



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu

ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL



PLANEJAMENTO 4^o ANO

EDUCAÇÃO FÍSICA 2022



ORIENTAÇÕES PARA A ORGANIZAÇÃO DA PRÁTICA EDUCACIONAL

- **Registrar** diariamente no livro de Registro de Classe Online - Municípios (LRCOM):
 - ❖ No campo de conteúdo registra-se **objeto de conhecimento** mais o **conteúdo** ministrado.
- Em relação às faltas dos alunos, estar atento e informar a coordenação e direção da escola quando o aluno tiver 3 faltas consecutivas ou 7 alternadas para que esses tomem as devidas providências.
- Recados aos pais deverão ser feitos com registro padronizado pela escola e acompanhados pelo coordenador.
- Planejar uma semana de aula, para melhor organização da sequência didática.
- É importante que o planejamento contemple o momento do acolhimento, unidade temática, objetivos de aprendizagem, conteúdos, atividades desenvolvidas, utilização dos diferentes espaços, exploração de materiais manipuláveis, recursos e atividades diversificadas.
- Estabelecer uma rotina traz segurança aos alunos, criando melhores condições para o processo de ensino- aprendizagem.

IMPORTANTE:

Em cada quadro a seguir, apresentamos o número de aulas por trimestre dentro de cada objeto de conhecimento (Conteúdo).

- Ressaltamos que todas as unidades temáticas e os objetos de conhecimento (conteúdos) devem ser contemplados no decorrer do trimestre por no **mínimo duas aulas** por unidade temática. Lembramos que cada professor tem autonomia para ministrar a quantidade de aulas a partir da percepção da necessidade que a turma apresenta.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 4º ANO

<p>1º Trimestre: 21/02 a 27/05 - aprox. 30 aulas 2º Trimestre: 30/05 a 09/09 - aprox. 32 aulas 3º Trimestre: 12/09 a 16/12 - aprox. 28 aulas</p>		<p><u>CONTEÚDOS PERMANENTES:</u> 1- Preparação; 2- Movimentos Fundamentais: equilíbrio, locomoção e manipulação; 3- Descontração e avaliação.</p>	<p style="text-align: center;"><u>ATITUDE PERMANENTE:</u> CULTURA CORPORAL</p>
UNIDADE TEMÁTICA:		Brincadeiras e jogos	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 06 aulas</p> <p>2º Trimestre 07 aulas</p> <p>3º Trimestre 05 aulas</p>	<p style="text-align: center;">Brincadeiras e jogos populares e tradicionais do Brasil</p> <p style="text-align: center;">Contrastes: Longe/perto; Convergir/divergir; Perseguir/escapar; Rápido/lento; Para frente/para trás; Em cima/embaixo; Direita/esquerda; Dentro/fora; Centro/perímetro.</p> <p style="text-align: center;">Estrutura: Deslocamento do aluno e do material; Deslocamento do aluno e material imóvel; Deslocamento apenas do material em espaço delimitado</p>	<p>(EF35EF01) Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares e tradicionais do Brasil, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.</p> <p>(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares e tradicionais do Brasil.</p> <p>(EF35EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares e tradicionais do Brasil, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.</p> <p>(EF35EF04) Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares e tradicionais do Brasil, e demais práticas tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.</p>	<p>Bilboquê; Esconde-esconde; Gato mia; Pega-Pega; Mãe-cola; Pé na lata; Ioiô; Pipa; Amarelinha; Elástico; Bola queimada; Telefone sem fio; Passa anel; Entre outras.</p>

UNIDADE TEMÁTICA:		Esportes	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 05 aulas</p>	<p>Jogos esportivos de rede/parede:</p> <p>Vôlei, Pelota basca, Badminton, Raquetebol, Squash, Tênis, Tênis de mesa, Peteca, entre outros.</p>	<p>(EF35EF05) Experimentar, fruir e compreender diversos tipos de jogos esportivos de rede/parede e 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.</p>	<p>Jogos pré-desportivos;</p> <p>Câmbio;</p> <p>Jogos em dupla;</p> <p>Confecção de raquetes;</p>
<p>2º Trimestre 06 aulas</p>	<p>Jogos de Tabuleiro</p> <p>Xadrez – Movimentos de ataque e defesa.</p>	<p>(EF35EF06) Diferenciar os conceitos de brincadeira, jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade, suas manifestações (social, profissional, cultural e comunitária/lazer) e as diferentes possibilidades de fruição dentro e fora da escola.</p>	<p>Xadrez;</p> <p>Entre outros.</p>
<p>3º Trimestre 05 aulas</p>		<p>Introduzir os jogos esportivos, possibilitando múltiplas vivências, aplicando as habilidades motoras específicas e a combinação dos movimentos.</p>	

UNIDADE TEMÁTICA:		Ginástica	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
1º Trimestre 05 aulas	Ginástica Geral Apoios Invertidos: Parada de mãos com auxílio.	(EF35EF07) Experimentar e fruir de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, pontes, estrelas, acrobacias, com e sem materiais), compreendendo e propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.	Jogos gímnicos: Movimentos gímnicos: Balancinha; Vela; Rolamentos; Estrela; Rodante; Paradas em três apoios com auxílio da parede ou de colega; Ponte; Aviãozinho; Carrinho de mão; Caranguejo; Pirâmides pequenas;
2º Trimestre 05 aulas	Capacidades Físicas Força; Velocidade;	(EF35EF08) 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.	
3º Trimestre 04 aulas	Resistência; Flexibilidade; Habilidade motora. Primeiro Socorros Traumas; Alergias.	Conhecer e compreender o próprio corpo, as habilidades, estruturas e coordenação motoras, orientação e estruturação espaço temporal, esquema e percepção corporal. Identificar tipos de traumas (corte, pancada, escoriação, entorse, etc), seus graus de gravidade e os primeiros socorros. Mostrar os tipos de alergias mais comuns (inseto, poeira, alimentos) e seus primeiros socorros.	Significado de corpo humano: Esquema corporal; Segmentos maiores e menores; Percepção sensorial, Percepção motora, Exposição de materiais; Simulação (dramatização); Entre outras.

UNIDADE TEMÁTICA:		Dança	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 03 aulas</p> <p>2º Trimestre 04 aulas</p> <p>3º Trimestre 03 aulas</p>	<p>Danças de matrizes Indígenas e Africanas</p> <p>Formações Corporais: Níveis, planos, deslocamentos; Colunas, fileiras, Círculos e Criação.</p> <p>Manifestações religiosas/ Ritos Religiosos</p> <p>Contemplando as quatro matrizes: Indígena, Ocidental, Africana e Oriental.</p>	<p>(EF35EF09) Experimentar, (re) criar e fruir atividades rítmicas e expressivas, danças populares e tradicionais do mundo, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.</p> <p>(EF35EF10) Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) nas danças de matrizes Indígena e Africana.</p> <p>(EF35EF11) Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças de matrizes Indígena e Africana.</p> <p>(EF35EF12) 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, discutindo alternativas para superá-las e desenvolvendo uma consciência crítica e reflexiva sobre seus significados, valorizando as diversas manifestações culturais.</p>	<p>Matriz Indígena: Toré, Kuarup; Acyigua; Atiaru; Buzoa; Da onça; Do Jaguar; Kahê-Tuagê; Uariuaiú; Cateretê; Caiapós; Cururu; Jacundá; O gato; Entre outras.</p> <p>Matriz Africana: Ahouach; Guedra; Schikatt; Gnawa; Quizomba; Semba; Entre outras.</p>

UNIDADE TEMÁTICA:		Lutas	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 05 aulas</p> <p>2º Trimestre 05 aulas</p> <p>3º Trimestre 05 aulas</p>	<p>Lutas do contexto comunitário local e regional</p> <p>Objetivos da luta:</p> <p>Esquiva; Ginga; Desequilíbrio; Força; Agilidade; Imobilização.</p>	<p>(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas e seus elementos presentes no contexto comunitário local e regional, reconhecendo seu contexto histórico, social e cultural.</p> <p>(EF35EF14) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do contexto comunitário local e regional propostas como conteúdo específico, respeitando as individualidades e a segurança dos colegas.</p> <p>(EF35EF15) Identificar e valorizar as características das lutas do contexto comunitário local e regional, reconhecendo as diferenças entre brigas, lutas e artes marciais, e entre lutas e as demais práticas corporais.</p>	<p>Capoeira; Karatê; Judô; Jiu Jitsu; Teakwondo; Boxe; Greco romana; Entre outras.</p>

UNIDADE TEMÁTICA:		Práticas Corporais de Aventura	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
<p>1º Trimestre 06 aulas</p>	<p>Jogos de aventura</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 ideias e a diversidade cultural humana.</p>	<p>Escalada Horizontal;</p> <p>Arborismo de obstáculo;</p> <p>Corridas de aventura;</p> <p>Circuitos de obstáculos;</p> <p>Passeio de skate; Caminho da escalada; Escalada lateral;</p> <p>Jogos de equilíbrio (em linhas, bancos, pequenas plataformas etc.); Slackline;</p> <p>Parkour;</p> <p>Entre outros</p>
<p>2º Trimestre 05 aulas</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>3º Trimestre 06 aulas</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/espacos.</p>	