

ANO/SÉRIE: 9º ano/EF2

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROF.º: EDUARDO ZINO

HABILIDADES

- Reconhecer-se corporalmente, temporalmente e espacialmente.
- Exercitar as qualidades físicas (andar, correr, saltar, arremessar, transportar).
- Aprender os fatores que facilitem a aprendizagem motora.
- Posicionar-se criticamente frente aos padrões de beleza atuais expostos pela mídia.
- Executar os elementos técnicos de base de cada modalidade desportiva.
- Aplicar os elementos técnicos de cada modalidade desportiva em situação de jogo.
- Reconhecer a tática de jogo de cada modalidade desportiva em situação de jogo.
- Aplicar a tática de cada modalidade desportiva em situações de jogo.
- Aplicar as regras das modalidades desportivas de acordo com a necessidade, material e espaço.
- Aplicar as regras em situações de jogos de cada modalidades desportiva.
- Posicionar-se frente a situações de exclusão das pessoas em atividades físicas e/ou esportivas.
- Praticar atividades físicas e/ou esportivas em situações de inclusão.
- Executar atividades físicas com diferentes ritmos.
- Expressar sentimentos e ideias utilizando as múltiplas linguagens do corpo como a dança e o ritmo.
- Criar movimentos a partir de suas possibilidades e limites nas trocas de experiências corporais.
- Inferir processos de criação e de improvisação.
- Compôr coreografias a partir de temas, materiais ou músicas
- Participar, de modo ativo, de danças em eventos escolares como forma de expressão de sentimentos e ideias.
- Compreender a dança como meio de desenvolvimento de valores e atitudes (afetividade, confiança, criatividade, sensibilidade, respeito e inclusão).

CONTEÚDOS

- Jogos recreativos e cooperativos.
- Treinamento em circuito - escada de agilidade, colchonetes (abdominais flexão de braços), arcos e cordas.
- Voleibol: elementos técnicos – saque por baixo, toque, manchete e ataque.
- Regras atuais.
- Tática de jogo: defesa por zona 5x1 (prática).
- Jogos de mini vôlei 3x3 e propriamente dito.
- Basquetebol: elementos técnicos – drible, passe, arremesso (jump) de um, dois e três pontos.
- Regras atuais.
- Sistema Tático: defesa com marcação por zona (2x1x2) (prática).
- Situação de jogo 2x2 e 3x3. Jogo propriamente dito .

- Jogos pré-desportivo e propriamente dito.
- Dança Educação

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO - O rendimento escolar do aluno será avaliado por meio da observação do professor nas atividades propostas no trimestre.

AV1 = 10,00 Voleibol: execução de elementos técnicos (toque e manchete), sistema defensivo (5X1) e conhecimentos das regras (prática).

AV2 = 10,00 Basquetebol: execução de elementos técnicos (passe e arremesso - jump), sistema defensivo por zona (2x1x2) e conhecimentos das regras (prática).

AV3 = 10,00

Nota composta pela média entre a avaliação formativa: participação nas aulas, comprometimento com atividades propostas e aspectos disciplinares – 10,0 e atividade complementar (trabalho prático: atividade rítmica com acompanhamento musical - 10,0).

OBSERVAÇÃO: Tabela de Conversão

O = 9,0 a 10,0

MB = 8,0 a 8,9

B = 7,0 a 7,9

S = 6,0 a 6,9

I = abaixo de 5,9, inclusive

SAIBA MAIS:

Sites: www.cbb.com.br/

<http://2017.cbv.com.br/>

TRABALHOS DO TRIMESTRE

- Atividade rítmica com acompanhamento musical

OBS.: PLANO DE ENSINO SUJEITO A ALTERAÇÕES