

**DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ANO/SÉRIE: 7º ano/EF2**

**PROF.<sup>a</sup>: DULCE SOARES DE OLIVEIRA**

**HABILIDADES**

- Reconhecer a importância da alimentação na promoção da saúde.
- Reconhecer a convivência solidária com a natureza e o cuidado com o meio ambiente.
- Reconhecer informações sobre as histórias das modalidades desportivas em diferentes mídias.
- Identificar os elementos técnicos de cada modalidade desportiva.
- 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.
- Identificar as regras de cada modalidade desportiva.
- 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.
- 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.
- Compor 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 dirigidos.
- Futsal: elementos técnicos – condução de bola e chutes ao gol.
- Futsal: tática defensiva (defesa por zona 2 x 2) e aplicação das regras (jogo propriamente dito).
- Basquetebol: tática defensiva (defesa por zona 2 x 1 x 2) e aplicação das regras (jogo propriamente dito).
- Qualidade de vida: alimentação x promoção da saúde.
- Dança Educação: lançamento, composição da coreografia e ensaios.

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

AV1 = 0,0 a 10,00 = Futsal: elementos técnicos.

AV2 = 0,0 a 8,00 = Basquetebol: tática defensiva por zona 2 x 1 x 2.

AV2 = 0,0 a 2,00 = Prova de Área.

AV3 = 0,0 a 10,00 = Nota composta pela média entre a avaliação formativa (composta pela participação nas aulas, comprometimento com atividades proposta e aspectos disciplinares - 10,00) e atividades complementares (10,00 cada).

Atividade Complementar 1: Futsal – Defesa por zona 2 x 2.

Atividade Complementar 2: Basquetebol – Defesa por zona 2 x 1 x 2.  
Atividade Complementar 3: Dança Educação – Pesquisa.

<b>OBSERVAÇÃO:</b> 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**

Futsal: <http://bibliotecadeeducacaofisica.blogspot.com.br/2011/07/taticas-de-futsal.html>

Basquetebol: <http://www.efdeportes.com/efd188/sistemas-de-defesa-e-ataque-no-basquetebol.htm>

**OBS.: PLANO DE ENSINO SUJEITO A ALTERAÇÕES**