

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**Ensino Técnico Integrado ao Médio
FORMAÇÃO GERAL****Ensino Médio**

Etec: Mairiporã

Código: 271

Município: Mairiporã

Eixo Tecnológico: GESTÃO E NEGÓCIOS

Habilitação Profissional:
TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃOQualificação:
Auxiliar de nível médio

Área de conhecimento: Linguagens, Códigos e suas tecnologias.

Componente Curricular: Educação Física

Série: 1ª

C. H. Semanal: 02 h/a

Professor: WELLINGTON MISSACI TREVIZAN

I – Competências e respectivas habilidades e valores¹**Competência:**

1. Compreender e usar a língua portuguesa como geradora de significação e integradora da percepção, organização e representação do mundo e da própria identidade.
2. Entender e utilizar textos de diferentes naturezas: tabelas, gráficos, expressões algébricas, expressões geométricas, ícones, gestos etc.

Habilidades:

1. Utilizar códigos de linguagem científica, matemática, artística, literária, esportiva etc. pertinentes a diferentes contextos e situações.

¹ Vide “Proposta de Currículo por Competências” do Ensino Médio

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec

2. Utilizar a representação simbólica como forma de expressão de sentidos, emoções, conhecimentos, experiências etc.
3. Descrever, narrar, relatar, expressar sentimentos, formular dúvidas, questionar, problematizar, argumentar, apresentar soluções, conclusões etc.
4. Elaborar e/ ou fazer uso de textos (escritos, orais, iconográficos) pertinentes a diferentes instrumentos e meios de informação e formas de expressão, tais como jornais, quadrinhos, charges, murais, cartazes, dramatizações, home pages, poemas, monografias, cartas, ofícios, abaixo-assinados, propaganda, expressão corporal, jogos, música etc.
5. Utilizar informações específicas da cultura corporal e utilizá-las para comunicação e expressão.

Valores e Atitudes:

1. Reconhecimento da importância da comunicação nas relações interpessoais.
2. Valorização das possibilidades de descobrir-se a si mesmo a ao mundo através das manifestações da língua pátria.
3. Versatilidade e criatividade na utilização de diferentes códigos e linguagens de comunicação.
4. Criticidade na escolha dos símbolos, códigos e linguagens mais adequados a cada situação.

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec
II – Plano Didático

Conhecimentos¹	Procedimentos Didáticos	Cronograma Dia / Mês
Aula inaugural. Competências, Habilidades e bases tecnológicas da Educação Física; Programação, critérios de avaliação e normas de conduta.	Aula Expositiva Dinâmica de Grupo	09/02 à 13/02
Esportes coletivos: Nos âmbitos: educacional, participação e competição; Modalidades; Voleibol, Futsal, handebol, Basquetebol etc.	Aula expositiva dialogada Apresentação em <i>Power Point</i> Aula Prática	23/02 à 06/03 09/03 à 20/03
Esportes Coletivos: Parte Prática: Voleibol	Aula Fundamentos do voleibol (teoria) Aula Prática Trabalho em grupo	23/03 à 02/04
Esportes Individuais: Nos âmbitos: educacional, participação e competição. Modalidades	Aula Teórica Trabalho em Grupo Debates Aula prática	06/04 à 17/04 22/04 à 30/04
Semana Paulo Freire.	Palestra e debates	04/05 à 15/05
Esportes Individuais: Atletismo; Ginastica Artística, Ginastica Rítmica e <i>Badminton</i> .	Aula teórica Pesquisa Aula prática	18/05 à 29/05

¹ Relacionar em ordem didática

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec

Esportes Coletivos: Futsal.	Aula teórica Pesquisa Aula prática	01/06 à 12/06 15/06 à 26/06
Esportes radicais: Nos âmbitos: educacional, participação e competição. Esportes de ação (Skate, <i>Le Pakour</i>) e de aventura (rapel, arvorismo).	Aula expositiva dialogada Apresentação em <i>Power Point</i> Vídeo Aula Aula Prática	29/06 à 03/07 20/07 à 31/07
Jogos e Brincadeira: Da brincadeira ao esporte	Aula teórica Aula Prática	03/08 à 14/08 17/08 á 28/08 31/08 à 11/09
Ginastica e Dança: Conceito e classificações; Comunicação verbal e não verbal.	Aula expositiva dialogada Apresentação em <i>Power Point</i> Vídeo Aula Aula Prática	15/09 à 25/09 28/09 à 09/10 13/10 à 23/10
Lutas: Nos âmbitos: educacional, participação e competição; Modalidades.	Aula expositiva dialogada Apresentação em <i>Power Point</i> Vídeo Aula Aula Prática	26/10 à 06/11
Corpo e Movimento: Aparelho locomotor (anatomia)	Aula teórica Pesquisa Aula prática	09/11 à 19/11

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec

Corpo e saúde: Patologias (cardiovasculares osteoarticulares)	Aula teórica Aula Prática	23/11 à 04/12
Corpo e qualidade de vida: Segurança e ergonomia.	Aula teórica Aula Prática	07/12 à 11/12

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec

III - Plano de Avaliação de Competências

Competência	Indicadores de Domínio	Instrumento(s) e Procedimentos de Avaliação ¹	Crerios de Desempenho	Evidências de Desempenho
<p>Assumir uma postura ativa na prática das atividades físicas, consciente da importância delas na vida do cidadão.</p> <p>Compreender o funcionamento do organismo humano de forma a reconhecer e modificar as atividades corporais, valorizando-as, como melhoria de suas aptidões físicas.</p> <p>Desenvolver as noções continuadas de esforço, intensidade e frequência, aplicando-as em suas práticas corporais.</p>	<p>Habilidades: Representar simbolicamente, sentidos, emoções, conhecimentos, experiências.</p> <p>- Descrever, narrar e relatar fatos.</p> <p>- Formular dúvidas.</p> <p>- Questionar, problematizar, argumentar e apresentar soluções e conclusões.</p> <p>- Associar-se para atingir objetivos em comum.</p> <p>- Dividir tarefas.</p>	<p>Prova escrita.</p> <p>Prova Prática.</p> <p>Trabalhos/Seminários.</p> <p>Observação direta.</p> <p>Debates.</p> <p>Atividades com intervenções imediatas, visando à recuperação contínua do aluno com baixo rendimento escolar.</p>	<p>Coerência com a realidade.</p> <p>Senso crítico.</p> <p>Organização de ideias.</p> <p>Participação.</p> <p>Cooperação.</p> <p>Interesse.</p>	<p>Participação individual em sala de aula.</p> <p>Participação nas atividades em grupo.</p> <p>Dominar conceitos relacionados à prática de atividade física, funcionamento corporal (fisiologia) qualidade de vida e saúde.</p> <p>Relacionar situações do cotidiano com as práticas corporais vivenciadas, conceitos de saúde e bem estar.</p>

¹ Vide "Proposta de Currículo por competências" do Ensino Médio
Centro Paula Souza – CETEC - Grupo de Supervisão Educacional / Gestão Pedagógica - 2015

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec

	<ul style="list-style-type: none">- Compartilhar conhecimentos e responsabilidades.- Utilizar conhecimentos de diferentes natureza e áreas interdisciplinarmente.- Apontar indicadores de saúde e fatores socioeconômicos que influenciam na qualidade de vida.			<p>Dominar conceitos relacionados à prática de atividade física, funcionamento corporal (fisiologia) qualidade de vida e saúde.</p> <p>Demonstra integração e interação.</p> <p>Compreende as diferentes opiniões e realidades das relações sociais.</p>
--	---	--	--	--

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**IV – Material de Apoio Didático para Aluno (inclusive bibliografia)**

Livros:

Material esportivo;

Vídeos;

Projektor;

Aparelho de som;

Sites;

Apostilas;

Referências Bibliográficas:

WIRHED, Rolf. Atlas de anatomia do movimento. São Paulo, 1986.

DARIDO, S.C., RANGEL, I.C. Educação Física na Escola, implicações para a prática pedagógica – RJ: Guanabara Koogan, 2005.

FREIRE, J. B. Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física. Campinas: Scipione, 1989.

Jogos Cooperativos: se o importante é competir, o fundamental é cooperar! Editora Renovada 2000. Santos, SP: 1997.

SOARES, et. ALL Metodologia do Ensino de Educação Física – SP: Cortez Editora, 2012.

V – Estratégias de Recuperação Contínua (para alunos com baixo rendimento/dificuldades de aprendizagem)

Adaptar atividades de acordo com a dificuldade apresentada conforme sugere a “Proposta de Currículo por competências” do Ensino Médio (revisão de apresentações e pesquisas prova oral e/ou escrita).

VI – Identificação:

Nome do professor: WELLINGTON MISSACI TREVIZAN

Assinatura:

Data:

VII – Parecer do Coordenador de Curso:

O Plano de Trabalho está de acordo com as orientações do CETEC, está compatível com o Plano de Curso e desenvolve competências necessárias do componente curricular.

Nome do coordenador(a): SONIA APARECIDA GURGUEIRA BARCA

Assinatura:

Data: