



Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu
ESTADO DO PARANÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL



PLANEJAMENTO 5º ANO

EDUCAÇÃO FÍSICA - 2023





Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO



Prefeito Municipal

Francisco Lacerda Brasileiro

Secretária Municipal da Educação

Maria Justina da Silva

Diretora de Ensino Fundamental

Eliziane Diesel Rodrigues

**Coordenadora Pedagógica da Equipe de
Ensino**

Marilisse Venson Bogoni

Equipe de Educação Física

Coordenador Pedagógico - Ailson Souza Neres

Coordenador Pedagógico CEB - Carlos Eduardo Santos

"Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção." Paulo Freire.



COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O ENSINO FUNDAMENTAL

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.
2. Planejar e empregar estratégias para resolver desafios e aumentar as possibilidades de aprendizagem das práticas corporais, além de se envolver no processo de ampliação do acervo cultural nesse campo.
3. Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais.
4. Identificar a multiplicidade de padrões de desempenho, saúde, beleza e estética corporal, analisando, criticamente, os modelos disseminados na mídia e discutir posturas consumistas e preconceituosas.
5. Identificar as formas de produção dos preconceitos, compreender seus efeitos e combater posicionamentos discriminatórios em relação às práticas corporais e aos seus participantes.
6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.
7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.
8. Usufruir das práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em contextos de lazer, ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde.
9. Reconhecer o acesso às práticas corporais como direito do cidadão, propondo e produzindo alternativas para sua realização no contexto comunitário.
10. Experimentar, desfrutar, apreciar e criar diferentes brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

DESCRIÇÃO DAS ATRIBUIÇÕES DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA (Lei Ordinária nº 4362/2015)

- Ministrar aulas de forma a cumprir com o programa de conteúdos das disciplinas ou séries sob sua responsabilidade;
- Informar à equipe pedagógica os problemas que interferem no trabalho de sala de aula;
- Buscar o aprimoramento de seu desempenho profissional, através da participação em grupos de estudos, cursos e eventos educacionais.
- Organizar o plano de aula, garantindo maior direcionamento ao seu trabalho. No caso da necessidade de ser substituído, informar os conteúdos a serem trabalhados com a turma para que haja sequência pedagógica;
- Manter a pontualidade e assiduidade diária, comprometendo-se com a administração e coordenação pedagógica da escola quanto às obrigações do cargo e as normas do regimento interno da unidade;

ORIENTAÇÕES PARA A ORGANIZAÇÃO DA PRÁTICA EDUCACIONAL

- **Registrar** diariamente no livro de Registro de Classe Online - Municípios (LRCOM):
- No campo de conteúdo registram-se **objetos de conhecimento**.
- 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 e 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 (conteúdo) devem ser contemplados no decorrer do trimestre por no **mínimo duas aulas** por unidade temática.

EDUCAÇÃO FÍSICA - 5 ° ANO

<p style="text-align: center;">EDUCAÇÃO FÍSICA - 5 ° ANO</p>				
<p>1° Trimestre: 07/02 a 19/05 - aprox. 30 aulas</p> <p>2° Trimestre: 22/05 a 06/09 - aprox. 32 aulas</p> <p>3° Trimestre: 11/09 a 19/12 - aprox. 28 aulas</p>		<p>CONTEÚDOS PERMANENTES:</p> <p>1- Preparação;</p> <p>2- Movimentos Fundamentais: equilíbrio, locomoção e manipulação;</p> <p>3- Descontração e avaliação.</p> <p>4-Contrastes: Longe/perto; Convergir/divergir; Perseguir/escapar; Rápido/lento; Para frente/para trás;Em cima/embaixo; Direita/esquerda; Dentro/fora;Centro/perímetro.</p> <p>5-Estrutura:Deslocamento do aluno e do material; Deslocamento do aluno e material imóvel; Deslocamento apenas do material em espaço delimitado.</p>		<p>ATITUDE PERMANENTE:</p> <p>CULTURA CORPORAL</p>
<p style="text-align: center;">UNIDADE TEMÁTICA:</p>		<p style="text-align: center;">Brincadeiras e jogos</p>		
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE	
<p>1° Trimestre 06 aulas</p>	<p style="text-align: center;">Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo</p> <p style="text-align: center;">Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana</p>	<p>(EF35EF01) Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.</p>	<p>Jan Ken Po; Bets; Dodge Ball; Bola queimada; Carimba ameba; Amarelinha; Jogos de perseguição (em círculo, em travessia, espalhados); 05 Marias; Pula sela; Perna de pau; Cabo de guerra; Gude; Ioiô; Bilboque; Pipa; Pião; Entre outras.</p>	
<p>2° Trimestre 07 aulas</p>		<p>(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os alunos em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana.</p>		
<p>3° Trimestre 05 aulas</p>		<p>(EF35EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, 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 do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.</p>		

UNIDADE TEMÁTICA:		Esportes	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
1º Trimestre 05 aulas	Esportes de campo e taco	(EF35EF05) Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.	Jogos pré-desportivos; Estafetas; Jogos em dupla; Jogos cooperativos; Numerobol; Bandeirinha; Foobaskill; “Jogo Touch Rugby”; Entre outros.
2º Trimestre 06 aulas	Esportes de rede/parede	(EF35EF06) Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).	
3º Trimestre 05 aulas	Esportes de invasão Jogos de Tabuleiro Xadrez – Estratégias variadas de ataque e defesa.	Identificar e compreender as estratégias variadas de ataque e defesa; analisando as situações de maneira deliberada nas soluções e tomada de decisões.	

UNIDADE TEMÁTICA:		Ginástica	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
1º Trimestre 05 aulas	Ginástica Geral	(EF35EF07) Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.	Jogos gímnicos: Movimentos gímnicos: Balancinha; Vela; Parada de mãos com auxílio da parede ou colega; Parada de mãos sem auxílio; Rolamentos; Estrela; Rodante; Ponte; Aviãozinho; Carrinho de mão; Caranguejo; Pirâmides grandes; Significado de corpo humano; Esquema corporal; Segmentos maiores e menores; Percepção sensorial, Percepção motora, Exposições; Simulações (dramatização); Entre outras.
2º Trimestre 05 aulas	Primeiro Socorros	(EF35EF08) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.	
3º Trimestre 04 aulas	Sinais e sintomas dos órgãos vitais.	Mostrar os sinais e sintomas dos órgãos vitais identificando os parâmetros de normalidade e seus primeiros socorros.	

UNIDADE TEMÁTICA:		Dança	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
1º Trimestre 03 aulas	Danças do Brasil e do mundo	(EF35EF09) Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	Forró; Frevo; Arrocha; Samba; Samba de Gafieira; Soltinho; Pagode; Lambada; Xote; Xaxado; Vanerão; Valsa; Tango; Bolero; Cha-Cha-Cha; Zook; Swing; Fox-Trot; Rumba; Mambo; Dance; Entre outras.
2º Trimestre 04 aulas		(EF35EF10) Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana.	
3º Trimestre 03 aulas		Danças de matriz indígena e africana (EF35EF11) Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena e africana. (EF35EF12) Identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais e discutir alternativas para superá-las.	

UNIDADE TEMÁTICA:		Lutas	
Nº de aulas	OBJETOS DE CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	SUGESTÕES DE ATIVIDADE
1º Trimestre 05 aulas	Lutas do contexto comunitário e regional	(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.	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.
2º Trimestre 05 aulas		(EF35EF14) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.	
3º Trimestre 05 aulas		(EF35EF15) Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.	
	Lutas de matriz indígena e africana		

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