



Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
<p>Trabalho (TB1)</p> <p>1ª Data: 09/03</p> <p>2ª Data: 16/03</p>	<p>Pesquisa acadêmica sobre “Cuidados com o corpo”</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).</p>	<p>H1. Identificar os benefícios dos oito remédios naturais, analisando e experienciando seus benefícios para a saúde.</p>	<p>3,0</p>
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Atletismo: Corrida de velocidade.</p> <p>Ginástica Geral</p> <p>Jogos cooperativos</p>	<p>H5. Reconhecer seu nível de aptidão física, relacionando-o com o esperado para sua faixa etária.</p>	<p>4,0</p>
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Modalidades coletivas – Iniciação 1: Basquete</p> <p>Fundamentos 1</p> <p>História</p> <p>Regras básicas</p>	<p>H1. Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.</p>	<p>3,0</p>
<p>Processo de Recuperação</p> <p>Data: 30/03</p>	<p>Trabalho: A importância do descanso.</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/ Conclusão.</p>	<p>H3. Relacionar o sono, o relaxamento e a respiração, entendendo que cada um desses aspectos é fundamental para a manutenção de saúde e qualidade de vida.</p>	<p>6,0</p>

Sistemática

Professor (a) Disciplina: Educação Física Série: 7ºano Ano: 2020 1º bimestre

Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
Trabalho (TB1) 1ª Data: 09/03 2ª Data: 16/03	Pesquisa acadêmica sobre "Hábitos de Higiene" Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).	H2. Empregar hábitos de higiene e de cuidados com o corpo	3,0
Atividade Ao Longo do Bimestre	Atletismo: Salto em distância Ginástica Geral Habilidades motoras básicas	H6. Identificar posturas corporais adequadas à prática de atividades físicas	4,0
Atividade Ao Longo do Bimestre	Modalidades coletivas – Iniciação 2: Basquete Fundamentos 2 Aplicação das Regras	H1. Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.	3,0
Processo de Recuperação Data: 30/03	Trabalho: Benefícios dos exercícios de alongamento	H7. Identificar e reconhecer exercícios de alongamento e sua importância na prevenção de lesões.	6,0



Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
<p>Trabalho (TB1)</p> <p>1ª Data: 09/03</p> <p>2ª Data: 16/03</p>	<p>Pesquisa acadêmica sobre “Padrões de beleza e distúrbios de imagem”</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).</p>	<p>H10. Analisar os padrões de beleza e estética existentes na nossa cultura, relacionando-os à saúde.</p>	<p>3,0</p>
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Atletismo: Arremesso de peso. Ginásticas de condicionamento físico. Habilidades motoras básicas com bola.</p>	<p>H1. Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.</p>	<p>4,0</p>
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Modalidades coletivas – Intermediário 1: Basquete Fundamentos Técnicas 1</p>	<p>H4. Identificar os elementos técnicos individuais, sistemas de jogo das modalidades esportivas praticadas.</p>	<p>3,0</p>
<p>Processo de Recuperação</p> <p>Data: 30/03</p>	<p>Trabalho: Esportes adaptados.</p> <p>Obs. Pesquisa acadêmica com o tema em questão/ Conclusão. (Não é cópia da internet).</p>	<p>H6. Reconhecer os tipos de esportes adaptados para os deficientes a fim de perceber as possibilidades de inclusão dessas pessoas nas atividades esportivas.</p>	<p>6,0</p>

Sistemática

Professor (a) Disciplina: Educação Física Série: 9ºano Ano: 2020 1º bimestre

Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
Trabalho (TB1) 1ª Data: 09/03 2ª Data: 16/03	Pesquisa acadêmica sobre “Temperança (abstinência de drogas)”. Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).	H3. A partir dos oito remédios naturais, analisar a importância da temperança direcionada ao uso de drogas, tanto para treinamento físico quanto para uso pessoal (drogas ilícitas).	3,0
Atividade Ao Longo do Bimestre	Ginástica de condicionamento físico. Habilidades motoras básicas com bolas Jogos cooperativos	H1. Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.	4,0
Atividade Ao Longo do Bimestre	Modalidades coletivas – Intermediário 2: Basquete Fundamentos Técnicas 2.	H4. Identificar os elementos técnicos ou técnicos-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogos e regras das modalidades esportivas praticadas.	3,0
Processo de Recuperação Data: 30/03	Trabalho: Desvios Posturais. Obs. Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não e cópia da internet).	H5. Identificar os principais desvios posturais e discutir meios de prevenção e tratamento.	6,0



Professor (a) Disciplina: Educação Física Série: 1ºano - EM Ano: 2020 1º bimestre

Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
<p>Trabalho (TB1)</p> <p>1ª Data: 09/03</p> <p>2ª Data: 16/03</p>	<p>Pesquisa acadêmica sobre “Desenvolvimento da sexualidade”</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).</p>	<p>H3. Identificar as etapas do desenvolvimento puberal e suas relações com a sexualidade (uso de contraceptivos, gravidez na adolescência, etc.).</p>	<p>3,0</p>
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Ginástica Geral</p> <p>Condicionamento físico</p> <p>Pilates</p> <p>Jogos cooperativos</p>	<p>H1. Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.</p>	<p>4,0</p>
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Modalidades coletivas –</p> <p>Basquete</p> <p>Handebol</p> <p>Voleibol</p> <p>Futsal</p>	<p>H3. Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos das modalidades esportivas para praticar de forma específica.</p>	<p>3,0</p>
<p>Processo de Recuperação</p> <p>Data: 30/03</p>	<p>Trabalho: Sedentarismo</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/ Conclusão. (Não é cópia da internet).</p>	<p>H10. Discutir sobre as doenças hipocinéticas causadas pelo sedentarismo.</p>	<p>6,0</p>

Sistemática

Professor (a) Disciplina: Educação Física Série: 2ºano - EM Ano: 2020 1º bimestre

Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
Trabalho (TB1) 1ª Data: 09/03 2ª Data: 16/03	Pesquisa acadêmica sobre “Padrões de beleza e distúrbios de imagem” Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).	H10. Analisar criticamente os padrões de beleza existentes na nossa cultura, relacionando-os à saúde.	3,0
Atividade Ao Longo do Bimestre	Ginástica Geral Condicionamento físico Pilates Jogos cooperativos	H1. Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.	4,0
Atividade Ao Longo do Bimestre	Modalidades coletivas – Basquete Handebol Voleibol Futsal	H3. Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos das modalidades esportivas para praticar de forma específica.	3,0
Processo de Recuperação Data: 30/03	Trabalho: A importância do descanso. Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/ Conclusão. (Não é cópia da internet).	H3. Relacionar o sono, o relaxamento e a respiração, entendendo que cada um desses aspectos é fundamental para a manutenção de saúde e qualidade de vida.	6,0

Sistemática

Professor (a) Disciplina: Educação Física Série: 3ºano - EM Ano: 2020 1º bimestre

Instrumento Avaliativo	Objeto de conhecimento	Habilidade a desenvolver	Critérios de Avaliação e Peso
<p>Trabalho (TB1)</p> <p>1ª Data: 09/03</p> <p>2ª Data: 16/03</p>	<p>Pesquisa acadêmica sobre “Temperança (abstinência de drogas)”.</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/Conclusão. (Não é cópia da internet).</p>	<p>H3. A partir dos oito remédios naturais, analisar a importância da temperança direcionada ao uso de drogas, tanto para treinamento físico quanto para uso pessoal (drogas ilícitas).</p>	3,0
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Ginástica Geral</p> <p>Condicionamento físico</p> <p>Pilates</p> <p>Jogos cooperativos</p>	<p>H1. Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.</p>	4,0
<p>Atividade</p> <p>Ao Longo do Bimestre</p>	<p>Modalidades coletivas –</p> <p>Basquete</p> <p>Handebol</p> <p>Voleibol</p> <p>Futsal</p>	<p>H3. Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos das modalidades esportivas para praticar de forma específica.</p>	3,0
<p>Processo de Recuperação</p> <p>Data: 30/03</p>	<p>Trabalho: Benefícios dos exercícios de alongamento.</p> <p>Obs.: Pesquisa acadêmica com o tema em questão/ Conclusão.</p>	<p>H7. Identificar e reconhecer exercícios de alongamento e sua importância na prevenção de lesões.</p>	6,0