

## PLANO DE ENSINO

### DADOS DO COMPONENTE CURRICULAR

Nome: **Educação Física**

Curso: **Técnico em Informática Integrado ao Ensino Médio**

Série: **1º ano**

Carga Horária: **80h/a (67h/r)**

Docente Responsável: **Pâmela Karina de Melo Góis**

### EMENTA

A pesquisa, a seleção de informações, a análise e a síntese, o argumento, a negociação dos significados e a cooperação, são atitudes e disposições que estão inseridas nas propostas de mudanças qualitativas para o processo de ensino-aprendizagem do nível médio com o objetivo de inserir o aluno na participação do mundo social e introduzi-lo nas esferas da cidadania, do trabalho e da continuidade dos estudos.

Inserida nesta proposta ampla de mudança para o ensino médio e integrada a área das linguagens, códigos e suas tecnologias, que propõe um ensino direcionado a compreensão e ao uso dos sistemas simbólicos das diferentes linguagens, encontra-se a educação física, que tem como objetivo primordial “introduzir e integrar o aluno a esfera da cultura corporal, formando o cidadão que vai produzir, reproduzir e também transformar essa cultura”, em prol do exercício crítico da cidadania e da melhoria da qualidade de vida.

O ensino da educação física na escola no ensino médio não significa, apenas abordar técnicas e táticas. Mais do que isso, significa oferecer uma formação voltada à formação do cidadão crítico. Dessa forma, mais que ensinar a fazer, o objetivo é que os alunos e alunas obtenham uma contextualização das informações, bem como aprendam a se relacionar com os colegas, reconhecendo quais valores estão por trás de tais práticas.

No ensino médio, onde os conteúdos fazem parte do ciclo de aprofundamento e sistematização do conhecimento, a Educação Física visa ressignificar as práticas vivenciadas no ensino fundamental, as quais, freqüentemente, são restringidas a execução dos fundamentos básicos e técnicos de alguns esportes. Essa ressignificação dos conteúdos leva em conta a fase vivenciada pelos alunos e as novas propostas da educação para o nível médio, tendo como expectativa o desenvolvimento, pelos alunos, das seguintes competências:

- I. Demonstrar autonomia na elaboração de atividades corporais, assim como capacidade para discutir e modificar regras, reunindo elementos de várias manifestações de movimento e estabelecendo uma melhor utilização dos conhecimentos adquiridos sobre a cultura corporal;
- II. Assumir uma postura ativa na prática das atividades físicas, e consciente da importância delas na vida do cidadão;

- III. Participar de atividades em grandes e pequenos grupos, compreendendo as diferenças individuais e procurando colaborar para que o grupo possa atingir os objetivos a que se propôs;
- IV. Reconhecer na convivência e nas práticas pacíficas, maneiras eficazes de crescimento coletivo, dialogando, refletindo e adotando uma postura democrática sobre diferentes pontos de vista postos em debate;
- V. Interessar-se pelo surgimento das múltiplas variações da atividade física, enquanto objeto de pesquisa e área de interesse social e de mercado de trabalho promissor;
- III. Conhecer o funcionamento do organismo humano de forma a reconhecer e modificar as atividades corporais, valorizando-as como melhoria das aptidões físicas;
- IV. Desenvolver as noções conceituais de esforço, intensidade e frequência, aplicando-as em suas práticas corporais;
- V. Refletir sobre as informações específicas da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las em bases científicas, adotando uma postura autônoma, na seleção de atividades e procedimentos para a manutenção ou aquisição da saúde;
- VI. Compreender as diferentes manifestações da cultura corporal, reconhecendo e valorizando as diferenças de desempenho, linguagem e expressão.

Para alcançar o objetivo de desenvolver tais competências, a educação física dispõe de variados métodos de ensino, que por meio de atividades lúdicas e prazerosas levam o aluno a vivenciar e descobrir os conhecimentos acerca da cultura corporal, bem como, a capacidade de interpretá-los e modificá-los, com base nas necessidades apresentadas pelo contexto sócio-cultural o qual o aluno está inserido.

VII. Apresentando uma gama imensa de conteúdos e informações e dispondo de conhecimentos práticos e teóricos que facilitam no desenvolvimento das capacidades cognoscitivas dos alunos, a educação física torna-se um referencial na escola, sendo um meio importante para despertar no aluno o senso crítico sobre a realidade concreta, preparando-o para exercer as suas funções, com uma melhor qualidade de vida, nas esferas do trabalho e da cidadania.

## OBJETIVOS

### ***Geral:***

Contribuir para a formação geral do aluno, através do desenvolvimento de suas capacidades motoras, cognitivas, afetivas e sociais.

### ***Específicos:***

- ✓ Integrar o aluno no mundo da cultura corporal do movimento por meio da linguagem corporal, dos códigos e símbolos;
- ✓ Motivar a autonomia na construção do conhecimento referente à cultura corporal;
- ✓ Desenvolver o senso crítico sobre as realidades do contexto cultural no qual esta inserido;
- ✓ Promover a vivência de práticas de atividades físicas e desportivas, lúdicas e prazerosas aos alunos do Instituto, através das dimensões conceitual, procedimental e atitudinal;

**CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

<p align="center">1º ANO Cultura Corporal do movimento (aprofundamen to dos saberes adquiridos no ensino fundamental).</p>	<u>I Unidade</u>	<p>Esporte →</p> <p>História Definição Características Modalidades O esporte na sociedade atual Aulas práticas de alguns esportes estudados em sala de aula;</p>
	<u>II Unidade</u>	<p>Lutas →</p> <p>História Definição Características Lutas no Brasil As Lutas na sociedade atual;</p> <p>Dança →</p> <p>História Definição Características Estilos de dança no Brasil A dança na sociedade atual Aulas práticas de algumas danças estudadas em sala de aula.</p>
	<u>III Unidade</u>	<p>Jogos e Brincadeiras</p> <p>História/diferença Definição Características Tipos de Jogos/brincadeiras</p> <p>Ginástica →</p> <p>História Definição Características Estilos de dança no Brasil A dança na sociedade atual Aulas práticas de algumas ginásticas estudadas em sala de aula;</p>
	<u>IV Unidade</u>	<p>Estudo das manifestações culturais na sociedade atual → Educação física para quem e para quê? Contextualização dos conteúdos da Educação física escolar relacionadas às primeiras unidades;</p>

## METODOLOGIA DE ENSINO

Sempre em forma de círculo em sala de aula e/ou através do método expositivo

Introdução do tema com os alunos:

Primeiro: problematizar sobre o assunto, estimular conceitos, ideias, atitudes, conhecer a visão dos alunos sobre o tema da aula;

Segundo: Indicar alguns textos (produzidos de forma resumida pelo professor através de apostila);

Indicação (espontânea) de um redator da turma para fazer alguns apontamentos escritos (para isto, o aluno obterá uma nota);

### *Alguns métodos utilizados:*

1. Método de exposição
  2. Método de trabalho independente
  3. Método de elaboração conjunta
  4. Método de trabalho em grupo
  5. Método de estudo do meio
  6. Métodos criativos de ensino
- Métodos de ensino da Educação Física Escolar

## AVALIAÇÃO DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM

Avaliar através de um processo no qual serão considerados o desempenho escolar a partir do domínio dos conhecimentos, participação, criatividade e auto-avaliação. A nota para cada bimestre será ofertada a partir dos seguintes critérios de avaliação: Frequência às aulas; Disciplina; Respeito aos colegas, professor; Discussão das atividades propostas; Criatividade;

## RECURSOS NECESSÁRIOS

Materiais esportivos: bola para cada modalidade, rede, quadra esportiva, data-shows, quadro, pincel, entre outros.

## BIBLIOGRAFIA

### BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BOSI, A. **Reflexões Sobre a Arte**. São Paulo: Ática, 1991

KITSON, M. **O Mundo Da Arte – Enciclopédia Das Artes Plásticas Em Todos Os Tempos – Arte Barroca**. RJ : Editora Expressão e Cultura, 1966.

FERREIRA, Ricardo Lucena. **Futsal e a iniciação**. São Paulo: SPRINT, 2002.

FOSS, Merle L., KETEVIAN, Eteve J. FOX – **Bases fisiológicas do exercício e do esporte**. 6.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Foogan, 2000. p. 276 - 349.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana Elizabete Ribeiro Pinto. Atividade física e saúde. Londrina: Midiograf, 1995. 137p.

LOPES, Alexandre Apolo da S. Meneze, et al. Método integrado de ensino do futebol. Rio de Janeiro: Phorte Editora, 2009.

DARIDO Suraya Cristina Educação Física e temas transversais na escola/ (org.). – Campinas, SP: Papirus, 2012.

Fontes de sites importantes: Scielo; Ministério da Saúde, Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte; Ministério do Esporte; Ministério da Educação; Colégio Brasileiro de Ciência do Esporte; Pubmed; etc.

### **Bibliografia Complementar**

ARNHEIM, Rudolf **Arte e Percepção Visual**. Trad. de Ivonne Terezinha de Faria. São Paulo: Ed. USP, Pioneira, 1997

BERTHOLD, Margot. **História Mundial do Teatro**. São Paulo, Ed. Perspectiva, 2000.

CANDÉ, Roland de. **História Universal da Música**. Tradução de Eduardo Brandão. Revisão da Tradução Marina Appenzeller. 2 vols. São Paulo: Martins Fontes. 1994

COSTA, Paulo Ferreira da – **Museus e patrimônio imaterial: agentes, fronteiras, identidades**. Lisboa: Instituto dos Museus e da Conservação, Softlimits, 2009.

DONDIS, Donis A.. **Sintaxe da linguagem visual**. São Paulo: Martins Fontes: 1997.

GOMES FILHO, João. **Gestalt do objeto: Sistema de leitura visual da forma**. São Paulo: Escrituras (2.ed.). (2000):

PROENÇA, Graça. **História de Arte**. São Paulo: Editora Ática, 1994

PIZZO, E. **Matisse. Coleção de arte**. RJ: Editora Globo, 1997

STRICKLAND, Carol. BOSWELL, John; tradução Angela Lobo de Andrade. **Arte Comentada da pré-história ao Pós-Moderno**. 2ª Ed. Rio de Janeiro, Editora Ediouro, 1999.