



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL

PLANEJAMENTO EDUCAÇÃO FÍSICA 2020 3º ANO



EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º ANO

1º Trimestre: 05/02 a 14/05 – aprox. 26 aulas 2º Trimestre: 18/05 a 10/09 – aprox. 27 aulas 3º Trimestre: 14/09 a 17/12 – aprox. 26 aulas		<u>CONTEÚDOS PERMANENTES:</u> 1- Preparação; 2- Movimentos Fundamentais: equilíbrio, locomoção e manipulação; 3- Descontração e avaliação.	<u>ATITUDE PERMANENTE:</u> CULTURA CORPORAL
UNIDADE TEMÁTICA:		Brincadeiras e jogos	
OBJETO DE CONHECIMENTO:		Brincadeiras e jogos populares e tradicionais de matrizes Indígenas e Africanas.	
Nº de aulas	CONTEÚDOS	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
1º Trimestre 05 aulas	<p>Contrastes: longe/perto; convergir/divergir; perseguir/escapar; rápido/lento; para frente/para trás; em cima/embaixo; direita/esquerda; dentro/fora; centro/perímetro.</p> <p>Estrutura: Deslocamento do aluno e do material; Deslocamento do aluno e material imóvel; Deslocamento apenas do material em espaço delimitado.</p>	<p>Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares e tradicionais de Matrizes Indígenas e Africanas, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.</p> <p>Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a interação, a socialização e a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares e tradicionais de matrizes Indígenas e Africanas.</p> <p>Aprender, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares e tradicionais de matrizes Indígenas e Africanas, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.</p> <p>Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares e tradicionais de matrizes Indígenas e Africanas, e demais práticas tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.</p>	<p>Matriz Indígena: Adugo/Jogo da onça; Tydimure/Tihimore; Corrida com Tora; Contra os marimbondos; Pirarucu foge da rede/Pirarucu fugitivo; Ronkrã/Rõkrã/Rokrã; Peikrã/Kopü- Kopü/Jogo de peteca; Jogo de bolita; Jogo Buso; Entre outros.</p> <p>Matriz Africana: Shisima; Terra e mar; Pegue o bastão; Jogo da velha; Labirinto; Mbube Mbube (Imbube); Entre outros.</p>
2º Trimestre 05 aulas		3º Trimestre 05 aulas	

UNIDADE TEMÁTICA:		Esportes	
OBJETO DE CONHECIMENTO:		Esportes de campo e taco. Jogos de Tabuleiro	
Nº de aulas	CONTEÚDOS	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 06 aulas</p>	<p>Esportes de campo e taco:</p> <p>Beisebol, Softbol, Críquete, dentre outros.</p> <p>Jogos de Tabuleiro:</p> <p>Xadrez – conhecimentos das peças e suas movimentações.</p>	<p>Experimentar e fruir diversos tipos de jogos esportivos de campo, taco e tabuleiro, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo, pelo respeito e pelo protagonismo, por meio de atividades e jogos diversos que se relacionam com os saberes ensinados, evidenciando a manifestação do lúdico.</p>	<p>Bets; Futbeisebol; Tapabeisebol; Xadrez; Entre outros.</p>
<p>2º Trimestre 07 aulas</p>			
<p>3º Trimestre 06 aulas</p>			

UNIDADE TEMÁTICA:		Ginástica	
OBJETO DE CONHECIMENTO:		Ginástica geral e Primeiro Socorros.	
Nº de aulas	CONTEÚDOS	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 06 aulas</p> <p>2º Trimestre 06 aulas</p> <p>3º Trimestre 06 aulas</p>	<p>Posições invertidas: roda e rodante.</p> <p>Capacidades físicas: Força. Velocidade. Resistência. Flexibilidade. Habilidade motora.</p> <p>Primeiro Socorros: Sinais e órgãos vitais; Perda da Consciência. Traumas</p>	<p>Experimentar, fruir de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, pontes, roda, rodante estrelas, acrobacias; com e sem materiais), compreendendo e propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.</p> <p>Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo e respeitando as potencialidades e os limites do corpo, adotando assim, procedimentos de segurança.</p> <p>Planejar e utilizar estratégias para a identificação dos órgãos vitais e sinais da perda da consciência entendendo como eles funcionam a partir de um estímulo.</p> <p>Mostrar a importância dos órgãos vitais para a manutenção da vida.</p> <p>Identificar tipos de traumas (corte, pancada, escoriação, entorse, etc), seus graus de gravidade e os primeiros socorros.</p>	<p>Jogos gímnicos:</p> <p>Movimentos gímnicos: Balancinha; Vela; Rolamentos; Estrela; Rodante; Ponte; Aviãozinho; Carrinho de mão; Caranguejo;</p> <p>Significado de corpo humano: Esquema corporal; Segmentos maiores e menores; Percepção sensorial, Percepção motora, Identificação dos órgãos vitais e seu funcionamento; Simulações de trauma (dramatização); Entre outras.</p>

UNIDADE TEMÁTICA:		Dança	
OBJETO DE CONHECIMENTO:		Danças do Brasil e Festas Religiosas, Ritos e Rituais	
Nº de aulas	CONTEÚDOS	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 03 aulas</p> <p>2º Trimestre 03 aulas</p> <p>3º Trimestre 03 aulas</p>	<p>Danças do contexto Nacional</p> <p>Fundamentos Rítmicos: Ritmo; Percepção do tempo musical; Associação do ritmo e movimento, sem e com deslocamento.</p> <p>Manifestações religiosas Contemplando as quatro matrizes: Indígena, Ocidental, Africana e Oriental.</p>	<p>Experimentar, (re)criar e fruir atividades rítmicas e expressivas, danças populares e tradicionais do Brasil, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.</p> <p>Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares e tradicionais do Brasil.</p> <p>Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares e tradicionais do Brasil.</p> <p>Compreender o movimento rítmico como forma de expressão corporal e de representação social, e ainda, identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais, desenvolvendo uma consciência crítica e reflexiva sobre seus significados e discutir alternativas para superá-las, valorizando as diversas manifestações culturais.</p> <p>Aplicar as formações corporais nas danças do Brasil, em variados planos, níveis, com materiais e em deslocamentos.</p> <p>Reconhecer diferentes tipos de festas religiosas do Brasil.</p> <p>Conhecer as diferenças dos ritos e rituais celebrativos e de purificação.</p>	<p>Forró; Frevo; Arrocha; Samba; Samba de Gafieira; Soltinho; Pagode; Lambada; Xote; Xaxado; Vanerão; Entre outras.</p>

UNIDADE TEMÁTICA:		Lutas	
OBJETO DE CONHECIMENTO:		Jogos de Luta	
Nº de aulas	CONTEÚDOS	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 03 aulas</p> <p>2º Trimestre 03 aulas</p> <p>3º Trimestre 03 aulas</p>	<p>Fundamentos da luta: Luta x Briga Culturas milenares Respeito Hierarquia</p>	<p>Experimentar e fruir diferentes jogos de luta, conhecendo e respeitando a si e aos outros, evidenciando a manifestação do lúdico.</p> <p>Identificar os riscos durante a realização dos jogos de luta, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de idéias e a diversidade cultural humana.</p> <p>Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos dos jogos de luta.</p>	<p>Luta de dedos; “Rinha de Galo”; Jogos de desequilíbrio (Agachado, de joelhos, em pé, em um pé só); Lutas de toque (Toque nas costas, nos ombros etc.); Pega pregador; Empurra com as costas; Cabo de guerra; Pega rabo; Jogos de esquiva; “Pega Carrapato”; Entre outras.</p>

UNIDADE TEMÁTICA:		Práticas Corporais de Aventura	
OBJETO DE CONHECIMENTO:		Jogos de aventura	
Nº de aulas	CONTEÚDOS	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 03 aulas</p> <p>2º Trimestre 03 aulas</p> <p>3º Trimestre 03 aulas</p>	<p>Percepção e preservação do Meio Ambiente e Espaços Públicos;</p> <p>Compreender riscos a sua integridade e do próximo;</p>	<p>Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventura urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de idéias e a diversidade cultural humana, evidenciando a manifestação do lúdico.</p> <p>Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico.</p> <p>Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p> <p>Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos e espaços.</p>	<p>Escalada horizontal; Arborismo de obstáculo; Corridas de aventura; Circuitos de obstáculos; Passeio de skate; Caminho da escalada; Escalada lateral; Jogos de equilíbrio (em linhas, bancos, pequenas plataformas etc.); Slackline; Entre outros.</p>