



PLANO ANUAL

EDUCAÇÃO FÍSICA 1º ANO



EDUCAÇÃO FÍSICA – 1º ANO

1º SEMESTRE

EIXO: BRINCADEIRAS E JOGOS

CONTEÚDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário local e regional</p> <p>OK</p>	<p>(EF12EF01) Experimentar, fruir, compreender e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário local e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas, valorizando o trabalho coletivo e enfatizando a manifestação do lúdico.</p> <p>(EF12EF02) Explicar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares, do contexto comunitário local e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.</p> <p>(EF12EF03) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário local e regional.</p> <p>(EF12EF04) Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras, jogos e demais práticas tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade.</p> <ul style="list-style-type: none">• Apropriar-se da cultural corporal popular da infância, através das brincadeiras e jogos tradicionais, valorizando a cultura infantil;- Experimentar e compreender as diversas manifestações corporais presentes nas brincadeiras e jogos da cultura popular, enfatizando a percepção e consciência corporal, categorias do movimento, fatores psicomotores, necessários para o seu desenvolvimento. <p>Compreender introdutoriamente o conceito de brincadeira (com fim na experiência lúdica) e do jogo (ação do planejamento para o alcance do objetivo da atividade). OK</p> <ul style="list-style-type: none">•

EIXO: GINÁSTICA	
CONTEÚDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>Ginástica Geral e o reconhecimento do corpo</p>	<p>(EF12EF07) Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), da ginástica geral e do movimento humano, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança.</p> <p>(EF12EF08) Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica, da ginástica geral e do movimento humano.</p> <p>(EF12EF09) Participar da ginástica geral, identificando e vivenciando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.</p> <p>(EF12EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica, da ginástica geral e do movimento humano, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais, bem como em ações e tarefas do cotidiano, questionando padrões estéticos e prevenindo práticas de bullying.</p> <p>- Experimentar e explorar sensações corporais diversas e compreender como o corpo movimenta-se, comunica-se, relaciona-se e expressa-se por meio dos sentidos.</p> <p>- Identificar, usar e apropriar-se da percepção dos lados do corpo e a predominância lateral, permitindo um conhecimento de si mesmo em relação ao outro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar os elementos gímnicos com ênfase nos de menor complexidade (avião, balancinha, elefantinho, vela, rolamentos, roda/estrelinha, ponte, abertura), compreendendo-os enquanto acrobacias individuais. <p>Compreender a ginástica como construção de movimento e forma de expressão da cultura corporal.</p>

2º SEMESTRE**EIXO: DANÇA****CONTEÚDO****OBJETIVOS ESPECÍFICOS****Brincadeiras cantadas e cantigas de roda**

(EF12EF11) Experimentar e fruir diferentes brincadeiras cantadas, cantigas de roda, brincadeiras rítmicas e expressivas, e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal, valorizando os aspectos motores, culturais e sociais de cada uma delas.

(EF12EF12) Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das brincadeiras cantadas, cantigas de roda, brincadeiras rítmicas e expressivas, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.

Reconhecer a manifestação corporal da dança como forma fundamental de expressão humana. **OK**

-

EIXO: ESPORTES**CONTEÚDO****OBJETIVOS ESPECÍFICOS****Jogos esportivos de precisão**

(EF12EF05) Experimentar e fruir prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de jogos esportivos de precisão, por meio de atividades e jogos diversificados, adequados à realidade escolar e que evidenciem a modalidade esportiva ensinada, identificando os elementos comuns a esses jogos esportivos e refletindo sobre os aspectos culturais e sociais que envolvem a prática das referidas modalidades, enfatizando a manifestação do lúdico.

(EF12EF06) Apresentar e discutir a importância da observação das normas e das regras dos jogos esportivos de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes, valorizando a ética, a cooperação, o respeito e acolhimento às diferenças, a competição saudável e o espírito esportivo.

- Compreender o conceito de precisão aplicado às práticas esportivas, tendo como pré-requisito a necessidade de apontar um objeto para um alvo a partir de fundamentos como chutar, arremessar, lançar, bater, rolar, etc., a fim de atingir determinado objetivo.

	<p>Realizar atividades de precisão que desenvolvam os elementos psicomotores, como esquema corporal, percepção e estruturação do espaço (dentro/fora, em cima/em baixo, frente/atrás, baixo/alto, perto/longe), noções de tempo, coordenação óculomanual, coordenação motora ampla, coordenação motora fina, lateralidade, regulação postural e equilíbrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> •
EIXO: LUTAS	
CONTEÚDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Jogos de Oposição	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar atividades que priorizem a exploração e desenvolvimento da agilidade, velocidade de reação e atenção dos participantes em situação de oposição, de forma lúdica. • Realizar brincadeiras e jogos onde se vivencie o conceito de oposição, considerando as habilidades corporais de equilíbrio/desequilíbrio, ataque/defesa, ação/reação, estabilização/desestabilização, projetar/imobilizar, empurrar/puxar, tendo como objetivo um adversário a ser superado. • Reconhecer a necessidade de absoluto respeito ao outro durante os momentos de vivência das brincadeiras e jogos de combate. • Conhecer e respeitar a si e aos outros, compreendendo questões relacionadas à segurança, respeito à integridade física, controle e respeito emocional e social. <p style="text-align: center;">Identificar a diferença entre luta e briga/violência.</p>
EIXO: PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA	
CONTEÚDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Jogos de Aventura	<ul style="list-style-type: none"> - Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventura urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de ideias e a diversidade cultural humana, evidenciando a manifestação do lúdico.

- Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.

- Vivenciar práticas ligadas ao conceito de Microaventuras, privilegiando as atividades e brincadeiras que enfatizem o equilíbrio estático e dinâmico.

Explorar objetos alternativos e adaptados para realizar brincadeiras que já fazem parte do universo da cultura infantil e que apresentam a necessidade de se equilibrar.