



SISTEMÁTICA
PLANO DE ENSINO BIMESTRAL
2º Bimestre/2019

Disciplina: Educação Física
Professor (a): Glédson Correia

Série/Turma: 3º EM- C
Ano: 2019

1. Conteúdo programático do Bimestre

- Jogos de Oposição
- Modalidades Esportivas Coletivas.
- Rodizio Esportivo
- Lesões no mundo Esportivo

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 táticos das modalidades esportivas coletivas, abordar trabalhos de pesquisa gerando discussões referente as lesões predominantes no mundo esportivo, e por meio dos jogos de Oposição gerar reflexões sobre condutas de respeito e auto controle, 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.

4. Metodologia

Aulas práticas:

- Jogos
- Atividades de aprendizagem individual ou em grupo.

Aulas teóricas:

- Pesquisas e trabalhos Individuais ou em grupo

5. Avaliação:

Atividade pratica:

Data: Durante todo o Bimestre

Valor: 4,0

Conteúdo: Jogos de Oposição, Modalidades Esportivas Coletivas

Durante as aulas práticas serão avaliados os seguintes critérios

- Participação nas aulas
- Cooperação com o colega
- Comprometimento com as aulas
- Respeito ao colega



Seminário

Data das Apresentações: 07/05/2019 e 14/05/2019 **Valor:** 3,0

Conteúdo: Lesões no mundo Esportivo

Neste critério avaliativo será estabelecido um seminário em grupo abordando temas referentes as lesões predominantes no mundo esportivo, onde os temas serão sorteados na sala juntamente com os alunos.

Temas dos seminários

- 1- Lesões no mundo Esportivo: Futebol
- 2- Lesões no mundo Esportivo: Tênis
- 3- Lesões no mundo Esportivo: Corrida de rua
- 4- Lesões no mundo Esportivo: Artes Marciais

Não será necessário a Entrega de trabalho Teórico Impresso.

Projeto Copa América 2019

Data de entrega: Sexta Feira anterior a semana da AV2 **Valor:** 3,0

Conteúdo: Copa América 2019 (Trabalho interdisciplinar)

Detalhamento da Atividade:

- Cada sala Representará um País.
- Sendo a sala dividida em grupos abordando os seguintes temas:

Bandeira, História, Pontos Turísticos, Religião e Esportes (Participações na copa américa, Títulos e a seleção do país).

Critérios de correção:

- Apontamentos a respeito dos trabalhos pesquisados e questionamentos a respeito das conclusões a que os alunos fizeram nos trabalhos.

7. Propostas de Recuperação Contínua

- Explicar através de um trabalho teórico, como funciona a Frequência cardíaca em repouso, de um atleta de natação e um indivíduo sedentário.

8. Referências:

- ✓ feliz7play.com/pt/category/saude/
- ✓ wikipedia.org
- ✓ revistavidaesaude.com.br
- ✓ google.com.br
- ✓ novotempo.com/vidaesaude/
- ✓ querovidaesaude.com