

PLANO DE ENSINO

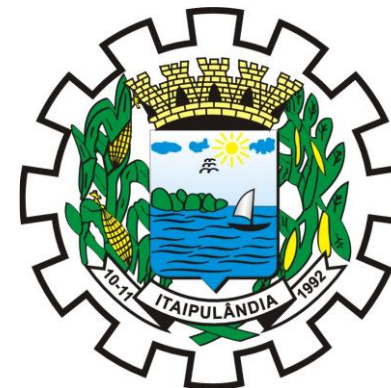
EDUCAÇÃO

FÍSICA

(Infantil 4 e Infantil 5)

Escola Municipal: _____

Ano letivo: 2024





PLANO DE ENSINO DE **EDUCAÇÃO FÍSICA** 2024 – INFANTIL 4 E INFANTIL 5

OBJETIVO

Serão ofertados ao longo do processo de ensino e aprendizagem na disciplina do componente curricular **Educação Física**, os elementos teóricos e práticos para que o aluno possa entrar em contato com o que propõe as seis Unidades Temáticas, subsidiando condições para a apreensão dos objetos de conhecimento e dos objetivos de aprendizagem, de tal forma que, em meio ao processo, o professor possa identificar essa apropriação.

ORGANIZAÇÃO TRIMESTRAL PARA O INFANTIL 4 E 5:

1° TRIMESTRE	2° TRIMESTRE	3° TRIMESTRE
Brincadeiras de imitação/criação de formas artísticas	Brincadeiras de destreza e desafios corporais	Brincadeiras e jogos de situações opositivas
Brincadeiras de destreza e desafios corporais	Brincadeiras e jogos de situações opositivas	Brincadeiras de imitação/criação de formas artísticas
Brincadeiras e jogos de situações opositivas	Brincadeiras de imitação/criação de formas artísticas	Brincadeiras de destreza e desafios corporais
Saúde e qualidade de vida	Saúde e qualidade de vida	Saúde e qualidade de vida

1º TRIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras de imitação/ criação de formas artísticas	Manifestações da dança, presentes em diferentes contextos	(I04/05CG01) Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música. (EI04/05CG03) Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música. (EI04/05CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.	Alongamento e aquecimento em todas as aulas. - Brincadeiras de roda; de casinha, cozinheira, médico, pedreiro... (imitando profissões); da estátua; de imitação de figuras e situações de brincar de circo; do escultor e do barro; de bailarino; de mímico; de andar na corda como o equilibrista; com fantoches, dedoches, marionetes; com animais emborrachados, imitando sons e movimentos - História da serpente. - Músicas de Hani (Milk Sheik, Elefantinho...)
AValiação: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras de destreza e desafios corporais	Brincadeiras cantadas e brincadeiras de roda	(I04/05CG01) Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música. (EI04/05CG03) Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música. (EI04/05CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.	- Realizar brincadeiras como: circuitos com obstáculos; Siga o mestre; Cambalhota; Vivo-morto; Cobrinha; Pular obstáculos; Amarelinha (com dois pés); Adoleta; Elástico; Aumenta-aumenta; Reloginho; Pezinho; 5 Marias; Estrelinha; Cadeirinha; Pula sela; Bandeirinha; Carrinho de mão; Músicas d Hani (Trem maluco, Estava caminhando na rua, Rock tchá, tchá, tchá, Eu andava a pé...).
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras e jogos de situações opositivas	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário local e regional	(I04/05CG01) Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música. (EI04/05CG03) Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música. (EI04/05CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.	Alongamento em todas as aulas. - Aceitar a oposição corporal do outro, buscando criar ações corporais que superam a oposição do outro e/ou criam uma oposição para o outro, a partir de brincadeiras como: Ovo choco — variações Zigue-zague em círculo — variações: vídeos Rio vermelho Noite e dia — variações Gato e rato Galinha e seus pintinhos — variações: raposa pega pintinho. Elefante colorido Coelho rengo (diabo rengo) Coelho sai da toca (bambolês) —variações (casa-coelho-terremoto) Relógio, atividade da apostila Brincadeiras cantadas: A história da serpente Corre cotia Elefante colorido (música de Hani — a cor) Músicas de Hani Adaptar tiro ao alvo — variações: Usando cones e bolas e bambolês; Adaptar o jogo golfe: Tacos — para o alvo usar caixas com furos — grandes/pequenos Jogo da argola: com cones e bambolês
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Saúde e qualidade de vida	As partes do corpo e os exercícios físicos com suas possibilidades e limitações	- Vivenciar as possibilidades e limitações do corpo em movimento (exercícios de alongamento e aquecimento). - Experimentar atividades lúdicas que identificam as partes do corpo humano e suas funções. - Entender o corpo como meio de interação com o seu ambiente cultural, favorecendo a construção de sua identidade.	- Propor atividade de conhecimento do próprio corpo através de desenho do corpo, ou seja, pedir para uma criança contornar o corpo de outra, em seguida identificar as partes do corpo. - Organizar espaços e materiais diversos para a criança vivenciar situações em que possa identificar, sentir e ouvir entre outros.
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

2º TRIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras de destreza e desafios corporais	Expressão corporal Posturas (hábitos posturais)	-Estabelecer relações entre as partes do corpo e destas com o todo corporal na construção do movimento dançado. -Ampliar as possibilidades de domínio consciente e voluntário das ações corporais de natureza lúdica, artística e de destreza, por meio da apropriação de atividades da cultura corporal: as brincadeiras de jogo e dança. -Conhecer os objetos, materiais, expressões culturais, corporais, danças, músicas e brincadeiras típicas de sua região, de sua cultura e de outras. -Aceitar desafiar-se corporalmente, buscando novas possibilidades de destreza para si (metas possíveis para si) a partir de brincadeiras.	- Participar de brincadeiras e/ou circuitos com obstáculos que permitem empurrar, balançar, escorregar, equilibrar-se, arrastar, engatinhar, tentativas de levantar, de subir, de descer, passar por debaixo de, por cima de, rolar, procurar, pegar. - Conhecer o próprio corpo por meio da exploração dos movimentos, expressando-se por meio de gestos e ritmos diversificados, produzidos em jogos e brincadeiras. ➤ Músicas: ➤ Tchutchuê - https://www.youtube.com/watch?v=4ge-94xuJjw. ✚ Estátua — Xuxa ✚ Cabeça, ombro joelho e pé ✚ Boneco de lata ✚ Fui ao mercado ✚ Passa passará ✚ História da serpente ✚ Escravos de Jó ✚ Se você está contente ✚ A loja do mestre André ✚ Capelinha de melão ✚ Funk da Xuxa ✚ https://www.youtube.com/watch?v=Y4OmepH7Dsc ✚ https://www.youtube.com/watch?v=JW0lxtv1ivU ✚ Dirigindo meu carro-funk ✚ https://www.youtube.com/watch?v=0g3TwxqAA20 ✚ La bela polenta — Música Italiana ✚ https://www.youtube.com/watch?v=-nisfL47OCw - Fazer os movimentos da música. ✚ Tumbalacatumba — Xuxa ✚ https://www.youtube.com/watch?v=lr9B5nBUJg
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras e jogos de situações opositivas	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário local e regional	(I04/05CG01) Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música. (EI04/05CG03) Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música. (EI04/05CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.	Alongamento em todas as aulas. - Aceitar a oposição corporal do outro, buscando criar ações corporais que superam a oposição do outro e/ou criam uma oposição para o outro, a partir de brincadeiras como: - Roubar o rabo — variações - Cobra-cega - Árvore, ponte e pedra — variações - Pega-pegas com bambolê no chão**** - Queimadinha - Quatro cantos — variações - Nunca 4 - Pega-pegas sentado - Pega-pegas imitação, apostila – p. 29 - Pato-pato-ganso - Ovo choco — variações - Zigue-zague em círculo — variações: vídeos - Rio vermelho - Noite e dia — variações - Gato e rato - Galinha e seus pintinhos — variações: raposa pega pintinho. Adaptar tiro ao alvo — variações: Usando cones e bolas e bambolês; Adaptar o jogo golfe: Tacos — para o alvo usar caixas com furos — grandes/pequenos Jogo da argola com cones e bambolês
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras de imitação/ criação de formas artísticas	Contrastes: longe/perto, convergir (aproximar-se) /divergir (distanciar-se), perseguir/escapar, rápido/lento, para frente/para trás, em cima/embaixo, direita/esquerda, dentro/fora, centro/perímetro	- Deslocar-se no espaço em diferentes direções, sentidos, velocidades, ora fugindo, ora perseguindo e retornando, com e sem o uso de materiais. - Vivenciar e apropriar-se de um espaço delimitado, que exige manutenção desse espaço no decorrer da atividade. -Compreender os fundamentos da realização do alongamento/aquecimento antes de iniciar as práticas corporais intensas. -Conhecer, vivenciar e identificar as características de diferentes jogos de perseguição. -Realizar movimentos de corridas em retas, curvas, com e sem obstáculos. - Diferenciar as capacidades físicas e estabelecer vínculos com o tipo de exercício físico realizado.	• Alongamento e aquecimento em todas as aulas. ➤ Roubar o rabo — variações ➤ Cobra-cega ➤ Árvore, ponte e pedra — variações ➤ Pega-pegas com bambolê no chão**** ➤ Queimadinha ➤ Quatro cantos — variações ➤ Nunca 4 ➤ Pega-pegas sentado ➤ Pega-pegas imitação, apostila —p. 29 ➤ Pato-pato-ganso ➤ Ovo choco — Variações ➤ Zigue-zague em círculo —variações vídeos ➤ Rio vermelho ➤ Noite e dia — variações ➤ Gato e rato ➤ Galinha e seus pintinhos —variações: raposa pega pintinho ➤ Elefante colorido ➤ Coelho rengo (diabo rengo) ➤ Coelho sai da toca (bambolês) —variações (casa-coelho-terremoto) ➤ Relógio, atividade da apostila ➤ Brincadeiras cantadas: ➤ A história da serpente ➤ Corre cotia ➤ Elefante colorido (música de Hani — a cor) Músicas de Hani

AVALIAÇÃO:

O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Saúde e qualidade de vida	Práticas de higiene pessoal Postura e hábitos alimentares saudáveis	-Identificar as diversas formas de expressão corporal que configuram a cultura corporal. - Reconhecer o seu corpo através da respiração e do relaxamento. -Conhecer fatores que propiciam a melhora ou piora da qualidade de vida. -Vivenciar práticas de higiene corporal, com a alimentação e hábitos saudáveis de vida bem como conhecer a maneira certa de sentar, andar e outras (postura corporal).	- Propor atividade de conhecimento do próprio corpo através de desenho do corpo, ou seja, pedir para uma criança contornar o corpo de outra, em seguida identificar as partes do corpo. - Organizar espaços e materiais diversos para a criança vivenciar situações em que possa identificar, sentir e ouvir entre outros - Criar situações em que a criança possa se expressar oralmente sobre os alimentos que consome no seu dia a dia, bem como criar situações em que vivencia as maneiras corretas de sentar, ou seja, ensinar e oferecer condições para o autoaprendizado dos cuidados de saúde. Leitura de texto: - O que é uma "ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL"? https://www.todamateria.com.br/alimentacao-saudavel/
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

3º TRIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras e jogos de situações opositivas	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário local e regional	(I04/05CG01) Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música. (EI04/05CG03) Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música. (EI04/05CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.	Alongamento em todas as aulas. - Aceitar a oposição corporal do outro, buscando criar ações corporais que superam a oposição do outro e/ou criam uma oposição para o outro, a partir de brincadeiras como: - Roubar o rabo — variações - Cobra-cega - Árvore, ponte e pedra —variações - Pega-pegas com bambolê no chão**** - Queimadinha · - Elefante colorido - Coelho rengo (diabo rengo) - Coelho sai da toca (bambolês) —variações (casa-coelho-terremoto) - Relógio, atividade da apostila - Brincadeiras cantadas: - A história da serpente - Corre cotia - Elefante colorido (música de Hani — a cor) - Músicas de Hani Adaptar tiro ao alvo — variações: Usando cones e bolas e bambolês; Adaptar o jogo golfe: Tacos — para o alvo usar caixas com furos — grandes/pequenos Jogo da argola: com cones e bambolês
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras de imitação/ criação de formas artísticas	Estrutura: convergir/ divergir e perseguir/escapar Grandes círculos e pequenos círculos Referências: direção e sentidos	- Deslocar-se no espaço em diferentes direções, sentidos, velocidades, ora fugindo, ora perseguindo e retornando, com e sem o uso de materiais. - Vivenciar e apropriar-se de um espaço delimitado, que exige manutenção desse espaço no decorrer da atividade. -Compreender os fundamentos da realização do alongamento/aquecimento antes de iniciar as práticas corporais intensas. -Conhecer, vivenciar e identificar as características de diferentes jogos de perseguição. -Realizar movimentos de corridas em retas, curvas, com e sem obstáculos. - Diferenciar as capacidades físicas e estabelecer vínculos com o tipo de exercício físico realizado.	• Alongamento e aquecimento em todas as aulas. ➤ Roubar o rabo — variações ➤ Cobra-cega ➤ Árvore, ponte e pedra — variações ➤ Pega-pegas com bambolê no chão**** ➤ Queimadinha ➤ Quatro cantos — variações ➤ Nunca 4 ➤ Pega-pegas sentado ➤ Pega-pegas imitação, apostila —p. 29 ➤ Pato-pato-ganso ➤ Ovo choco — Variações ➤ Zigue-zague em círculo —variações vídeos ➤ Rio vermelho ➤ Noite e dia — variações ➤ Gato e rato ➤ Galinha e seus pintinhos —variações: raposa pega pintinho ➤ Elefante colorido ➤ Coelho rengo (diabo rengo) ➤ Coelho sai da toca (bambolês) —variações (casa-coelho-terremoto) ➤ Relógio, atividade da apostila ➤ Brincadeiras cantadas: ➤ A história da serpente ➤ Corre cotia ➤ Elefante colorido (música de Hani — a cor) Músicas de Hani
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Brincadeiras de destreza e desafios corporais	Expressão corporal Posturas (hábitos posturais)	-Estabelecer relações entre as partes do corpo e destas com o todo corporal na construção do movimento dançado. -Ampliar as possibilidades de domínio consciente e voluntário das ações corporais de natureza lúdica, artística e de destreza, por meio da apropriação de atividades da cultura corporal: as brincadeiras de jogo e dança. -Conhecer os objetos, materiais, expressões culturais, corporais, danças, músicas e brincadeiras típicas de sua região, de sua cultura e de outras. -Aceitar desafiar-se corporalmente, buscando novas possibilidades de destreza para si (metas possíveis para si) a partir de brincadeiras.	- Participar de brincadeiras e/ou circuitos com obstáculos que permitem empurrar, balançar, escorregar, equilibrar-se, arrastar, engatinhar, tentativas de levantar, de subir, de descer, passar por debaixo de, por cima de, rolar, procurar, pegar. - Conhecer o próprio corpo por meio da exploração dos movimentos, expressando-se por meio de gestos e ritmos diversificados, produzidos em jogos e brincadeiras. ➤ Músicas: ➤ Tchutchuê - https://www.youtube.com/watch?v=4ge-94xuJjw. ✚ Estátua — Xuxa ✚ Cabeça, ombro joelho e pé ✚ Boneco de lata ✚ Fui ao mercado ✚ Passa passará ✚ História da serpente ✚ Escravos de Jó ✚ Se você está contente ✚ A loja do mestre André ✚ Capelinha de melão ✚ Funk da Xuxa ✚ https://www.youtube.com/watch?v=Y4OmepH7Dsc https://www.youtube.com/watch?v=JW0lxtv1ivU ✚ Dirigindo meu carro-funk ✚ https://www.youtube.com/watch?v=0g3TwxqAA20 ✚ La bela polenta — Música Italiana ✚ https://www.youtube.com/watch?v=-nisfL47OCw - Fazer os movimentos da música. ✚ Tumbalacatumba — Xuxa https://www.youtube.com/watch?v=lr9B5nBUJg
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			

UNIDADE TEMÁTICA	OBJETOS DO CONHECIMENTO	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICOS E RECURSOS:
Saúde e qualidade de vida	Práticas de higiene pessoal Postura e hábitos alimentares saudáveis	-Identificar as diversas formas de expressão corporal que configuram a cultura corporal. - Reconhecer o seu corpo através da respiração e do relaxamento. -Conhecer fatores que propiciam a melhora ou piora da qualidade de vida. -Vivenciar práticas de higiene corporal, com a alimentação e hábitos saudáveis de vida bem como conhecer a maneira certa de sentar, andar e outras (postura corporal).	- Propor atividade de conhecimento do próprio corpo através de desenho do corpo, ou seja, pedir para uma criança contornar o corpo de outra, em seguida identificar as partes do corpo. - Organizar espaços e materiais diversos para a criança vivenciar situações em que possa identificar, sentir e ouvir entre outros - Criar situações em que a criança possa se expressar oralmente sobre os alimentos que consome no seu dia a dia, bem como criar situações em que vivencia as maneiras corretas de sentar, ou seja, ensinar e oferecer condições para o autoaprendizado dos cuidados de saúde. Leitura de texto: - O que é uma "ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL"? https://www.todamateria.com.br/alimentacao-saudavel/
AVALIAÇÃO: O educando será avaliado levando-se em consideração suas conquistas e esforços, as persistências, a dedicação à aprendizagem e à postura criadora. Sendo que o mesmo será informado sobre o seu desenvolvimento da aprendizagem, para que possam ajustar seus processos.			