



## **SISTEMÁTICA** **PLANO DE ENSINO BIMESTRAL** **2º Bimestre/2019**

**Disciplina:** Educação Física  
**Professor (a):** Anderson Venceslau

**Série/Turma:** 3- EM B  
**Ano:** 2019

- 1. Conteúdo programático do Bimestre:**
- 2. Modalidades Esportivas Alternativas**
- 3. Modalidades Esportivas Coletivas**
- 4. Esportes Adaptados**
- 5. Jogos de Oposição**  
**Avançado III**

- Voleibol: Jogo coletivo misto ou dividido por sexo.

- Handebol

- Basquete

- Futsal

- Rodízio Esportivo

- Estratégias e Táticas i

- Temas transversais: Treinamento Físico: Voleibol, Basquete, Futsal, Handebol, Tênis de Mesa, Badminton.

- Copa América: portfólio, fazer o trabalho individual, pesquisar: os esportes no país, se já participou de todas as copas américas, se foi já campeão,

### **2. Objetivo geral do Bimestre:**

Desenvolver através desta disciplina o conhecimento prático dos respectivos conteúdos presentes no conteúdo programático, assim como seus conhecimentos teóricos por meio de pesquisas.

### **3. Objetivos específicos do Bimestre**

Aplicar durante as aulas conhecimentos práticos e teóricos dos conteúdos do bimestre, gerando a compreensão sobre os sistemas defensivos e ofensivos do voleibol, basquete, futsal, handebol, deixando de lado o fenômeno esporte de alto rendimento, quebrando assim paradigmas de preconceito, promovendo o desenvolvimento de um esporte de participação sem distinção de estereótipo ou gênero. Por meio do conteúdo, Treinamento Físico, desenvolver as dimensões de conteúdo, conceitual e atitudinal.

### **4. Metodologia**

Aulas prática:

- Jogos

- Atividades de aprendizagem individual ou em grupo (fundamentos esportivos)

Aulas teóricas:

- Pesquisas Individuais ou em grupo

- Trabalhos Individuais ou em grupo

### **5. Avaliação:**

**Data:** 10/04/2019 a 29/06/2019

**Valor:** 3.0

**Conteúdo:** Habilidade, coordenação motora e aprendizagem nas aulas práticas.

#### **Atividade pratica:**

**Data:** 10/04/2019 à 29/06/2018

**Valor – 4.0**

**Conteúdo: Voleibol:** Jogo coletivo misto ou dividido por sexo, Futsal, Basquete, Handebol e rodízio Esportivo  
Durante as aulas práticas serão avaliados os seguintes critérios

- Participação nas aulas

- Cooperação com o colega

- Comprometimento com as aulas

- Respeito ao colega

- Respeito ao Professor



Data: 20/04/2019

Data: 27/04/2019

Seminário

Valor – 3.0

Valor – 1.5

**Conteúdo:** Treinamento Físico: Basquete, Voleibol, Handebol, Futsal, Tênis de Mesa, Badminton, Copa América

Neste critério avaliativo será estabelecido um seminário em grupo abordando o tema do Treinamento Físico.

- Onde os temas serão sorteados na sala juntamente com os alunos.
- Neste critério deverá ser realizada a apresentação do seminário e entregue apenas uma capa contendo o tema do trabalho e o nome dos integrantes do grupo.

Temas dos seminários:

- 1- Treinamento Físico: Futsal
- 2- Treinamento Físico: Basquete
- 3- Treinamento Físico: Voleibol
  
- 4- Treinamento Físico: Handebol
- 5- Treinamento Físico: Tênis de mesa
- 6- Treinamento Físico: Badminton
- 7- Copa América: portfólio, fazer o trabalho individual, pesquisar: os esportes no país, se já participou de todas as copas américas, se foi já campeão,

## 6. Propostas de Recuperação Contínua

- Relacionar e identificar durante as aulas práticas (modalidades esportivas), atitudes que não estão de acordo com o conceito da modalidade que vem sendo desenvolvida nas aulas.
- Identificar através da figura da arbitragem a compreensão de regras do voleibol, handebol

## 7. Referências:

- ✓ [feliz7play.com/pt/category/saude/](http://feliz7play.com/pt/category/saude/)
- ✓ [wikipedia.org](http://wikipedia.org)
- ✓ [revistavidaesaude.com.br](http://revistavidaesaude.com.br)
- ✓ Livro viva com esperança
- ✓ [novotempo.com/vidaesaude/](http://novotempo.com/vidaesaude/)