



SISTEMÁTICA
PLANO DE ENSINO BIMESTRAL
2º Bimestre/2019

Disciplina: Educação Física
Professor (a): Anderson Venceslau

Série/Turma: 6º A
Ano: 2019

1. Conteúdo programático do Bimestre:

- **Voleibol:** Fundamentos: toque, manchete, saque, posicionamento em quadra, Jogo coletivo misto ou dividido por sexo.
- **Atletismo:** corrida de velocidade, resistência e obstáculos.
- **Ginástica:** habilidades motoras com cordas
- Jogos Cooperativos 1
- **Temas transversais:** História do voleibol, Regras básicas do voleibol, bullying, sedentarismo, Hábitos Saudáveis.

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 fundamentos, atletismos, 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, História do voleibol, Regras do voleibol, sedentarismo, Bullying, Hábitos Saudáveis, Atletismo: corrida de velocidade, corrida com obstáculo, 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 prática:

Data: 10/04/2019 à 29/06/2019

Valor – 4.0

Conteúdo: Voleibol: Fundamentos: toque, manchete, saque, coletivo misto ou dividido por sexo.

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



Seminário

1 Data: 20/05/2019

Valor – 3.0

2 Data: 27/05/2019

Valor – 1.5

Conteúdo: História do voleibol, Regras básicas do voleibol, Sedentarismo, Bulyng, Hábitos Saudáveis.

Neste critério avaliativo será estabelecido um seminário em grupo abordando temas referentes a História do voleibol, Regras básicas do voleibol, Sedentarismo, Copa América, Atletismo: corrida de velocidade, corrida com obstáculo 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- Sedentarismo
- 2- História do voleibol
- 3- Regras básicas do voleibol
- 4- Hábitos Saudáveis
- 5- Bulyng

Trabalho

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

7. Referências:

- ✓ feliz7play.com/pt/category/saude/
- ✓ wikipedia.org
- ✓ revistavidaesaude.com.br
- ✓ Livro viva com esperança
- ✓ novotempo.com/vidaesaude/