

# Plano de Trabalho Docente – 2017

## Ensino Médio

Etec Juscelino Kubitschek de Oliveira

Código: 166

Município: Diadema

Área de conhecimento: Linguagens, Códigos e suas Tecnologias

Componente Curricular: Educação Física

Série: 1ª

C. H. Semanal: 02 aulas

Professora: Silmara Beltrame

### **I – Competências e respectivas habilidades e valores<sup>1</sup>**

Competência:

- Entender os princípios das tecnologias de planejamento, organização, gestão e trabalho de equipe para conhecimento do indivíduo, da sociedade, da cultura e dos problemas que se deseja resolver.

Habilidades:

- Dividir tarefas e compartilhar conhecimentos e responsabilidades.

Valores:

- Respeito e valorização pela individualidade dos companheiros de equipe.

Competência:

- Entender as tecnologias da informação e comunicação como meios ou instrumentos que

<sup>1</sup> Vide “Proposta de Currículo por Competências” do Ensino Médio

---

**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

possibilitem a construção de conhecimentos.

Habilidades:

- Relacionar conhecimentos de diferentes naturezas e áreas numa perspectiva interdisciplinar.

Valores:

- Critério na escolha e utilização de produtos oferecidos pelos meios de comunicação e informação.

Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec

II – Plano Didático

Conhecimentos <sup>2</sup>	Procedimentos Didáticos	Cronograma Dia / Mês
<b>Corpo e movimento</b> Sistemas e suas alterações (fisiologia)	Apresentação dos conhecimentos, competências e habilidades. Aula de nivelamento e revisão dos temas e conteúdos estudados nas séries anteriores do Ensino Fundamental II. Dinâmica do Nó Humano.	06/02 a 10/02
<b>Corpo e movimento</b> Sistemas e suas alterações (fisiologia)	Aula expositiva, medição da frequência cardíaca, medição da flexibilidade, fórmula IMC, circuito de exercícios, e elaboração de Quadro Pessoal de Condicionamento Físico.	13/02 a 24/02
<b>Corpo e saúde</b> Alimentação e hidratação (nutrição)	Tabela de informações nutricionais, textos informativos, trabalho em grupo: levantamento das informações, relação e quantidade.	02/03 a 17/03
<b>Esportes coletivos</b> Modalidades	Pesquisa, questionários e desafio entre grupos sobre Handebol.	20/03 a 31/03
<b>Esportes coletivos</b> As capacidades físicas, as técnicas e as regras.	Recuperação contínua, revisão e correção de questionários sobre Handebol.	03/04 a 20/04
<b>Esportes individuais</b> As capacidades físicas, as técnicas e as regras.	Práticas esportivas - Mini torneio de dama, tênis de mesa e xadrez. Escola Aberta	24/04 a 12/05 06/05
<b>Jogos e brincadeiras</b> A questão da inclusão	A relação do homem com o meio, aspectos favoráveis às práticas de atividades físicas. Projeto Interdisciplinar: Meio Ambiente Semana Paulo Freire	08/05 a 12/05
<b>Jogos e brincadeiras</b> A questão da inclusão	Finalização dos torneios, elaboração de tabelas com eliminatória simples.	15/05 a 19/05

<sup>2</sup> Relacionar em ordem didática

**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

<b>Ginástica e dança</b> Conceitos e classificações	Aula com música, elaboração de pequenas coreografias, apresentação de dança, pesquisas. Projeto Interdisciplinar Geografia e Educação Física – Manifestações da cultura rítmica nacional.	22/05 a 02/06
<b>Ginástica e dança</b> Comunicação verbal e não verbal	Aula com música, elaboração de pequenas coreografias, apresentação de dança, pesquisas. Festa Junina	05/06 a 21/06 10/06
<b>Ginástica e dança</b> Comunicação verbal e não verbal	Recuperação contínua - releitura de fichas das pesquisas. Projeto Interdisciplinar Geografia e Educação Física – Manifestações da cultura rítmica nacional.	22/06 a 04/07
<b>Esportes radicais</b> Nos âmbitos: educacional, participação e competição.	Pesquisa e preparação de seminário. Contexto histórico, objetivos, equipamentos. Utilização do laboratório de informática.	21/07 a 28/07
<b>Corpo e saúde</b> Crescimento e desenvolvimento (psicologia) (Hábitos alimentares e padrões de beleza corporal)	Aula expositiva e dialogada. Noções gerais sobre proteínas e carboidratos. Influência da mídia no cotidiano em relação ao consumo de produtos industrializados e padrões de beleza corporal inter-relacionado com a prática de atividades físicas. Criação de um produto para o mercado de consumo.	31/07 a 11/08
<b>Esportes radicais</b> Nos âmbitos: educacional, participação e competição.	Apresentação de seminários	14/08 a 25/08
<b>Corpo e saúde</b> Crescimento e desenvolvimento (psicologia)	Filme: O segredo de Melinda. Projeto interdisciplinar – Bullying. Phillips 66 (técnica do fracionamento para apresentação dos aspectos mais relevantes do filme). Elaboração de Paineis coletivos.	28/08 a 06/09
<b>Esportes coletivos</b> Nos âmbitos: educacional, participação e competição.	Relatório de jogos, confecção de súmulas, formação de equipes, registro de eventos. Práticas esportivas, elaboração de tabela de jogo para campeonatos. Modalidades: Futsal, Handebol, Basquetebol e Voleibol – Campeonato Interclasses.	11/09 a 30/09 16/09 e 30/09

**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

<b>Esportes individuais</b> Nos âmbitos: educacional, participação e competição.	Ginástica Rítmica, processo histórico, regras, elaboração de sequência de exercícios. Festa da Primavera	02/10 a 20/10 07/10
<b>Esportes individuais</b> Modalidades	Pesquisa, elaboração de trabalho prático, fundamentos: cambalhota e parada de mão. Festas tradicionais – Projeto interdisciplinar, elaboração de jogos temáticos.	23/10 a 01/11 30/10
<b>Esportes individuais</b> As capacidades físicas, as técnicas e as regras.	Recuperação contínua, relatório sobre Ginástica Rítmica. Feira de apresentações de PTC – Projeto interdisciplinar, relacionado aos temas de estudos.	06/11 a 17/11 09/11 e 10/11
<b>Corpo e movimento</b> Aparelho locomotor (anatomia)	Pesquisas, atlas do corpo humano e jogos interativos.	21/11 a 01/12
<b>Corpo e movimento</b> Aparelho locomotor (anatomia)	Ossos, músculos, articulações e tendões.	04/12 a 15/12

**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

**III - Plano de Avaliação de Competências**

<b>Competência</b>	<b>Instrumento(s) e Procedimentos de Avaliação</b>	<b>CrITÉrios de Desempenho</b>	<b>Evidências de Desempenho</b>
Entender os princípios das tecnologias de planejamento, organização, gestão e trabalho de equipe para conhecimento do indivíduo, da sociedade, da cultura e dos problemas que se deseja resolver.  Entender as tecnologias da informação e comunicação como meios ou instrumentos que possibilitem a construção de conhecimentos.	Observação direta Elaboração de tabelas Oficinas Pesquisas Relatórios Seminário Elaboração de tabelas Produção de texto Cartaz	Coesão e coerência Organização Argumentação consistente Pertinência das informações Atendimento às regras Cumprimento de tarefas individuais Relacionamento de conceitos Objetividade Postura adequada, ética e cidadã. Interatividade, cooperação e colaboração. Cumprimento dos prazos. Relacionamento de ideias Criatividade na elaboração de coreografias.	Resultado adequado às atividades propostas.  Participação ativa e dinâmica, visando o bom desempenho das aulas.  Expressar-se corporalmente de forma adequada e espontânea.  Uso de conceitos adquiridos durante as práticas corporais.

**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

**IV – Plano de atividades docentes\***

<b>Atividades Previstas</b>	<b>Projetos e Ações voltados à redução da Evasão Escolar</b>	<b>Atendimento a alunos por meio de ações e/ou projetos voltados à superação de defasagens de aprendizado ou em processo de Progressão Parcial</b>	<b>Preparo e correção de avaliações</b>	<b>Preparo de material didático</b>	<b>Participação em reuniões com Coordenador de Curso e/ou previstas em Calendário Escolar</b>
<b>Fevereiro</b>	Apresentação e boas vindas	Revisão de conhecimentos das séries anteriores	Planejamento participativo	Apresentação e organização dos conhecimentos por bimestre	Reunião Pedagógica Planejamento
<b>Março</b>	Acompanhamento de faltas	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Orientações e esclarecimentos sobre os instrumentos de avaliação e critérios que serão utilizados	Textos e livros	
<b>Abril</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Verificação da aprendizagem e correção das avaliações	Filmes e vídeos Organização de material de apoio para as lacunas de aprendizagem.	Reunião de Curso
<b>Maiο</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Elaboração de novas propostas com a participação dos alunos	Revistas e Jornais	Reunião Pedagógica

**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

<b>Junho</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Orientações e esclarecimentos sobre os instrumentos de avaliação e critérios que serão utilizados	Livros de regras das modalidades esportivas: Futsal, e Basquetebol.	
<b>Julho</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Revisão de conhecimentos abordados no 1º semestre	Verificação da aprendizagem e correção das avaliações	Organização de material de apoio para as lacunas de aprendizagem.	Reunião de Curso Reunião Pedagógica Planejamento
<b>Agosto</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Planejamento participativo, verificação e reformulação	Livros de regras das modalidades esportivas: Voleibol e Handebol.	
<b>Setembro</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Orientações e esclarecimentos sobre os instrumentos de avaliação e critérios que serão utilizados	Organização de material de apoio para as lacunas de aprendizagem.	Reunião de Curso
<b>Outubro</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Verificação da aprendizagem e correção das avaliações	Organização de material de apoio para as lacunas de aprendizagem.	
<b>Novembro</b>	Acompanhamento de faltas e desempenho	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Orientações e esclarecimentos sobre os instrumentos de avaliação e critérios que serão utilizados	Organização de material de apoio para as lacunas de aprendizagem.	Reunião de Curso
<b>Dezembro</b>	Levantamento dos pontos positivos e negativos referentes à disciplina de Educação Física	Trabalho em grupo e recuperação contínua	Verificação da aprendizagem e correção das avaliações	Organização de material de apoio para as lacunas de	Reunião Pedagógica





**Unidade de Ensino Médio e Técnico - Cetec**

aprendizagem.

*\*Preencher com as atividades que serão desenvolvidas no mês.*

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

Sites: [www.edfesportes.com.br](http://www.edfesportes.com.br), [www.cbof.org.br](http://www.cbof.org.br), [www.brasil.gov.br/](http://www.brasil.gov.br/) ; Livros: Exercício e Saúde (David C. Nieman), Programa de Condicionamento Físico (American College), Aptidão física “um convite à saúde” (Valdir J. Barbanti), Trabalhando com jogos cooperativos (Marcos Miranda Correia).  
Filme: O segredo de Melinda

**VI – Propostas de Integração e/ou Interdisciplinares e/ou Atividades Extra**

1. Bullying
2. Meio Ambiente
3. Semana Paulo Freire
4. Festival de Dança
5. Festival de Bandas
6. Interclasses
7. Feira de PTC e Ensino Médio

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

Pesquisas e diversificação nos procedimentos didáticos. Realização de trabalhos em grupo, textos de apoio e indicação de livros do acervo da biblioteca.

**VIII – Identificação:**

Nome do professor: Silmara Beltrame

Assinatura:

Data: 05/02/2017

Revisado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Nome do professor:

Assinatura:

**IX – Parecer do Coordenador de Curso:** Está de acordo com a Proposta de Currículo por Competências do Centro Paula Souza para o Ensino Médio.

Nome do coordenador: Silmara Beltrame

Assinatura:

Data: 05/02/2017

Nome do coordenador: Silmara Beltrame

Revisado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura:

\_\_\_\_\_  
Data e ciência do Coordenador Pedagógico

**Unidade de Ensino Médio e Técnico – Cetec**

## X- Replanejamento