 7 aulas para jogos.

Na elaboração dos planos de aulas, dividir os conteúdos que serão trabalhados em cada ano (4º ano e 5º ano) organizando-os por grau de complexidade conforme o nível de aprendizado de cada turma.

EIXOS	Nº de aulas	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	7 aulas	Jogos cooperativos	Cooperação, socialização e inclusão.	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalhar os jogos cooperativos, proporcionando diferentes vivências na execução de tarefas onde haja a colaboração de todos os envolvidos.
GINÁSTICA	6 aulas	Elementos gímnicos de locomoção	Movimentos de locomoção do corpo: saltar, equilibrar, rolar, girar, trepar, balançar e embalar.	<ul style="list-style-type: none"> • Perceber as possibilidades dos movimentos básicos da ginástica; • Proporcionar atividades que possibilitem diferentes vivências das categorias de movimento.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	6 aulas	Dança	Formações corporais. Níveis – planos – deslocamentos. Colunas, fileiras e círculos.	<ul style="list-style-type: none"> • Explorar os movimentos corporais na dança, com variedade de deslocamentos, níveis, planos, estimulando a coordenação motora, flexibilidade, postura, noções de espaço e tempo.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	2 aulas	Primeiros socorros	Orientação e procedimento com acidentes cotidianos: mordidas, picadas, cortes e acidentes durante a atividade física.	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os procedimentos básicos e necessários em casos de acidentes corriqueiros.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º ANO

2º BIMESTRE / 2019

02/05 – 12/07 - (48 dias letivos)

Aprox. 19 aulas para cada turma (2 aulas semanais).

CONTEÚDOS PERMANENTES:

1- Percepção;

2- Categorias de Movimento: equilíbrio, locomoção e manipulação;

3- Alongamento e descontração.

ATITUDE PERMANENTE:
COOPERAÇÃO

Organizar o número de aulas por turma e dividir os conteúdos dos 4 eixos. Ex.: 19 aulas distribuídas em: 2 aulas para o eixo cultura corporal e saúde, 6 aulas para ritmo e expressividade, 5 aulas para ginástica e 6 aulas para jogos.

Na elaboração dos planos de aulas, dividir os conteúdos que serão trabalhados em cada ano (4º ano e 5º ano) organizando-os por grau de complexidade conforme o nível de aprendizado de cada turma.

EIXOS	Nº de aulas	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	6 aulas	Jogos pré-desportivos (dividir os esportes para cada ano e bimestre)	Habilidades motoras, combinação de movimentos pressupostos para as diversas modalidades esportivas (handebol, basquetebol, futsal, futebol, voleibol, badminton, beisebol e outros).	<ul style="list-style-type: none"> Introdução aos jogos enfocando diferentes vivências, estimulando as habilidades motoras específicas e a combinação de movimentos.
GINÁSTICA	5 aulas	Elementos gímnicos	Combinação de movimentos de locomoção e equilíbrio com e sem a utilização de materiais alternativos.	<ul style="list-style-type: none"> 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 e outros; Familiarizar-se com o manuseio dos materiais alternativos demonstrando equilíbrio, coordenação motora, harmonia na execução dos elementos gímnicos.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	6 aulas	Dança – (dividir os tipos de dança para cada ano e bimestre)	Tipos de dança (dança de salão, street dance, country, disco dance, sapateado, ballet, jazz, dança moderna, contemporânea e circular).	<ul style="list-style-type: none"> Apresentar os tipos de dança, sua origem e oportunizar os movimentos de forma espontânea, aguçando a criatividade, sensibilidade e expressividade.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	2 aulas	Conhecimento do corpo	Estilo de vida saudável.	<ul style="list-style-type: none"> Perceber a importância dos cuidados com o corpo, os benefícios e a qualidade de vida que se tem quando se adota hábitos saudáveis: alimentação, higiene, atividade física e água; Provocar reflexões para mudanças de hábitos.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º ANO

3º BIMESTRE / 2019

30/07 – 30/09 - (45 dias letivos)

Aprox. 18 aulas para cada turma (2 aulas semanais).

CONTEÚDOS PERMANENTES:

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

**ATITUDE PERMANENTE:
COOPERAÇÃO**

Organizar o número de aulas por turma e dividir os conteúdos dos 4 eixos. Ex.: 18 aulas distribuídas em: 2 aulas para o eixo cultura corporal e saúde, 5 aulas para ritmo e expressividade, 5 aulas para ginástica e 6 aulas para jogos.

Na elaboração dos planos de aulas, dividir os conteúdos que serão trabalhados em cada ano (4º ano e 5º ano) organizando-os por grau de complexidade conforme o nível de aprendizado de cada turma.

EIXOS	Nº de aulas	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	6 aulas	Jogos pré-desportivos	Habilidades motoras, combinação de movimentos pressupostos para as diversas modalidades esportivas (handebol, basquetebol, futsal, futebol, voleibol, badminton, beisebol e outros).	<ul style="list-style-type: none"> Introdução aos jogos enfocando diferentes vivências, estimulando as habilidades motoras específicas e a combinação de movimentos.
GINÁSTICA	5 aulas	Elementos da ginástica acrobática e gímnica	Parada de cabeça, parada de mãos com auxílio, rolamentos, roda/estrela e pirâmide.	<ul style="list-style-type: none"> Realizar os movimentos da ginástica, seguindo os passos de execução e dificuldade do movimento.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	5 aulas	Dança – (dividir os tipos de dança para cada ano e bimestre)	Tipos de dança (dança de salão, street dance, country, disco dance, sapateado, ballet, jazz, dança moderna, contemporânea e circular).	<ul style="list-style-type: none"> Apresentar os tipos de dança, sua origem e oportunizar os movimentos de forma espontânea, aguçando a criatividade, sensibilidade e expressividade.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	2 aulas	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"> 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.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO e 5º ANO

4º BIMESTRE / 2019

01/10 – 17/12 - (53 dias letivos)

Aprox. 21 aulas para cada turma (2 aulas semanais).

CONTEÚDOS PERMANENTES:

1- Percepção;

2- Categorias de Movimento: equilíbrio, locomoção e manipulação;

3- Alongamento e descontração.

ATITUDE PERMANENTE:
COOPERAÇÃO

Organizar o número de aulas por turma e dividir os conteúdos dos 4 eixos. Ex.: 21 aulas distribuídas em: 2 aulas para o eixo cultura corporal e saúde, 6 aulas para ritmo e expressividade, 6 aulas para ginástica e 7 aulas para jogos.

Na elaboração dos planos de aulas, dividir os conteúdos que serão trabalhados em cada ano (4º ano e 5º ano) organizando-os por grau de complexidade conforme o nível de aprendizado de cada turma.

EIXOS	Nº de aulas	CONTEÚDOS	TEMAS	OBJETIVOS
JOGOS	7 aulas	Jogos pré-desportivos	Habilidades motoras, combinação de movimentos pressupostos para as diversas modalidades esportivas (handebol, basquetebol, futsal, futebol, voleibol, badminton, beisebol e outros).	<ul style="list-style-type: none"> • Introdução aos jogos enfocando diferentes vivências, estimulando as habilidades motoras específicas e a combinação de movimentos.
GINÁSTICA	6 aulas	Capacidades físicas	Força. Velocidade. Resistência. Flexibilidade. Habilidade motora.	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar as capacidades físicas em diferentes atividades.
RITMO E EXPRESSIVIDADE	6 aulas	Danças de matriz africana e indígena	Danças africanas. Danças indígenas.	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar os movimentos rítmicos das danças africanas e indígenas; • Comparar e identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) da dança e compreender o movimento rítmico como forma de expressão corporal e de representação social.
CULTURA CORPORAL E SAÚDE	2 aulas	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"> • 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.