

PLANO INSTRUCIONAL PARA DESENVOLVIMENTO DAS ATIVIDADES NÃO PRESENCIAIS

TURMA:	1º, 2º e 3º anos.	PERÍODO:	2020.2
CURSO:	Cursos ETIM do IFPB Campus João Pessoa	CARGA HORÁRIA TOTAL DA DISCIPLINA (Hora-relógio):	100
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física I, II e III.	AULAS MINISTRADAS NO SEMESTRE 2020.1 (Aulas):	72
PROFESSOR(A):	Professores(as) de Educação Física do IFPB Campus João Pessoa	CARGA HORÁRIA NAS ANP'S PARA O SEMESTRE 2020.2 (h/a):	48

OBSERVAÇÃO: Os docentes da disciplina Educação Física, após reunião, chegaram ao entendimento de que embora a disciplina seja, por sua essência, ministrada presencialmente dentro das suas especificidades, com o advento do isolamento social, faz-se necessário adequar suas atividades pedagógicas, visando a contribuir significativamente com a saúde e bem-estar dos nossos alunos, através das aulas, fazendo-os refletir e ter consciência crítica do momento em que se vive e da necessidade de atividades físicas para enfrentar os obstáculos trazidos por essa pandemia. Daí, partimos da premissa de trazermos temas interdisciplinares, que possam alcançar esse objetivo. Com isso, daremos continuidade às atividades não presenciais realizadas no 1º e 2º bimestres. Os conteúdos previstos para serem ministrados no momento anterior ao isolamento serão ministrados apenas quando retornarmos as atividades presenciais.

TÓPICO	UNIDADE / BIMESTRES	SEMANA	TEMA	OBJETIVOS	RECURSOS DIDÁTICOS - PEDAGÓGICOS	INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO	PERÍODO	ATIVIDADE INDIVIDUAL/ PONTUAÇÃO	ATIVIDADES		CARGA - HORÁRIA (h/a)
									ASSÍNCRONAS	SÍNCRONAS	
A1	3	16	Conhecimento sobre o corpo na saúde e na doença.	Assunto: Conceitos Básicos da Avaliação Física. Objetivo Geral: - Compreender os conceitos básicos da avaliação física. Objetivos Específicos: - Identificar os conceitos e características dos termos básicos utilizados em uma avaliação física; - Identificar os objetivos das medidas e avaliações; - Conhecer os tipos de avaliações; - Identificar os benefícios da avaliação física na Escola.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.	Formulário(**)/ Quiz/	01/02 a 06/02	0-100	SÍNCRONAS: 1 (03/02 09h00) (03/02 15h00)	ASSÍNCRONAS: 2	3
		17		Assunto: Características Básicas da Composição Corporal na Saúde e na Doença. Objetivo Geral: - Analisar as características da composição corporal na saúde e na doença. Objetivos Específicos: - Conhecer os diferentes componentes do corpo humano; - Verificar os níveis de estudo da composição corporal; - Distinguir os métodos de avaliação da composição corporal; - Identificar a relação da composição corporal na saúde e doença.	Texto PDF e Vídeos		08/02 a 13/02		ASSÍNCRONAS: 3	3	
		18		Assunto: Como Funciona o Sistema Neuromuscular. Objetivo Geral: - Conhecer o funcionamento básico do sistema neuromuscular. Objetivos Específicos: - Caracterizar a estrutura muscular; - Verificar os eventos da contração e relaxamento do músculo; - Entender a teoria dos filamentos deslizantes.	Texto PDF e Vídeos		18/02 a 20/02		ASSÍNCRONAS: 3	3	
		19		Assunto: Como Funciona o Sistema Cardiovascular. Objetivo Geral: - Compreender o funcionamento do sistema cardiovascular. Objetivos Específicos: - Conhecer a função principal do sistema cardiovascular; - Identificar a anatomia básica do coração; - Verificar o Circuito do Sistema Cardiovascular.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.		22/02 a 27/02		SÍNCRONAS: 1 (24/02 09h00) (24/02 15h00)	ASSÍNCRONAS: 2	3
A2	3	20	Imagem Corporal, Nutrição e Recursos Ergonômicos.	Assunto: A História do Corpo e dos Padrões de Beleza. Objetivo Geral: - Assimilar o processo de construção dos padrões de beleza. Objetivos Específicos: - Identificar os principais padrões de beleza de acordo com o período histórico e os aspectos culturais; - Proporcionar a reflexão crítica da relação entre imagem corporal e período histórico; - Analisar a relação entre atividade física e imagem corporal; - Compreender o processo de construção da imagem corporal a partir dos aspectos individuais e ambientais.	Texto PDF e Vídeos	Formulário(**)/ Quiz/	01/03 a 06/03	0-100	ASSÍNCRONAS: 3		3
		21		Assunto: Corpo Ideal x Corpo Real x Corpo Saudável. Objetivo Geral: - Compreender a relação entre o belo e o saudável. Objetivos Específicos: - Problematicar as concepções de saúde e estética; - Refletir sobre a autoaceitação do corpo; - Discutir a singularidade do corpo e as influências sociais.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.		08/03 a 13/03		SÍNCRONAS: 1 (10/03 09h00) (10/03 15h00)	ASSÍNCRONAS: 2	3
		22		Assunto: Imagem Corporal, Redes Sociais e Distúrbios Alimentares. Objetivo Geral: - Conhecer e analisar a relação entre a imagem corporal, aparência física e seus impactos nas redes sociais e nos distúrbios alimentares. Objetivos Específicos: - Distinguir a imagem corporal de aparência física; - Relacionar a imagem corporal com as redes sociais; - Identificar os distúrbios alimentares e sua relação com a imagem corporal e aparência física.	Texto PDF e Vídeos		15/03 a 20/03		ASSÍNCRONAS: 3		3
		23		Assunto: Macronutrientes, Exercícios Físicos e Regulação Hormonal. Objetivo Geral: - Compreender o processo metabólico dos macronutrientes durante a atividade física. Objetivos Específicos: - Reconhecer as principais vias metabólicas; - Entender aspectos relativos à nutrição esportiva; - Assimilar a relação entre os aspectos nutricionais e a regulação hormonal.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.		22/03 a 27/03		SÍNCRONAS: 1 (24/03 09h00) (24/03 15h00)	ASSÍNCRONAS: 2	3
SUBTOTAL (3º BIMESTRE)								0-100			24
B1	4	24	Exercícios Resistidos na Saúde e na Doença.	Assunto: Fatos Históricos dos Exercícios com Pesos. Objetivo Geral: - Analisar os fatos históricos relacionados aos exercícios com Pesos. Objetivos Específicos: - Verificar a relação histórica da cultura corporal com os esportes de força muscular; - Definir as diferenças dos esportes de força; - Identificar a contribuição dos exercícios com pesos nos esportes, na saúde e na doença.	Texto PDF e Vídeos	Formulário(**)/ Quiz/	29/03 a 01/04	0-100	ASSÍNCRONAS: 3		3
		25		Assunto: Fundamentos dos Exercícios com Pesos. Objetivo Geral: - Analisar os Princípios Básicos do Treinamento de Força. Objetivos Específicos: - Verificar os conceitos básicos dos exercícios com pesos; - Identificar as características técnicas da preparação de um programa de treinamento; - Identificar os objetivos do treinamento com pesos; - Entender as diferenças entre os exercícios com pesos no esporte, na saúde e na doença.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.		05/04 a 10/04		SÍNCRONAS: 1 (07/04 09h00) (07/04 15h00)	ASSÍNCRONAS: 2	3
		26		Assunto: Tipos de Treinamento de Força. Objetivo Geral: - Compreender os tipos de treinamento de força isométrico e dinâmico. Objetivos Específicos: - Identificar os tipos de treinamento de força muscular; - Verificar os benefícios do treinamento de força muscular.	Texto PDF e Vídeos		12/04 a 17/04		ASSÍNCRONAS: 3		3
		27		Assunto: Treinamento com Pesos na Saúde e na Doença. Objetivo Geral: - Analisar os benefícios do treinamento com pesos na saúde e doença. Objetivos Específicos: - Verificar os benefícios do treinamento com pesos no tratamento de doenças degenerativas; - Conhecer os mecanismos terapêuticos do treinamento com pesos para dores crônicas.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.		19/04 a 24/04		ASSÍNCRONAS: 3		3
	4	28		Assunto: Recursos Tecnológicos utilizados nas Olimpíadas e Paralimpíadas. Objetivo Geral: - Compreender as Olimpíadas e Paralimpíadas frente as tecnologias. Objetivos Específicos: - Identificar os Recursos Tecnológicos utilizados nas Olimpíadas e Paralimpíadas; - Verificar as integrações tecnológicas de ponta para atletas e público; - Perceber a evolução das tecnologias nas olimpíadas.	Texto PDF e Vídeos		26/04 a 30/04	ASSÍNCRONAS: 3		3	

B2	29	Impacto Social das Olimpíadas e Paralimpíadas.	Assunto: Infraestrutura e Segurança no Esporte. Objetivo Geral: - Conhecer e Analisar a infraestrutura e segurança utilizados na Olimpíada e Paralimpíadas. Objetivos Específicos: - Analisar a infraestrutura utilizada e seu impacto social; - Verificar a segurança sanitária adotada pelo Japão para os atletas e visitantes; - Verificar a segurança pública adotada pelo Japão na Olimpíada e Paralimpíadas; - Conhecer as estruturas de acessibilidade para atletas e visitantes; - Identificar o impacto da Infraestrutura construída na vida sociocultural japonesa.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.	03/05 a 08/05	0-100	SÍNCRONAS:1 (05/05 09h00) (05/05 15h00)	3		
	30		Assunto: Recursos Ergogênicos, Farmacológicos e Doping. Objetivo Geral: - Compreender a utilização dos recursos ergogênicos para atletas olímpicos e suas implicações legais. Objetivos Específicos: - Identificar e categorizar os recursos ergogênicos; - Discriminar o que é determinado como doping pelo Comitê Olímpico Internacional; - Interpretar a responsabilidade civil do atleta no uso do doping.	Texto PDF e Vídeos	10/05 a 15/05		ASSÍNCRONAS: 3		3	
	31		Assunto: Legado Social das Olimpíadas e Paralimpíadas. Objetivo Geral: - Analisar o legado social das olimpíadas e paralimpíadas. Objetivos Específicos: - Identificar o legado dos Jogos Olímpicos para as cidades-sedes e para o mundo; - Verificar as áreas prioritárias para o legado: entre o prometido e o necessário.	Google Meet, YouTube, Texto PDF e Vídeos.	17/05 a 22/05		SÍNCRONAS:1 (19/05 09h00) (19/05 15h00)		ASSÍNCRONAS: 2	3
	32				24/05 a 29/05 RECUPERAÇÃO DO 4º BIMESTRE					
SUBTOTAL (4º BIMESTRE)						0-100		24		
TOTAL HORA/AULA (3º e 4º BIMESTRES)								48		

*Planejamento do semestre 2020.2 (3º e 4º bimestres).

Pontuação das Atividades Individuais e realizadas no Ambiente Virtual de Aprendizagem			Pontos
Atividades Individuais 3º Bimestre	Tópicos A1:	Semanas 16, 17, 18 e 19	0-100
	Tópicos A2:	Semanas 20, 21, 22 e 23	0-100
Atividades Individuais 4º Bimestre	Tópicos B1:	Semanas 24, 25, 26 e 27	0-100
	Tópicos B2:	Semanas 28, 29, 30 e 31	0-100
O cálculo para a obtenção da Média do Componente Curricular será feito da seguinte maneira:			
Média do 3º Bimestre = Soma das Atividades dos Tópicos A1 + A2 / 2			0-100
Média do 4º Bimestre = Soma das Atividades dos Tópicos B1 + B2 / 2			0-100

RECUPERAÇÃO					
UNIDADE / BIMESTRE	TEMAS DA RECUPERAÇÃO	RECURSOS DIDÁTICOS - PEDAGÓGICOS	INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO	PERÍODO DE RECUPERAÇÃO	PONTUAÇÃO
3	Toda temática abordada no bimestre.	PDF (Texto base), Google forms, Google Fotos, Vídeo Youtube.	Questionário	29/03 a 01/04	0-100
4	Toda temática abordada no bimestre.	PDF (Texto base), Google forms, Google Fotos, Vídeo Youtube.	Questionário	24/05 a 29/05	0-100

Observações:
 1. Ao final de cada bimestre, será realizada avaliação dos conteúdos, elaborada e aplicada exclusivamente pelo docente da respectiva disciplina, destinada aos discentes que não atingiram a média bimestral 70 (setenta).
 2. Para registro, prevalecerá o melhor resultado entre a média do bimestre e a nota obtida na avaliação de recuperação (Parecer CNE/CEB nº 12/97), com comunicação imediata ao discente.
 3. Não terá direito a avaliação de recuperação o discente que, sem justificativa, faltar a qualquer uma das avaliações previstas no bimestre. **IMPORTANTE:** os três pontos supracitados correspondem ao art. 64 (Capítulo VII – dos estudos de recuperação) do Regimento dos Cursos Técnicos Integrados do IFPB. Disponível em: <https://www.ifpb.edu.br/santantia/ensino/documentos/docs/regimento-didatico-dos-cursos-tecnicos-integrados.pdf>. Acesso em 26 ago 2020.