PLANO DE ENSINO
3º TRIMESTRE

Componente Curricular:	Educação Física	**Professor:**	Áquilas Araújo Aquino Diego Silva Alves João Gabriel Pessoa Pinheiro Marcos Gabriel de Andrade Freitas Pablo Soares Rocha
Segmento:	Ensino Fundamental- Anos Finais	**Ano/Série:**	9º ano

Apresentação da disciplina

A disciplina de Educação Física busca favorecer a integração social através de jogos cooperativos, adotando atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade.

Objetivos do trimestre

- Valorizar os efeitos que a prática corporal e hábitos saudáveis exercem sobre a aptidão física e a qualidade de vida;
- Conhecer os efeitos da atividade física sobre o organismo e a saúde;
- Compreender e discutir as regras aplicadas aos jogos e esportes.

Conteúdo programático

- Os benefícios dos exercícios físicos na promoção da saúde e qualidade de vida;
- A relação entre exercício físico, crescimento e postura;
- Esporte Paraolímpico;
- Valências Físicas.

Competências e habilidades (Anos Finais e Ensino Médio)

- Competências da área 3 – Habilidades 9, 10 e 11.

Metodologia de ensino

Em uma sociedade onde a prática da atividade física e bons hábitos estão cada vez mais difíceis, a metodologia utilizada no trimestre buscará a resolução de problemas, transformação de hábitos saudáveis e reconhecimento da linguagem corporal através das aulas teóricas e práticas.
ATIVIDADES PRÁTICAS: Jogos coletivos: Handebol; Esporte adaptado: Handebol sentado, simulando o cadeirante; Atividade Física; Exercícios aeróbicos e anaeróbicos; Força; Resistência; Abdominais; Velocidade; Flexões; Agilidade; Agachamentos; Coordenação; Flexibilidade; Equilíbrio.
ATIVIDADES COM OS RECURSOS DO UNO: Fórum e Eval Student.

Recursos

- Ipad – Regime laboratório;
- Plataforma Uno – Laboratório de Informática;
- Sala 3D;
- Sala da Tela Interativa;
- Apostilas de estudos elaboradas pelos professores de Educação Física;
- Aulas teóricas e práticas sobre os conteúdos que constam no PPPD;
- Avaliações regime provas discursivas e provas práticas;
- Quadra Poliesportiva.

Textos complementares

Apostilas de Estudos elaborados pelos Professores de Educação Física.

Articulação com outras disciplinas

Trabalhar a interdisciplinaridade com a disciplina de Biologia e ciências, a partir das aulas teóricas sobre: Noções básicas

da Ginástica e Musculação; Os esteroides anabolizantes e seus efeitos; Doping no esporte.
Articulação com o Exame Nacional do Ensino Médio – ENEM **(Anos Finais e Ensino Médio)**
O contexto será apresentado sobre: Noções básicas da Ginástica e Musculação; Os esteroides anabolizantes e seus efeitos; Doping no esporte. Levam o aluno a competência da área 3: Compreender e usar a linguagem corporal como relevante para a própria vida, integradora social e formadora da identidade. Desenvolvendo as habilidades – H9: Reconhecer as manifestações corporais de movimento como originais de necessidades cotidianas de um grupo social. H10 – Reconhecer a necessidade de transformação de hábitos corporais em função das necessidades cenestésicas. H11: Reconhecer a linguagem corporal como meio de interação social, considerando os limites de desempenho e as alternativas de adaptação para diferentes indivíduos.
Avaliações
Conteúdos para AV1: • Sistema Articular; • Fraturas Ósseas; • Lesões Ligamentar. **Período da AV1: 02/10/2017 a 06/10/2017** **Conteúdos para AV2:** Exercício físico e saúde, o corpo e a expressão artística e cultural, o corpo no mundo dos símbolos e como produção da cultura, práticas corporais e autonomia. **Período da AV2: 30/10/2017** **Composição da AV3:** • 1,0 Aulas práticas; • 0,5 Plataforma UNO; • 0,5 Metodologia Ativa.
Composição da média trimestral - AV1 + AV2 + AV3 **AV1- 4,0 pontos** **AV2 - 4,0 pontos** **AV3 – 2,0 pontos**

*** CRONOGRAMA DE ATIVIDADES**

Semana	Aula/Data	Atividades
31/07 a 04/08	Aula 1	**Aula Teórica:** Exercício físico e saúde, o corpo e a expressão artística e cultural, o corpo no mundo dos símbolos e como produção da cultura, práticas corporais e autonomia. **A apostila de estudos será disponibilizada na plataforma UNO.**
	Aula 2	**Fundamentos básicos do Handebol Masculino:** Regra geral, passe, ataque, defesa, tiro de 7 metros, movimentações em quadra e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
07/08 a 11/08	Aula 3	**Fundamentos básicos do Handebol Feminino:** Regra geral, passe, ataque, defesa, tiro de 7 metros, movimentações em quadra e suas variações.
	Aula 4	**Revisão:** Exercício físico e saúde, o corpo e a expressão artística e cultural, o corpo no mundo dos símbolos e como produção da cultura, práticas corporais e autonomia. **Resoluções de questões utilizando os IPADS o aplicativo Eval Student e outros aplicativos acadêmicos.**
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**

14/08 a 18/08 2ª MULTIENEM do 2º Trimestre (6º ao 9º Ano)	Aula 5	**Jogo coletivo de Handebol Masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo handebol.
	Aula 6	**Jogo coletivo de Handebol Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo handebol.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
21/08 a 25/08	Aula 7	**Fundamentos básicos do Futsal Masculino:** Regra geral, passe, recepção, cabeceio, ataque, defesa e suas variações.
	Aula 8	**Fundamentos básicos do Futsal Feminino:** Regra geral, passe, recepção, cabeceio, ataque, defesa e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
28/08 a 01/09 2º Simulado do 2º Trimestre: 6º ao 9º Ano.	Aula 9	**Jogo coletivo de Futsal masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo futsal.
	Aula 10	**Jogo coletivo de Futsal Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo futsal.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
04/09 a 08/09 Feriado 07/09 Independência do Brasil. Recesso 08/09 da Independência do Brasil	Aula 11	**Fundamentos básicos do Voleibol Masculino:** Regra geral, passe, recepção, manchete, ataque, defesa e suas variações.
	Aula 12	**Fundamentos básicos do Voleibol Feminino:** Regra geral, passe, recepção, manchete, ataque, defesa e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
11/09 a 15/09	Aula 13	**Jogo coletivo de Voleibol Masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo voleibol.
	Aula 14	**Jogo coletivo de Voleibol Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo voleibol.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
18/09 a 22/09	Aula 15	**Fundamentos básicos do Basquetebol Masculino:** Regra geral, passe, recepção, bandeja, ataque, defesa e suas variações.
	Aula 16	**Fundamentos básicos do Basquetebol Feminino:** Regra geral, passe, recepção, bandeja, ataque, defesa e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
25/09 a 29/09	Aula 17	**Aula Teórica:** Sistema articular; Fraturas ósseas; Lesões ligamentar. **A apostila de estudos será disponibilizada na plataforma UNO.**
	Aula 18	**Revisão:** Sistema articular; Fraturas ósseas; Lesões ligamentar. **Resoluções de questões utilizando os IPADS o aplicativo Eval Student e outros aplicativos acadêmicos.**
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
02/10 a 06/10 AV1 do 3º Trimestre: 6º ao 9º Ano	Aula 19	**Jogo coletivo de Basquetebol Masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo basquetebol.
	Aula 20	**Jogo coletivo de Basquetebol Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo basquetebol.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
09/10 a 13/10 Feriado 12/10:	Aula 21	**Fundamentos básicos do Handebol Masculino:** Regra geral, passe, ataque, defesa, tiro de 7 metros, movimentações em quadra e suas variações.

Dia da Senhora Aparecida Recesso 13/10 do Dia da Senhora Aparecida	Aula 22	**Fundamentos básicos do Handebol Feminino:** Regra geral, passe, ataque, defesa, tiro de 7 metros, movimentações em quadra e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
16/10 a 20/10	Aula 23	**Jogo coletivo de Handebol Masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo handebol.
	Aula 24	**Jogo coletivo de Handebol Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo handebol.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
23/10 a 27/10	Aula 25	**Aula Teórica:** Dança ritmo e capoeira. **A apostila de estudos será disponibilizada na plataforma UNO.**
	Aula 26	**Revisão:** Dança ritmo e capoeira. **Resoluções de questões utilizando os IPADS o aplicativo Eval Student e outros aplicativos acadêmicos.**
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
30/10 a 03/11 3ª MULTIENEM do 3º Trimestre (6º ao 9º Ano) Feriado 02/11: Dia de Finados Recesso 03/11 do Dia de Finados	Aula 27	**Fundamentos básicos do Futsal Masculino:** Regra geral, passe, recepção, cabeceio, ataque, defesa e suas variações.
	Aula 28	**Fundamentos básicos do Futsal Feminino:** Regra geral, passe, recepção, cabeceio, ataque, defesa e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
06/11 a 10/11	Aula 29	**Jogo coletivo de Futsal masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo futsal.
	Aula 30	**Jogo coletivo de Futsal Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo futsal.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
13/11 a 17/11 Feriado 15/11: Dia da Proclamação da República.	Aula 31	**Fundamentos básicos do Basquetebol Masculino:** Regra geral, passe, recepção, bandeja, ataque, defesa e suas variações.
	Aula 32	**Fundamentos básicos do Basquetebol Feminino:** Regra geral, passe, recepção, bandeja, ataque, defesa e suas variações.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
20/11 a 24/11 3º Simulado do 3º Trimestre: 6º ao 9º Ano.	Aula 33	**Jogo coletivo de Basquetebol Masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo basquetebol.
	Aula 34	**Jogo coletivo de Basquetebol Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo basquetebol.
Semana	**Aula/Data**	**Atividades**
27/11 a 29/11 Feriado 30/11: Dia do Evangélico	Aula 35	**Jogo coletivo de Voleibol Masculino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo voleibol.
	Aula 36	**Jogo coletivo de Voleibol Feminino:** Jogo para aprimoramento dos fundamentos específicos do esporte coletivo voleibol.

Obs.: O cronograma é flexível. Caso ocorra a necessidade de mudanças, os estudantes e pais serão informados em tempo hábil sobre a mesma por meio da agenda e/ou do Blog do aluno.